

<<你的婚姻有多美满?>>

图书基本信息

书名：<<你的婚姻有多美满?>>

13位ISBN编号：9787313094780

10位ISBN编号：7313094787

出版时间：2013-3

出版时间：上海交通大学出版社

作者：（英）苏菲·凯勒（Sophie Keller）

译者：唐梦佳译

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>

## &lt;&lt;你的婚姻有多美满?&gt;&gt;

## 前言

想象一下你今年14岁，在学校开始修一门新的课程——婚姻。

在这门课程中，你将会学习经营婚姻的50招。

当你学会了这些小窍门后，剩下的每周课程时间里，就只要和你的同学们一起进行角色演练就行了。就这么简单——其他什么都不用再学，因为这50招就是你经营幸福婚姻所需要了解的全部了。

你在婚姻课堂上余下的时间，就是反复研究这些小窍门，并且把它们融入到你的生活中，为你将来的婚姻做好准备。

这本书清晰地归纳了有助于你们婚姻之树常青的50招。

我相信如果我们都能学会这些小窍门并且将其付诸实践，世界上将会有更多美满的婚姻！

当你阅读这本书的时候，你会注意到有些小窍门你已经能够熟练运用，那么你可以直接跳过它们，但有些技巧对你来说可能是全新的甚至从未想到过的。

如果你愿意在你的感情上投入些时间并且熟练掌握这50招，那么婚姻给你带来的回报将远远超过你的想象，同时也会给你带来无与伦比的快乐。

想拥有美满的婚姻，你需要一直思考：我现在所做的对于我们的感情关系，在将来的一小时、一天、一个月、一年，甚至一生，会有什么影响？

总体上我的经验法则是：如果你对伴侣所说所做的会对你们的关系产生积极的影响，那就去做；如果不能，或者你还不确定，那就要再三考虑一下这暂时的满足感是否真的值得你去冒险。

想让你的婚姻美满，你也要有好的倾听技巧，因为促使婚姻美满的因素中，一半都跟能够倾听并回应你的伴侣有关。

你们还要能抓住一切机会全心全意为彼此付出，为达成一致而不懈努力，让彼此都成长为能够成为的最出色的人。

我的丈夫奥利经常说起多年前的一个故事，那时他参加朋友的父母莉兹(Liz)和修(Hugh)的30周年结婚纪念日聚会。

奥利坐在莉兹身边，看着修最好的朋友——年近60的斯蒂夫(Steve)，正和他带来参加聚会的一位年轻的金发碧眼的美女跳舞、亲吻和调情。

可就在6个月之前，奥利才刚刚见过斯蒂夫在另一场聚会中和另一位美女做着差不多同样的事。

当时才20岁出头的奥利对莉兹说：“哇哦，斯蒂夫是个最酷的真男人！”

每次我见到他，总有不同的女人陪着他，而且都那么性感迷人。

”莉兹用难以置信的眼神看着奥利说，“奥利，每次找不同的漂亮女孩儿，跟她相处几天或者几个礼拜，在这么短的时间内让她觉得快乐和满足，这其实真的很简单。

你想知道谁才是这里最酷的男人吗？”

”莉兹指着她的丈夫说，“是修。

修让我在身体上和心灵上都快乐了30年。

一个男人如果能让一个女人快乐如此长久，那他才是个真男人。

”而我这本书，也就是想要帮助你们拥有一段美满的婚姻。

所以慢慢来，研读这些小窍门，更重要的是去实践它们。

它们真的很管用。

需要的话可以每次学习一个，然后在未来的一星期或者一个月去运用它，让它在不知不觉中融入你的生活，然后再学习下一个。

在你的婚姻关系上投入些时间和注意力吧，你会发现它真的会给你很高的回报。

你们的关系会茁壮成长，未来你和你的伴侣会给彼此带来更多的幸福。

祝大家好运，记得告诉我进展如何。

爱你们的苏菲

## <<你的婚姻有多美满?>>

### 内容概要

《幸福生活50招丛书·你的婚姻有多美满：50招让你的婚姻更美满》主要介绍了婚姻中两性相处的50个技巧，内容包括沟通、冲突、孩子、睡眠、情绪、经济问题等各个方面，为婚姻中两性的和谐相处提供了很多切实可行的建议。

