

<<新婚3年，决定女人一生>>

图书基本信息

书名：<<新婚3年，决定女人一生>>

13位ISBN编号：9787508623184

10位ISBN编号：7508623185

出版时间：2010年10月3日

出版时间：中信出版社

作者：金淑琪

页数：269

译者：千太阳

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>

<<新婚3年，决定女人一生>>

内容概要

婚姻就是两个人都要从“个人版本”升级到“夫妻版本”。

婚后3年是整个婚姻生活中最为重要的时间。

这期间，如果我们只是沉浸于新婚燕尔的幸福新婚生活中，或是在初期就想让对方臣服于自己，又或是一味地吵架，那往后的50年婚姻生活就会很艰难。

就像3岁时的习惯会带到80岁一样，婚姻也是相同的。

悟出新婚3年的秘密后，再把它恰当地运用到婚姻生活中，剩下的就是享受幸福人生。

<<新婚3年，决定女人一生>>

作者简介

金淑琪，韩国首席婚姻专家、夫妻心理学专家。

成均馆大学教育学硕士、崇实大学教育学博士。

作者在多档韩国热播的电视节目，如MBC《今天的早晨》、《玫瑰战争》，KBS《早上时间》，东亚TV《我的老公变了》中担任嘉宾，并长期从事婚恋咨询服务，是韩国最受欢迎的婚姻专家。

<<新婚3年，决定女人一生>>

书籍目录

第一章：决定你一生幸福的新婚3年 决定你一生幸福的新婚3年 3年间，你身上会发生什么改变？
一定要粉碎的对婚姻的错觉 你绝对不能放弃自己 不要让任何人侵犯到你 只看条件结婚的人容易陷入的5种陷阱 不要把孩子当成解决问题的筹码第二章：“问题丈夫”——窥视像狼一样的丈夫的心理 结婚男人的“逃避回家症” 丈夫想要从妻子那里得到的东西只有一个 丈夫搞婚外恋的真正原因在别处 男人为什么喜欢通过性来解决一切问题 婚后越发孩子气的男人们 他并不是讨厌对话 妻子应避免对丈夫说的5种话第三章：虽然彼此相爱，但我们却做着截然不同的梦——同床异梦的男女 患上疑妻症的男人VS“吃里扒外”的女人 渴望自由的男人VS只求爱情的女人厌恶妻子娘家的男人VS拒绝婆家的女人 浪子回头金不换VS我要做“自由夫人” 变成“石佛”的男人VS沦为“大嫂”的女人 沉默寡言的男人VS唠叨不休的女人第四章：为了使婚姻幸福，你必须跨越的心理障碍 为何单单只有我的婚姻如此不幸 我为何始终无法相信丈夫 我和丈夫之间为什么有这么多的秘密 我为什么每件事情都要批评丈夫 我为什么一味地付出 我为什么不能果断地说“NO” 我为什么对丈夫如此执著第五章：打开幸福婚姻大门的7把密钥 梦想dream 关怀care 金钱money 争吵quarrel 沟通communication 性sex 危机管理crisis management第六章：能将丈夫的心抓牢的女性的共同点 首先宣布自己的女王地位 千万不要对自己过于苛求 能够紧紧抓住丈夫心的女人有共同点 会控制情绪才可以把握幸福 在满足丈夫之前要先管好自己

<<新婚3年，决定女人一生>>

章节摘录

夫妻吵架时，利于达成和解的七种技巧年轻夫妻之间闹矛盾通常都只是打嘴仗。

严格地说，就是双方用语言相互进行攻击的感情消耗战。

而吵架的主题也总是离不开一点，即：妻子希望丈夫能够下班后按时回家，而丈夫则希望能得到妻子的理解和包容。

但夫妻双方往往都不能正确地传达彼此的意思，于是，对话的80%充斥的都是责难之声。

当一方听到另一方的语气中充满了责难时，自然而然地就会将真正要讨论的问题抛诸脑后，继而下意识地启动防御机制，转入战斗状态，互相翻起旧账，开始追究起是非对错，即使这和原本想要讨论的问题毫不相干也在所不惜，到最后索性变成了人身攻击。

