第一图书网, tushu007.com

<<让婚姻赢在起跑点>>

图书基本信息

书名：<<让婚姻赢在起跑点>>

13位ISBN编号：9787210042563

10位ISBN编号：7210042563

出版时间：2009-12

出版时间：江西人民

作者：(美)勒斯·帕罗特//莱斯利·帕罗特|译者:文洁//王醴颉

页数：164

字数：120000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

这些年来，越来越多的专家学者看到婚前辅导的重要性。
为了一份谋生的工作，人们需要参加很多训练，以便能称职、优秀乃至卓越；但对关乎一生幸福的婚姻大事，我们却少有人在婚前有所学习，俨然没有受训的新兵上战场，伤亡率自然极高，在婚姻中伤痕累累，最后越来越多的婚姻以离婚收场，让人扼腕叹息。
痛定思痛，过去30年来，一群值得尊敬的学者投身于关于婚姻幸福的实证研究，并在此基础上形成了效果很好的婚前辅导、婚姻辅导课程，祝福了很多夫妻。
帕罗特博士夫妇这本《让婚姻赢在起跑点：婚前婚后要问的七大问题》是英文世界中最畅销的婚前辅导读本，出版以来，已经有近100万对新人使用这本书。
到底是什么原因让这本书在众多的婚姻类图书中脱颖而出呢？
有几点很突出。
第一，这本书扎根于实证研究的资源。
作者广泛吸收了约翰·高特曼、霍华德·马克曼等当代研究大师的成果，以好读好看的方式呈现给读者。
第二，这本书由帕罗特夫妇合写，对男女差异的把握更加精到。
勒斯?帕罗特博士是西雅图太平洋大学关系发展中心主任，全美著名的关系学专家，对人际关系有精到的研究。
而莱斯利·帕罗特是资深的婚姻辅导员。
本书把他们夫妻二人生活的体验和几十年咨询辅导的经验融为一炉。

<<让婚姻赢在起跑点>>

内容概要

你能否诚实地面对关于婚姻的神话？
你能识别自己爱的模式吗？
你是否建立了快乐的心灵习惯？
你懂得冲突的游戏规则吗？
　婚姻关系学专家勒斯·帕罗特博士和莱斯利·帕罗特夫妻将自身婚姻成功的体会、多年的辅导实践经验和实证研究融合在一起，准确简洁地帮助每一对恋人或夫妻梳理婚姻中的七大问题，具有超强的可操作性。
本书目前已有10多种文字的译本，畅销全傲界，近100万对新人从中受益。
摘自Amazon网上书店的读者评论：　“本书坦诚、简明，充满个性，引人走向健康婚姻。
这是一本优秀的婚姻关系书，我给它的评分是A+。
”　“这是目前最棒的一本婚姻预备书，它一针见血地击中问题要害，我鼓励你认真阅读。
”　“每一个人在结婚以前都应该阅读这本书。
它包含了最具有实践性的建议。
同时我也大力推荐读者使用其配套的练习册！”

作者简介

勒斯·帕罗特博士与莱斯利·帕罗特是一对结婚多年的恩爱夫妻，同为美国西雅图太平洋大学关系发展中心理事，著名的作家与婚姻顾问，著有多本获奖的畅销书，同时主持多个广受欢迎的广播电视节目。

<<让婚姻赢在起跑点>>

书籍目录

献辞英文版出版前言本书使用指南第一章 婚姻大问题之一 你是否诚实地面对关于婚姻的神话？
第二章 婚姻大问题之二 你能识别自己爱的模式吗？
第三章 婚姻大问题之三 你是否建立了快乐的心灵习惯？
第四章 婚姻大问题之四 你能清楚地表达自己并理解别人的话语吗？
第五章 婚姻大问题之五 你了解两性差异吗？
第六章 婚姻大问题之六 你懂得冲突的游戏规则吗？
第七章 婚姻大问题之七 你与配偶是心灵伴侣吗？