《幸福生活50招丛书·你的婚姻有多美满：50招让你的婚姻更美满》的开头有一个测试婚姻幸福度的问卷，读者可自行测试并根据测试结果选择相应章节阅读。

《幸福生活50招丛书·你的婚姻有多美满：50招让你的婚姻更美满》适应在婚姻关系中的两性以及婚姻咨询师阅读。

## <<你的婚姻有多美满?>>

### 作者简介

作者：（英国）苏菲·凯勒（Sophie Keller）译者：唐梦佳 苏菲·凯勒，《赫芬顿邮报》主笔的“快乐专栏”广受欢迎，荣获“快乐专家”称号。

她曾担任健康女性时尚杂志WholeLiving的生活教练，并因其鲜明的特色而闻名。

此外，她还是Sirius电台的特约专家，也时常出现在KTLA5台的早间新闻以及其他电视节目中。

唐梦佳，2007年毕业于华东理工大学管理学专业，辅修英语。

译有《聆听维也纳》。

## <<你的婚姻有多美满?>>

### 书籍目录

小测试：你的婚姻有多美满？

1婚姻如花般绽放 2正确的性爱频率 3聪明地“争吵” 4说“对不起” 5原谅 6正确处理分歧 7达成一致，而非妥协 8不要当心理医生 9永远的统一战线 10不要爱上未来的他/她 11全心付出 12不要批评别人，以免被人批评 13了解彼此的主要感官 14爱上现实，而非幻想 15使用话语权杖 16不要揭开魔术的奥秘 17关注你们的性生活 18抓紧无形的红绳 19情绪分工 20细节决定成败 21用肢体语言表达爱意 22分享你们的内心世界 23玩在一起 24倾听对方 25比翼双飞 26激发出彼此最好的一面 27一定要沟通 28遵循自己的原则 29不要给对方抱怨你的理由 30第一年的动荡期 31留心你的说话方式 32对错又何妨 33每月开例会 34伴侣比孩子更重要 35以身作则 36找一对模范夫妻做榜样 37别让坏心情影响你们的关系 38了解你的伴侣 39不要在孩子面前吵架 40决策一致 41解决睡眠问题 42尝试理解，而不反对 43风雨相携 44别急着责备 45处理经济压力 46想象人生走向终点的时候 47计划你们的约会 48看到杯子有水的那一半 49卧室风水 50期待你们的婚姻日渐成熟 你的婚姻有多美满？

致谢

## <<你的婚姻有多美满?>>

### 章节摘录

版权页： 触觉人用他 / 她的肢体来交流，喜欢用身体语言来表达。

他 / 她会用触摸和拥抱的方式来表达爱意。

如果你亲吻他 / 她，轻轻抚摸他 / 她的背，牵起他 / 她的手或者撩拨他 / 她的头发，这样最能让他 / 她感受到你的爱。

你主要的感官会反映出你表达自己和感受爱意的方式。

比如说，我就是个非常感性的人，我的主要感官是触觉。

所以当奥利牵起我的手，按摩我的双脚或者用手臂环绕着我的时候，我最能感受到他的爱。

而他是个听觉人，对声音非常敏感，所以当我告诉他我有多爱他，或者他看起来有多帅并且证明这一点的时候，他最为感动。

可能你会觉得你的伴侣并没有用你希望的方式表达他的爱：他不会在适当的时候拥抱你，也不会用你喜欢的方式触摸你。

但是很可能他正在用他自己的方式爱着你，比如他可能喜欢带你出去吃饭，或者他喜欢去赞美你。

如果你是个触觉发达的人并且习惯于通过肢体接触来感受爱——拥抱、做爱或是依偎在他身边——而你的伴侣只是经常带你出去吃饭，或只是经常告诉你他有多爱你却并没有那么多的肢体表达，你就会觉得自己的需要没有完全得到满足。

那么你是个什么感官的人呢？

在什么时候你最能体会到对方的爱呢？

告诉你的伴侣，这样他才能努力用你最能理解的方式去表达他的爱。

另一方面，也有可能你的另一半是个触觉人，但你自己却希望收到鲜花或是一起出去吃饭来感受对方的爱。

通过发现你伴侣的需要是什么，你就能更好地回应他。

反过来，通过了解你是什么感官的人，你的伴侣也才能更好地回应你。

你的另一半是什么感官的人呢？

如果他喜欢被触摸，那么就多拥抱他吧。

如果他是听觉型的，那么就多在他耳边倾诉衷肠吧。

如果他是视觉型的，那么就多给他买些小礼物或者为他盛装打扮一番。

当然，你也可以一个不落，全都做到！

## <<你的婚姻有多美满?>>

### 后记

衷心地感谢我的父母成为我美满婚姻的主要榜样，并且给予我莫大的支持。

感谢菲尔(Phil)和尼克(Nick)的关心和鼓励。

感谢我的特约编辑萨拉·佩兹(Sarall Pelz)，以及Harlequin的出色团队，正是你们的远见和眼光，才让“幸福生活50招”这套书得以诞生。

特别感谢塔拉·凯利(Tara Kelly)和马克·汤(Mark Tang)参与书的装帧设计，以及莎拉·亚历山大(Shara Alexander)和整个营销团队的工作。

感谢热情、聪明和给予我支持的文稿代理人莎朗·玛芬(Shannon Marven)、露西·林奇(Lacy Lynch)、简·米勒(Jan Miller)以及Dupree Miller的所有同仁，你们的指导和支持是无可替代的。

我也要衷心地感谢《赫芬顿邮报》(Huffington Post)，巴贝特·佩里(Babette Perry)，斯考特·沃伦(Scott Warren)，吕蓓卡(Rebecca)和乔尔·曼德拉(Joel Mandel)，萨姆·费舍尔(Sam Fischer)，P.J.夏皮罗(P.J.Shapiro)，阿什利·戴维斯(Ashley Davis)和安德烈·罗斯(Andrea Ross)。

感谢Howhappyis.com网站的所有工作人员，特别是乔恩·斯图尔特(Jon Stout)永无止境的创新，以及特里·凯利(Terri Carey)为大家的组织协调。

最后，当然要感谢我的丈夫奥利和我们的小天使朱达，他是我和奥利爱情的完美呈现。

朱达，你这个最快乐的孩子，你是最棒的！

## <<你的婚姻有多美满?>>

### 编辑推荐

《你的婚姻有多美满?:50招让你的婚姻更美满》为“幸福生活50招”丛书之一。

《你的婚姻有多美满?:50招让你的婚姻更美满》适应在婚姻关系中的两性以及婚姻咨询师阅读。

<<你的婚姻有多美满?>>

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>