

# 《别把你的婚姻搞砸了》

## 图书基本信息

书名：《别把你的婚姻搞砸了》

13位ISBN编号：9787502953553

10位ISBN编号：7502953558

出版时间：2011-11

出版社：金点 气象出版社 (2011-11出版)

作者：金点

页数：250

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《别把你的婚姻搞砸了》

## 前言

除非你是一个独身主义者，否则，你都必须走进婚姻！因此，对我们中的绝大多数人来说，婚姻都是一件非常重要的事情，它将陪伴我们度过人生的大部分时光。如何才能拥有一段幸福美满的婚姻，是我们生活中的重要追求。事实上，婚姻不仅影响我们的感情和家庭生活，还会给我们的事业带来帮助或者伤害。如果说事业是前沿，那么婚姻就是后方，后方不稳，前方必乱。2003年，美国有13位研究家庭问题的权威学者联名发表了一份报告，阐述美国当前的婚姻家庭问题。这份报告的题目是《为什么婚姻重要——美国社会科学研究的21个结论》。在报告中指出：婚姻关系远不只是私人的情感关系，它也是一种社会善举。夫妻维护一个良好的婚姻对双方和孩子都有利；而离婚率的上升给个人、社区和社会带来了灾难性的后果。这些结论，是近半个世纪以来大量的社会科学调查所得出的。可惜的是，总是有很多人把婚姻搞砸了。也许有人会说，在步入婚姻殿堂时，我从来没有想过会要离婚。当然！每个人在最初握紧爱人的手时，一定是甜蜜和幸福的，在接受人们的祝福时也一定相信会白头偕老的。可是，婚姻是需要持久的智慧和热情的，有很多人做不到这一点，于是在激情逐渐消退以后，陷入了婚姻困境中的迷茫和无奈。一个残酷的事实是，自2002年以来，我国的离婚率持续递增。仅2011年一季度，我国共有46.5万对夫妻办理了离婚登记，较去年同期增长了17.1%，平均每天有5000多个家庭解体。这些已经彻底破裂的家庭，或者是在风雨飘摇中艰难维持的家庭中的男人和女人都有困惑，我全身心地为爱付出，为婚姻努力，可为什么还是没有得到我想要的幸福。是我做错了吗？当然，是你做错了。更重要的是，你错了而不自知！是你的错误搞砸了婚姻，而你浑然不知。更为可1’白的是，很多男人和女人在以爱的名义犯错误，并把这些错误看成理所当然。例如，有的男人打着为家庭幸福努力的幌子，长年累月地在外工作，把自己变成一架疯狂的赚钱机器，忽视了对妻子和孩子的关爱；有的女人以爱老公的名义，对老公进行经济上的封锁，甚至对老公实行24小时监控……这些愚不可及的做法，都是破坏婚姻幸福的罪魁祸首。一个更为可个白的事实是，很多人在婚姻搞砸了以后，都认为是对方的错误，把自己的不幸归罪于“遇人不淑”、“命运不好”，可是从来没有想过如何帮助对方改正这些错误。如果这些人一直坚持这种想法，而不从自己身上寻找原因和出路，那将是无可救药的了。即使他们或她们遇上了另一个人，也不可能拥有幸福的婚姻。一位心理学家说：人的一生中，没有任何成功能够弥补婚姻家庭的失败。即使你拥有名利、地位，如果在婚姻上一筹莫展，那你的人生也是失败的、遗憾的。在任何时候，能否经营好婚姻和家庭始终是人生最重要的考试！为了给这份考试交上一份合格的答卷，你一定要经营好自己的婚姻。编者  
2011.10

# 《别把你的婚姻搞砸了》

## 内容概要

《别把你的婚姻搞砸了》由金点主编。

没有人会在走进婚姻殿堂时想到会离婚。可事实却不容乐观，我们这个时代，处在婚姻困境中的人越来越多。很多人都在想：“为什么我努力去付出真爱，可最终受伤的总是我。”