如果双方矛盾发展到互揭老底，或是相互进行人身攻击的话，即便是有中间人出面来进行调和恐怕也于事无补了。

因此提示年轻夫妻，即便是吵架也要吵得有技巧，哪些话该说，哪些话不该说，心里一定要有个分寸。

下面，我简单地总结了七个吵架时应注意的地方。

第一，要学会就事论事，不掺杂个人感情。

平时遇到某些事情时，要试着训练自己将事件本身同感情区分开来看。

相信要是能做到这一点，你们之间的矛盾就不会再向极端的方向发展了。

第二，不准骂人。

骂人的话也是有等级之分的，每个人相对敏感的骂人话也都不尽相同。

能够使对方受到强烈刺激的责骂甚至比遭受到身体暴力所造成的伤害还要大很多。

所以，凡事都得有个尺度，而一旦越过了尺度，就很难再达成和解了。

所以这一点要格外注意。

第三，吵架时尽量不要将第三方拉进对话中。

吵架时一旦拉入了娘家或婆家等话题，其结果往往也是不欢而散的。

如果问题果真出现在娘家或是婆家的话，那也请你记住，不要针对某个人，而只是去针对某件事情；不要首先追究是非对错，而是应当首先将自己因事件所受到的伤害，即：将“自我感情”传达给对方。

第四，双方应尽快达成和解，避免僵持。

只是出于自尊心而让夫妻之间的冷战持续很长没有一点好处，而且还很容易引起连锁反应，进而引出其他更多的矛盾，而矛盾一旦经过日积月累之后，即便双方再想靠近对方都感觉非常困难了。

第五，即便是有把握挽回感情，也绝不要轻易地离开自己的“岗位”，或者选择分房睡。

请一定要记得坚守在自己的“岗位”上，要培养同在一个被窝里睡觉的习惯。

不要小瞧这种习惯，它有助于提高你们夫妻之间的感情调节能力。

第六，要学会主动过滤一些不爱听的话。

如果对方说出一些偏激的话，你可要学会读懂对方内心真实的想法哦！

前文中有一句“带孩子有那么累吗”，听起来好像是在说“你做的事有什么了不起？

不就是带孩子吗？

根本不值得一提”。

但其本意其实是想表达与带孩子相比，自己现在的工作也是很辛苦的，对方还是希望能够得到你的理解与关怀。

第七，无论何等生气，也请你坚持听完对方的话。

即便对方正在气头上，说出的话让人觉得难以入耳，但通常来讲，对方说着说着往往也会重新调整自己的情绪，从而认识到自己的错误，认识到说了不该说的话。

这种情况在夫妻吵架的时候是很常见的。

如果你当时只想插进话去打断或回击对方，那么对方想要传达感受的想法也会随即退居二线，继而将受到攻击后想要进行反击的心态顶到前沿、发挥到极致，变成了真的想要与你针锋相对了。

<<新婚3年，决定女人一生>>

这样后果就可想而知，而结局恐怕也很难收场了。

<<新婚3年，决定女人一生>>

媒体关注与评论

聪明的女人懂得如何在保鲜期内料理好婚姻，将幸福的保质期变成一辈子。

《新婚3年，决定女人一生》就像一本秘密指南，让女人在踏入婚姻后不至于迷失了方向。

一本值得所有新婚女人仔细阅读的幸福手册。

——国内畅销情感作家 苏芩新婚3年，两人之间如果没有建立好正确的夫妻关系，他们恐怕要伤害对法一辈子。

——韩国畅销情感作家 南仁淑

<<新婚3年，决定女人一生>>

编辑推荐

《新婚3年,决定女人一生》：一部风靡韩国的两性情感类心理自助读本，上市仅半年，即加印5次；一部夫妻心理学专家倾心力作，新婚夫妻必读的相处圣经；一部写给新婚女人的“幸福企划书”，教你3年用心，换得一生宠爱；一部专为新婚夫妻准备的“调试期相处指南”；透视婚后男人最隐秘的心思，解读夫妻间错位的情感关注；韩国首席心理学专家教你做聪明的女人，远离婚姻保卫战。

<<新婚3年，决定女人一生>>

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>