章节摘录

期望的迟迟不到，担心的不请自到。
这句话对于婚姻来说好像特别适合。
在婚礼上说“我愿意”时，我们都自觉不自觉地带着大量不现实的期望。
莱尔和凯西是一对快30岁且有4年婚龄的夫妻。
带着各自对婚姻的憧憬，他们开始了婚姻生活。
然而，双方都没有和配偶分享过自己的想法。
如同其他新婚夫妇一样，他们都理所当然地认为彼此对婚姻的图景和认识是一致的。
事实上，在现实生活里，这是不可能的。
凯西说：“我希望婚姻能使我们的生活更安稳。
在我看来，婚姻生活就像两个人在花园里共同工作一样美好。
”莱尔反驳道：“我向往的婚姻生活是激动人心和率性的，它没有固定程序。
我觉得婚姻生活应该像两个人一起骑摩托车那样刺激。
”莱尔和凯西早在童年时代就开始向往美好的婚姻生活。
在成长过程中，各自父母亲的婚姻模式成为他们的典范。
长大后，他们阅读了很多爱情书籍，又从很多婚姻题材的电视节目或电影里受到影响。
到了适婚的年龄，他们梦想着美好的生活，自然而然地，他们形成了各自对婚姻生活的观念，对夫妻生活将会是怎样或应该是怎样各自有一套看法。
在他们婚姻的蓝图中，莱尔和凯西都有意无意地按照自己的愿望挥动画笔，但双方都没有意识到，对方完全可能用不同的调色板来编织这幅图画。
他们想当然地认为，自己的伴侣会以相似的方式彼此取长补短，默契配合。
婚后第一年是矛盾的尖锐爆发期。
凯西对婚姻生活安全稳定的期待却被莱尔视为单调枯燥的表现。
他们在一些事上有共识，却在深度、强度上透露出差别。
凯西总喜欢用不同的色彩仔细地描绘，而莱尔却愿意用最基本的颜色大胆地挥洒。
大部分不切实际的期望可分为两类：内在习惯（unspo-kenrules）和潜意识角色（unconsciousroles）。
这两方面的明朗化可以减少年轻婚姻中的许多摩擦和眼泪。
内在习惯我们每一个人都形成了一套不成文但确实存在的规矩（译注：我们称为“内在习惯”）。
这些规矩隐而不语，但当我们的配偶“打破”这些隐而未说的规则时，这些规则就显得明朗了。
比如婚后，当我们以夫妇身份第一次去拜访双方家庭时，各自的内在习惯让我们感到很难受。
结婚后的第一个圣诞节，我们从洛杉矶乘飞机去芝加哥和家人一起共度节日。
第一个晚上是在我（莱斯利）的父母家里。
按照我们家的习惯，我一大早便起床，尽量珍惜和家人在一起的每一分钟。
相反，勒斯却在床上呼呼大睡。
我误以为勒斯之所以睡觉是为避免甚至抗拒和我的家人在一起，一点不珍视和我的家人在一起的时间。
“你这样做让我很难堪，”我说，“家里每个人都起床了，去厨房里用早餐。
难道你不想和我们在一起吗？
”然而，勒斯没能理解我的意思。
“我怎么了？
我只是倒时差。
洗完澡后我就下来。
”他说。
事后我才知道，勒斯喜欢在度假时享受缓慢舒适的节奏，因为那是他们家的习惯。
通过这件事，勒斯无意间打破了我们家的规矩，我也发现了这一个从未用语言表述过的规则。
我们俩都感到被误解，陷入沮丧。

我们都在以自己的想法为基础决定取舍，都没有想到彼此的期望是如此不同。
我们都因对方的这些隐而未说的规则而烦恼，也因其间的差异而郁闷。
自从这次经历后，我们学会了分享潜在的期望和隐而未说的规则。
我们也提醒那些向我们寻求帮助的夫妻，留心自己的内在习惯，阻止小问题演变为大问题。
下面是我们从其他夫妻处收集到的一些内在习惯的实例。
一定不要打搅对方的工作。
总是买有机水果和蔬菜。
不到绝望不要寻求帮助。
尽量少说自己的成功。
总是把黄油放在桌面上而不是放在冰箱里。
不要太努力地工作或不要工作太长时间。
生日庆祝活动一定要盛大。
永远不要用大嗓门讲话。
不要谈论你的身体。
谨守时间观念。
睡觉前打扫厨房卫生。
不要谈论自己的感受。
总是按时付账。
不开飞车。
不在饭馆里买甜点。
只在紧急状况下使用信用卡。
不买昂贵的礼物。

媒体关注与评论

“帕罗特夫妇将给你的婚姻关系带来革命。
”　　——麦道卫（Josh Mcdowell），《相爱的秘密》作者“这本书让我个人受益匪浅。如果错过帕罗特夫妇的信息，你的损失太大了。
”　　——史葛利（Gary Smalley），《爱的语言》作者

编辑推荐

《让婚姻赢在起跑点:婚前婚后要了解的7大问题(附练习册2本)》英文世界里最畅销的婚前必读近100万对新人使用

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com