你的婚姻搞砸了，一定是你在某些地方做错了。要么是当初的眼光错了，要么就是对待婚姻的态度错了。《别把你的婚姻搞砸了》就是要告诉你，你在哪些地方犯了错误，你该如何做才能改正错误，重拾幸福的婚姻。

# 《别把你的婚姻搞砸了》

## 书籍目录

前言 第一章 经营好夫妻间的关系1.事业不是冷淡爱人的借口2.婚后也可以和异性交往3.信任是爱情的基石4.有时候不需要绝对诚实5.老婆还是自己家的好6.不要在家里讲道理7.感恩爱人付出的关爱8.结束你的唠叨”9.不把工作中的不快带回家10.给对方一些空间11.要理想也要生活12.沉默是一种伤害13.不在家里当“女强人”14.听懂爱人的弦外之音15.把自己的心事告诉对方16.争吵也是一门艺术17.坚决杜绝家庭暴力18.重视妻子的生理周期19.与爱人分担压力20.不要轻易将爱人放飞21.克服自己对另一半的过分依赖22.有了孩子也不要忽略爱人23.不要在婚姻中当“质检员”24.婚后也要懂得珍爱自己25.记住爱人的生日26.容忍对方生活习惯的不同27.避免婚后爱情倦怠28.别把老婆当成妈29.不要触犯男人的禁忌30.与爱人的亲友搞好关系31.婚姻中的界限原则32.轻易不说“离婚”二字 第二章 让卧室里满是温馨33.在初夜让妻子感受到美满34.要温柔但不要过分35.卧室里也要注意形象36.床上忌讳大男主义作风37.对爱人的性关怀38.不要中了色情电影的毒39.不要用做爱来平息争吵40.性高潮与时间无关41.不可滥用补肾药品42.性幻想是属于自己的秘密43.要考虑到爱人的感受44.“数字”并不是最重要的45.不要实施“性惩罚”46.做好性爱前的准备47.出现问题时主动求医48.不要太在意性器官的大小49.重视性爱前的爱抚50.主动学习性的相关知识51.不要“性后诸葛亮”52.不要在枕边谈“高贵”53.关怀中年男人的心理需求54.自慰也许并不一定是错55.拒绝性冷淡56.避免在经期同房57.妊娠期间节制性爱 第三章 拒绝围墙外的诱惑58.情感上也不要出轨59.别为赌气去搞婚外情60.网络婚姻中的刺激不可取61.拒绝一夜情62.不要因为“从众”心理出轨63.别把婚外情当做婚姻补充64.偷来的爱情难结果65.尊严不能在婚外情中寻找66.不要因为报复爱人的背叛出轨67.做情妇总是可耻的68.婚外情中难有“真爱”69.不要让“旧情复燃”70.不要迷恋被人追逐的感觉71.远离温柔“陷阱”72.对性骚扰说不73.别用身体去换利益74.不要在婚外情中找刺激75.冷静面对另一半的出轨 第四章 养育儿女有方法76.淘气的孩子也可爱77.不要吝啬对孩子的赞美78.尊重爱人对孩子的教育79.别在孩子面前吵架80.不要滥用金钱奖励81.对孩子的问题有兴趣82.解开给孩子的束缚83.不要将人生经验强加给孩子84.重视环境的影响85.给孩子一个快乐的童年86.尊重孩子的天赋87.不要对孩子实施“暴力教育”88.弥合家庭教育思想的分歧89.尊重孩子的隐私90.不要把孩子的毛病归罪于“遗传”91.坦然面对孩子与异性交往92.重视培养孩子的习惯93.不要混淆孩子的性别94.不要拿孩子与同龄人做比较 第五章 营造和谐大家庭95.不要充当老妈和老婆的传话筒96.不要成为老妈和老婆的出气筒97.父母也不一定完全对98.尊重彼此的不同习惯99.消除与老人沟通的障碍100.别在婆婆面前“改造”丈夫101.不要与长辈较真102.理解长辈对孩子的关爱103.不要利用娘家人来干涉婚姻

