

《婚姻的四季》

图书基本信息

《婚姻的四季》

内容概要

《婚姻的四季》

作者简介

《婚姻的四季》

书籍目录

第一部分 婚姻的四季

婚姻的性质

冬季

春季

夏季

秋季

婚姻季节评测

第二部分 婚姻健康七策略

策略一 处理过去的问题

策略二 选择合适的态度

策略三 学会说配偶的爱语

策略四 学会倾听

策略五 帮助配偶成功

策略六 有效利用彼此的差异

策略七 要有积极的影响力

第三部分 实施你的计划

行动起来！

四季回答

第四部分 学习指南

一、婚姻的四季

二、保证婚姻四季健康运行七策略

三、实施你的策略

《婚姻的四季》

编辑推荐

春季：爱意融融，情话绵绵，婚姻生活让人感到激动万分。夏季：浓情蜜意，夫妻双方都感受到极大的满足，二人亲密无间。秋季：情感上沟通不畅，有疏远的感觉，一方总想责备另一方。冬季：不愿意沟通，谈话常常演变成争吵，就像两个人住在不同的冰屋中。《婚姻的四季》畅销书作家盖瑞·查普曼结合自己多年婚姻辅导经验，洞察婚姻的特点，用自然界中的四季比作婚姻关系的四种状况，帮助你改善关系，增加沟通。七个解决策略：帮助你建立稳固的婚姻关系。测评指导：帮助你看清自己婚姻的现状。

《婚姻的四季》

精彩短评

- 1、很特别的婚姻书，分类有趣！
- 2、走过岁月的季节，而今可以走进婚姻的四季。
- 3、好书-喜欢
- 4、书的内容不错的，很实用，还没全看完，简单看了一下，觉得说出爱的方式，对刚结婚的我很有启发。对生活很有帮助，只是觉得书的印刷质量一般，拿在手上感觉一般。
- 5、分析的比较好了，和现实中的两性关系很有帮助.....
- 6、理论少，关键总结出的观点也少得可怜，快餐书
- 7、虽然有西方的信仰所在，但还是很有帮助的
- 8、这本书有很多的婚姻辅导技巧在里面。
- 9、看简介她们不错
- 10、刚买来的还没有看 质量不错
- 11、四季分明的婚姻，我们都希望顺利走过严冬
- 12、你知道婚姻也分四季吗？读读这本书吧，受益匪浅
- 13、看了目录就很喜欢。
- 14、通过对四季的描述，更加深了对婚姻的理解。很好的书，文字优美、语句通顺，很多的深刻的道理由很柔和的语句讲出的。值得一看，保留深思的书！
- 15、婚姻也有四季吗？本书阐述的正是如此。
- 16、HFhGZ
- 17、婚姻每个婚姻都是会有四季的。
- 18、送人的,还好,送人的,还好,
- 19、道理说得对，但书写得比较磨叽
- 20、送朋友很实在
- 21、婚姻随着时间会有不同的味道和感觉，甚至像四季一样，如何度过这春夏秋冬呢？怎样防暑御寒呢？
- 22、开心最重要，买书之后当书到手里的时候，就很开心
- 23、翻了下还行
- 24、婚姻也需要经营，挺有启发的一本书。
- 25、给出走出婚姻冬季的实际措施，给应用和辅导带来帮助
- 26、《他需她要》《爱的五种语言》是给我的婚姻最多实际帮助的书。这本《婚姻的四季》和那两本一样，非常实际，易操作。而且从圣经的角度来阐释婚姻，给出建议。非常好看。一口气读下来。谈到帮助配偶成功和有效利用彼此差异这两章对我而言最为又帮助。这是一本值得拥有的好书。
- 27、物流神速。上午就收到书了，一拿到书就赶紧看。很好的一本书，无论是对于未婚和和已婚的人，还是对于学婚姻家庭咨询的工作人员。这是一本学习的工具书，也是一本提升自己爱的能量的书。
- 28、书名很好，了解下 婚姻的四季是什么样的
- 29、人生、婚姻的起伏就如同四季般，有冷有暖有舒适，所以遇到了就要用相应的办法让自己及对方都生活的很好。
- 30、婚姻有四季，岁月流转皆自然。处在哪个季节全看夫妻自己。
- 31、幸福的婚姻背后难免都要经历不同的季节。每个季节的特点和应对方式点评的也很到位。

其实书中没有什么神秘的理论，都是一看就能明白的道理和技巧的解释。在两性关系中练就了服务的心态和高效的沟通技巧后，事业上也会同样成功。

- 32、心灵鸡汤，方便面理论。没什么养分，生活不是理论，是人生的态度。也就给低情商的人宽心的读物。
- 33、很好的书籍，有助于婚姻质量的提升
- 34、我认真地看了这本书。内容很平实，还有很多实例。当今，忠诚缺失的时代，保卫婚姻，实在不易。
- 35、没读过，给朋友买的，应该还不错吧。看看作者就知道了

