

<<婚姻保卫战>>

图书基本信息

书名：<<婚姻保卫战>>

13位ISBN编号：9787121130717

10位ISBN编号：7121130718

出版时间：2011-4

出版时间：电子工业出版社

作者：武敬敏

页数：189

字数：192000

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>

## <<婚姻保卫战>>

### 内容概要

在这个快节奏的时代，有多少人的婚姻被房子、车子、票子奴役着；有多少人的婚姻被不快和痛苦包围着；有多少夫妻为了鸡毛蒜皮的小事闹得天翻地覆；还有多少夫妻为了满足强大的私欲无休止地折磨着自己和爱人.....

现在，越来越多的人难以跨越婚姻的三年之痛和七年之痒，最后只能挥刀斩情，挥泪而别。

读者对象：本书将向积极捍卫婚姻的人推出一套经营婚姻的独家说明，以一种全新的视角看待婚姻，以一种恰当的方式融化婚姻中每个人心中的纠结和疑惑，阅读本书会?更多的家庭和谐而幸福。

<<婚姻保卫战>>

作者简介

武敬敏，毕业于廊坊师范学院汉语言文学专业，获文学学士学位。  
曾参与过《二十几岁要懂的99条人生经验》、《每天懂点恋爱心理学》等图书的编写工作。

## <<婚姻保卫战>>

### 书籍目录

#### 第一章 “围城”危机重重，要突围更要保卫

女人爱咆哮，男人爱撒谎  
别让过多的抱怨影响了你们的幸福  
男人出轨，是女人给了机会  
婚后的女人更没安全感  
谁是“闪离潮”的“幕后真凶”  
没有不可能，尽力挽救婚姻  
新鲜感，牵引我们平安跨越七年之痒  
感到辛苦时，告诉自己：这就是婚姻  
婚姻的真谛：拥有并珍惜唯一的“眼前人”

#### 第二章 真正威胁婚姻的是我们内心的欲望

欲望越小，婚姻就越幸福  
盲目的欲望，摧毁了得到的可能  
婚姻是和自己赛跑，不是与别人比较  
人人都期望被欣赏，不愿意被塑造  
除繁去杂，用好生活的减法  
贪婪只会缩短我们感知幸福的时间  
学会控制不合理的欲望  
无论处于什么境况，都可以知足

#### 第三章 要珍惜被爱更要懂得去爱

婚姻不是收获爱，而是付出爱  
热情是生活的调味剂  
要幸福，就要把心中的爱表达出来  
婚姻要坚持“半糖主义”  
沟通是爱被接受的捷径  
给你爱的人自由呼吸的空间

#### 第四章 融洽是我们奋斗的方向

有共同目标的夫妻，爱情不会冷却  
夫妻不要双目对视，而要朝同一个方向注视  
经营婚姻就像“种瓜得瓜，种豆得豆”一样简单  
再简单的幸福，也需要我们主动争取  
互相欣赏，延长爱情的保质期  
我会是世界上最好的妻子  
为生活更和谐而进行必要的“投资”  
交谈“次数”决定幸福指数

#### 第五章 驾驭婚姻，要学会先忍受后享受

长久的婚姻是恒久的忍耐  
琐碎的生活成就生活的美满  
不挑剔，用情人的眼神看待彼此  
以宽容的心容纳伴侣  
夫妻吵架，本没有什么成王败寇  
女人须看透谎言后再担起妻子的责任  
用点智慧，渡过磨合期

#### 第六章 婚姻是个严肃的组织，夫妻要各就各位

婚姻是个严肃的组织

## <<婚姻保卫战>>

找准自己位置，尽职尽责

不想遭冷遇，就做好本职工作

夫妻是合作伙伴，不是上下级

一定要建立合适的对话机制

女人独立，婚姻才会稳固

博学多才，让“组织”生活富有内涵

第七章 给女人多一分宠爱 给男人多一点面子

让妻子有一种被依靠的感觉

对女人贴心，可以保持感情的温度

让男人保持适度的挑战欲

学会示弱，给足男人面子

男人也需要赞美

男人需要肯定，如同女人需要认同

以柔克刚代替强迫命令

切勿把老公当成“男佣”

第八章 婚姻之内不计输赢，就不会两败俱伤

两个好人在一起为什么不幸福

“独一代”的婚姻，为何反不如父辈的牢固

时时更新爱情，让男人认为“老婆是自己的好”