## 《别把你的婚姻搞砸了》

### 章节摘录

老婆还是自己家的好 场景再现 两个男人在茶馆见面了，聊得很投机。 甲：“兄弟你很有福气啊，你老婆很能干，而且做得一手好饭菜，家务活也是一个人全包，真是令人羡慕啊！不像我们家那位，就知道瞎打扮，害得我天天吃食堂！” 乙：“谁不知道你老婆是个美人坯子？你是生在福中不知福啊。每天一回家就看到天仙一样美丽的老婆，什么烦恼都没有了，这种艳福可不是人人都能享受的呀！现在这社会，只要有钱，还愁没有好饭好菜吃吗？要是我宁愿她不做家务事，不弄一身油烟味儿。” 于是，两位朋友彼此长叹一声：老婆为什么总是别人的好呢！？ 深度诠释 有句俗语叫：孩子是自己的好，老婆是别人的好。也经常可以听到有男人们在一起聊天：“别人的老婆怎么看怎么舒服怎么养眼。自己的老婆怎么看，怎么不舒服、不顺眼！” 虽是调侃，其实这就是婚姻中生活归于平淡的真实写照。“没得到的总觉得是最好的”，这是人们普遍具有的心理。男人天生就对新鲜女性的身体充满幻想和好奇，而对于已经娶回家的“老婆”，当初深厚浓烈的感情已经被家庭的琐碎与平淡的日子冲淡，当一切成为习惯与自然之后，每天见到老婆的时候都是视若无睹的感觉，自然会产生倦怠感。可是，当男人看到其他女人的时候，就像当初见到自己老婆时一样有着新鲜与好奇感，就会感叹为什么自己的老婆现在不是这样的呢？ 别人的老婆，你看到的永远是精装本，你只看到她光彩美艳的一面；而自己的老婆，你看到的是平装本，许多缺点是袒露无疑的。这样，别人的老婆（也就是精装本女人）永远是男人眼里的迷人景色。这样的比较对妻子是不公平的，妻子就站在你面前，不用放大镜就能把她的缺点看得一清二楚。别人的老婆却离你很远，你只能看到她光鲜亮丽的一面。如果真有那么一天，她成了你的妻子，真实的她可能还不如你现在的妻子，未必能令你满意。这种不明智的行为，只能是自寻烦恼而已，有时还会影响夫妻感情。 想想看，你的老婆为了使一个家甜蜜温馨，舒适宜人，不可能像一只花瓶一样整天地摆在家里看，而是要付出很多的劳动和精力。每天一下班，女人脑子里就开始盘算家里一日的“工作”程序了，买菜、做饭、洗衣、拖地，要全部安排好，家庭秩序才能井然。所以，当女人回到家里后，第一件事就是换上便服，洗去铅华，然后，舒展肢体，放松神经，带着一天的疲惫，开始履行贤妻良母的职责。 等到你回家时，此时的老婆已是一副黄脸婆的模样，完完全全的平装版。而第二天一大早，你上班出门时，平装版的老婆还没有来得及包装自己，就又开始做这做那，等到你出门才可以轻松地修饰一下自己的美丽，而你却是看不到了。 男人们总是觉得别人的老婆好，其实只是“不识庐山真面目”而已。有这样一个故事：一个男人对自己办公室的一个女同事怎么看怎么觉得漂亮，衣服穿得得体，妆化得精致。而自己的老婆怎么看怎么不顺眼，特别是早上起来，看到脸都没来得及洗，就忙着为孩子和家人准备早餐，他从心里感觉越来越接受不了，为什么人家做得比自己的老婆好呢。于是一早就去了女同事的家，刚好女同事也是和自己的老婆一样，穿着睡衣，眼角还留有眼屎，正忙着为家人和孩子准备早餐呢。男人一看，于是什么都明白了。 再说了，别人的老婆毕竟是属于别人的，与你无关，只有你的老婆才是真真实实属于你的。当你贫穷时，她默默地在你身边陪着你，支持你；当你生病时，她坐在你的旁边，整夜守护着你……拥有一个平装本老婆是男人的福气，这样的女人舍得牺牲自己休息和享受的时间，为你和家人营造一个舒适温馨的家，让你和家人一生都会有一种安全舒适感。这难道不值得珍惜吗？ 其实不只是男人，女人也会经常拿自己的丈夫和别的男人做比较，结果发现也是别人的老公好。于是，我们在家庭中经常会听到类似的声音：“你们俩是同事，你看人家已经连升了好几级了，可你呢，才升了一级！” “我哥哥买了毛皮大衣给嫂子，他有本事赚钱，可你呢？” “如果我当初不嫁给你而嫁给他的话，我的生活要比现在好多了。” 这些话都是最伤感情的！只会带来两种后果，一种是把男人的自信心彻底摧垮。你的比较会让他认为自己已经被看轻，认为你是有意贬低他。男人往往会想，如果连自己最亲近的人都如此看轻自己，那还有什么前途可言呢？另一种后果是种下仇恨的种子。当妻子兴高采烈，或习惯性地说某某怎么怎么样、怎么怎么好时，丈夫可能正在绝情地想：他好，你就跟他走嘛。这为将来的分手埋下了隐患。 人常常有不知足的心理，每个人都会不自觉地羡慕别人，这样羡慕来、羡慕去，其实不难发现，谁都有值得被羡慕的地方。曾几位女性朋友一起聊天，其中一位丈夫很忙碌的太太羡慕着另一位太太，因为她的丈夫是公务员，有较为固定的假期可以陪伴家人；然而丈夫是公务员的这位太太，却羡慕另。一位太太的丈夫是位有名望、有地位的大律师，常携妻出入高级场所，社交的圈子里多为光鲜亮丽的富贵人士。这种比较的心理，你是否也有过？ 也许你曾不自觉地羡慕过谁的恋情，或是嫌弃着身边的他，幻想着下一个男人也许会更好。 其实，每个人一生中可以有无数的选择，但幸福不是光靠着选择、淘汰、再选择就能铸成的，它必须是在你懂得把握机会，