《婚姻的四季》

- 36、还没看呢，觉得应该不错哦！
- 37、诊断每个人的婚姻质量，然后可以提高幸福感
- 38、一年又四季，第一次看到婚姻四季，对婚姻过程中两人交往描述的非常经典
- 39、这书不错，简单易懂，作者举了很多夫妻的事例，通过这些例子可以让我更加明白婚姻。值得一看！
- 40、不做三季人，过得了冬才能体会“瑞雪兆丰年”的收获和成长喜悦！
- 41、hope she will be alright

章节试读

1、《婚姻的四季》的笔记-导言

你是处在哪个季节中？<原文开始></原文结束>

一月底了，窗外那棵高大的榆树被白雪覆盖，街道和草坪仿佛铺上了美丽的白毯。学校早已放假，大部分的生意也和这季节一样，冷冷清清。书房里温暖舒适，我坐在壁炉旁，渐渐沉入回忆中。

那年夏天，我们刚刚搬到这个地方。当时，这棵榆树被一棵藤蔓缠绕，挣扎在生死之间。叶子宽阔的藤蔓就要夺去它的生命。顺着小溪望去，我看到很多树已经死去。它们的枝条掉光了，缠满藤蔓的树干仍然指向天空，只须一阵强风，那些树干就会翻倒在地。

我来得太晚，已经来不及拯救其他树木了，但我下定决心要救活这棵榆树。我握着一把锋利的砍刀，复仇一般地向藤蔓砍去。我绕着树，将所有能看到的藤蔓砍断。那些大的藤蔓有五六厘米粗，最小的也有一厘米多。最终，我大胜而归，将余下的工作交给大自然。

不到一周，藤蔓的叶子枯萎了，我感到这棵榆树好像能够顺畅呼吸了。

第二年的春天来临时，榆树已经生发出细嫩的新叶，它傲视着仍然挂在树枝上摇摇晃晃的枯萎的藤条。当又一个春天来到时，死去的藤蔓终于掉落，榆树重获新生。

从那之后，我便开始注意四季的更替。我看见榆树畅饮着春季的甘露，迎接夏日的骄阳，在秋风中脱去旧衣，然后在冬季披上美丽的白色衣裳。

今天，当我坐在炉火边，凝望着窗外展开的冬景画卷，也回忆起我人生的四季。我在回想着卡罗琳和我共度的四十多年婚姻生活，发现我们两个也共同经历了婚姻中春夏秋冬的更迭。

有人说，婚姻生活中也有四季。照这种说法，我们刚刚结婚时是婚姻的春天，充满了对未来的憧憬；接下来是夏季，在这个季节里，我们深陷工作和养育子女的劳苦之中；接着秋天到来，孩子离家后，我们又变得孤独起来；在之后的年岁里，我们经历的便是生命的冬季。尽管这个类比有一定合理之处，但就我看来，它对婚姻的描述过于简单了。

我从事婚姻咨询三十多年，并且经历了四十多年的婚姻生活，我的经验是：我们的婚姻状态经常处在循环更替中，不断地从一个季节转变到另外一个季节。有时候我们发现自己处于冬季，心情受挫、关系疏离，满心愤懑；有时候我们经历着春季，四处涌动着春天的奔放、希望和对未来的期待；又有些时候，我们沉醉在夏季的温暖中，舒适、放松，享受着生命；之后秋天又会到来，带着它的不安、冷漠和恐惧。这四个季节在婚姻生活中会不断循环，正如自然的四季更替。

本书的写作目的，就是描述婚姻中四季的变换，帮助你 and 配偶确定你们婚姻的季节，告诉你该如何从秋季的不安和冬季的疏离、寒冷里脱身，走向春季和夏季的温暖与亲密。也许本书第二部分中谈及的七种策略，不能确保你的婚姻避免秋季和冬季，但可以告诉你采取哪些积极的步骤，从每个季节中获益，也为下一个季节的来临做好准备，并且推进你的婚姻向春季和夏季发展。

婚姻的四季不断更替，每一季都蕴藏着潜能，给你带来健康、快乐，同样，每一季也都是挑战。关键在于，你要具备在四季中提高婚姻质量的必备技巧。

人类不同于树木——树木被动依赖自然环境，人类却有做出决定的能力。我们能够选择那些可以改善、强化我们婚姻的态度和行为。我们可以在婚姻的春季播下爱和希望的种子，让它们在婚姻的夏季结出甘美的果实，有了这样的预备后，即便是到了婚姻的秋冬季节，我们也可以存留彼此间美好回忆，保持畅通无阻的交流。

如果你拿起这本书的时候，正处在婚姻冬季的死寂中，那么请鼓起勇气来。我已经看到上百对夫妇应用了这些策略，在婚姻关系上重新经历春暖花开。即使你只是独自在阅读本书，也会从中受益。这本书会教你如何从自己做起，继而赢得配偶的心，让婚姻走向更温暖的季节。

如果你的婚姻正处于春季或夏季，那么你要注意，不要让藤蔓进入你们的关系当中。我会告诉你，该怎样将负面态度、行为的卷须砍掉，释放你婚姻的生命力，让它在神所计划的婚姻秩序中得以完全。

你周围的朋友可能正经历着婚姻的季节变化，如果你感到本书很有用处，不妨推荐给他们阅读。

《婚姻的四季》

《婚姻的四季》

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