家是讲情的地方，不是讲理的地方

让步和妥协，给婚姻留个余地

婚姻是一场博弈，会输才会赢

第九章 “幸福心理学”为你的婚姻锦上添花

“婚姻制度”并不为幸福而设计

沟通流行于当下，适合于婚姻

换一个角度，幸福就在不远处

死命追求幸福恰为幸福阻碍

不想做而必须做的才是“幸福”的责任

平衡内心，为幸福找到力量之源

给婚姻一点空间，让它呼吸

一份尊重赢得整个世界

第十章 用尽心思在浪漫的事情上

将浪漫进行到底

时常给婚姻加点甜蜜的佐料

让小物品充满家的每一个角落

从生活中采撷情趣

给丈夫一个专属于你的昵称

与所爱的人一起做顿饭

放下所有的事，陪爱人度过美好的一天

第十一章 女人一旦变成“绝望的主妇”，幸福就会渐行渐远别让主妇的身份限制你

不做婚姻里的“克格勃”

女人不靠啰唆来确立在家中的位置

谁也没有责任承担你无穷的眼泪

走进家门前，先脱去烦恼

三“Z”女人是当今社会的主角

第十二章 婚姻和事业不能完全守恒，但要尽力去平衡

事业只是获取幸福生活的一种手段

<<婚姻保卫战>>

回家，把工作关在门外  
要有一手应付意外的技能  
男人的打拼需要女人的陪伴  
在事业与家庭之间跳一场“平衡舞”  
女强人，不要把权利规则带回家  
妻子要记住：自己首先是女人然后才是女强人  
第十三章 婚姻不是无根之木，金钱架起一半的幸福  
看紧他的钱包，就是看紧自己的钱包  
没有爱情不行，没有面包万万不行  
婚姻里的话语权由经济地位决定  
在金钱面前，男人女人不同心  
男人只是你财富的“备用方案”  
莫让金钱腐蚀了婚姻

## &lt;&lt;婚姻保卫战&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：婚姻是什么？乐观主义者说，婚姻是男人给女人一个承诺，女人给男人一份柔情；悲观主义者说，婚姻是爱情的坟墓，是一个一旦进去就总想逃出来的“围城”，而现实主义者形象地说，婚姻就是一个女人对一个男人咆哮，一个男人对一个女人撒谎。

话虽犀利，却也不无道理。

已婚男人听力似乎退化得厉害。

工作了一天的妻子回到家，见丈夫身子和沙发亲密无间地靠在一起，于是扯掉他手里的报纸，低吼：“听见没有，拖地板，还有十分钟老王就来了！”“你去不去？”声调是高八度的，两手叉腰，仿佛火山就要喷发，男人如梦初醒，一翻身冲到扫帚边，“扫，扫，我扫了还不行么，何必这么大火气，说话不会轻点么。

”换位思考一下：丈夫为什么会听力迅速退化？婚后的女人是不是也无意间有了很多变化？很多女人在恋爱时温柔如水、性情温和，令男人怦然心动。

可是，等到结婚后，甚至婚礼刚刚过去，她就判若两人，变得爱唠叨，易发怒。

在家庭中，有的女人发怒常常到了歇斯底里的程度。

从本质上来说，这是女性保护自己的本能反应，理论的说服很难起到作用。

我们知道，女性特有的精神症状之一就是“歇斯底里”，男性虽然也有歇斯底里的行动，但像女性那样的近乎疯狂、手舞足蹈的情形是非常罕见的。

为什么只有女人有这种奇妙的现象呢？实际上，女性在感到自己有危险时，会利用歇斯底里来摆脱危机。

这是动物的拟态现象。

严重的歇斯底里症状不但男性不明就里，连作为当事者，女性也是无法解释的。

例如，丈夫酗酒成性，不顾家庭，每天都三更半夜才回家。

有一天当他回到家里，妻子突然手腕不能动了。

丈夫对妻子的变化感到非常吃惊，以后他就早一点回家，而妻子的手腕经过这种“心理治疗”，也像以前一样活动自如了。

## <<婚姻保卫战>>

### 编辑推荐

《婚姻保卫战:婚姻决定人的一生活》：顺利摆脱三年之痛和七年之痒的实战指南成功经营婚姻和家庭的经典力作家不是一个讲理的地方，男人需要肯定，女人需要认同，多一点宽容，多一点忍让，幸福自然来。

在必要的时刻，给爱人以精神上的宽慰，思想上的关心，生活上的照顾。

经营婚姻需要一种艺术的眼光，要懂得从什么角度欣赏对方，而不是去挑剔对方。

我们对爱要坚持“半糖主义”，双方保持一定的距离，给彼此留出空间和自由，这样的爱才会持久，不致令人厌倦。

在琐碎的生活中发现乐趣，互相谅解，这是婚姻幸福的秘诀。



<<婚姻保卫战>>

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>