第一图书网, tushu007.com

<<爱情课>>

图书基本信息

书名：<<爱情课>>

13位ISBN编号：9787544303460

10位ISBN编号：7544303462

出版时间：2002-01

出版时间：海南出版社

作者：(英)玛丽.雅卡什

页数：154

字数：100

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书给你展示了情感关系这个食谱中的所有配料——包括友善、尊敬、诚实、亲密和激情，并且告诉你如何将它们协调起来以构筑一种真正有效且充满爱情的伴侣关系。

以十种精心设计的情感关系策略为核心，帮助你学会交流、信任和同情。

提供细腻的鼓舞性的建议，告诉你如何战胜困难，更重要的是，如何去创造一个共同美好的未来。

适合于情感道路上任何阶段的人——无论是对初次恋爱还是急于发展爱情关系，或是渴望维持一段情感的人。

告诉你怎样辨别和建立良好的情感关系，助你实现梦想，让你与她／他的结合充满魔力。

<<爱情课>>

书籍目录

简介第一章：相处关系秘诀　爱　激情　亲密　　练习一：亲密惑的晴雨表　承诺　信任　共鸣　练习二：看透水晶窗　诚实　　练习三：摘下面具　友善　　练习四：秘密礼物　尊重　平和　　练习五：平和时光第二章：积极现实的生活艺术　性生活晴雨表　享受现在　　练习六：此刻的舞蹈　中和价值观　跳出性别传统模式　　练习七：面对固定模式　拓展你的兴趣　个性——一个可识别的你　责任——共同的努力　情绪的阴晴变化　读懂身体语言　控制你的愤怒　控制嫉妒情绪　战胜恐惧　持家　如何去重新思考你的要求　　练习八：使你的目标更合理第三章：情感关系策略　如何应用策略　　策略一：亲密　　练习九：　呼吸到爱　　策略二：欣赏　　练习十：控制抱怨　策略三：同情　　练习十一：唤醒温柔的心　　策略四：诚实　　练习十二：说出真相　　策略五：对话　　练习十三：站在对方的立场　　练习十四：复杂有序的心灵地图　　策略六：梦想　　练习十五：魔摄法　　策略七：时间　　练习十六：心灵时刻　　策略八：自由　　练习十七：自由生活的挑战　　策略九：玩耍　　练习十八：玩耍日　　策略十：惊喜　　练习十九：温馨之夜第四章：拓宽关系网　家庭　　练习二十：关系圈　孩子　朋友　同事总结：下一步走向哪里？

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