## 《别把你的婚姻搞砸了》

决心定下来以后，彼此用爱和技巧，去一点一滴耕耘出来的成果。每个人的爱情都绝不会是天底下最糟的一个。只要能用点心，发掘就在眼前的资源和温情，你反而可能成为天底下最幸福美满的人。

**迷津指点** 经常回忆爱人以前吸引自己的优点，想想爱人为这个家所做的付出。每个人也都有自己的优点和缺点，经常称赞爱人的长处，表扬爱人的优点，而不要拿爱人的缺点和别人的优点进行比较。“没有完美的人”，我们必须认识到这一点，并且学会接受现实。如果想要爱人在某些地方改变，应放弃抱怨，而学会用爱来改变对方，让爱人为了爱你而进步。**智慧金言** 爱情不仅是兴高采烈地欣赏和享受为你创造的美，而且也是在心爱的人身上无止境地创造美。——苏霍姆林斯基【前苏联】 P12-15

## 《别把你的婚姻搞砸了》

### 媒体关注与评论

嫉妒与爱情同时诞生，但是爱情死亡之时，嫉妒并不与它共亡。——歌德 爱情跟讲道理是两回事。

恋爱不会因结婚而终止，爱的事业是永无止境的。——大仲马 真爱

爱情是不用言语表达的，行为才是心中的最好的说明。——莎士比亚 爱情是不按逻辑发展的，所以必须时时注意它的变化。爱更不是永恒的，所以必须不断地追求。——柏杨

# 《别把你的婚姻搞砸了》

## 编辑推荐

很多婚姻中的人在以爱的名义犯错，并视为理所当然。这是非常愚蠢和危险的，最终会成为搞砸婚姻的罪魁祸首。《别把你的婚姻搞砸了》是国内最具权威的情感困惑答疑读物，是最实用婚姻迷津指点读物。愿恋爱中的人终成眷属，愿婚姻里的人一生幸福！



# 《别把你的婚姻搞砸了》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)