

<<为婚姻立界线>>

图书基本信息

书名：<<为婚姻立界线>>

13位ISBN编号：9787807478898

10位ISBN编号：7807478896

出版时间：2010-10

出版时间：海天出版社

作者：(美)亨利·克劳德, (美)约翰·汤森德

页数：202

译者：董文芳

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>

<<为婚姻立界线>>

前言

最近，我（汤森德博士）分别与两对朋友夫妇共进晚餐。

这两对友人结婚都已超过四十年，正是一般人所谓的“金色年华”。

当然，我们在这个阶段，多年来的亲密爱情与努力建构的关系都达到令人满意的深度，可是，这两对夫妇的不同表现，却叫我叹为观止。

哈洛与莎拉先拿哈洛及莎拉这一对来说吧。

那天晚上我享受了一顿自助全餐，每一道都要凭餐券选取，晚餐进行得很顺利，眼看就要吃甜点了。

哈洛将手伸进衬衫口袋，准备掏出甜点券。

他将餐券在莎拉面前晃了晃，不经意地说：“莎拉，甜点！”

他没有说，“莎拉，请你帮我拿甜点好吗？”

更不是：“亲爱的，要不要我帮你拿甜点呀？”

哈洛胸有成竹地认定，莎拉一定会顺从他的简短指令行事。

我一时语塞，只好静观事情的发展。

显然哈洛公开展现他的丈夫权威，令莎拉有点尴尬，她坐了几秒钟，想着该怎么做，然后鼓足了勇气，语气平静有力：“你为什么不自己去拿？”

哈洛一脸诧异，显然还不太习惯妻子不听指挥。

不过，他强作镇定地消遣了一下某些女性的盛气凌人，就离座去取甜点了。

这时，莎拉向我说：“真对不起，这回有朋友在场，我实在是忍无可忍了。”

我替莎拉感到难过，她今晚对丈夫的反应原来是个例外，而不是常态。

<<为婚姻立界线>>

内容概要

婚姻——两个独立个体，才能结合，成为一体！

只要当你与配偶彼此了解并尊重对方的需要、选择与自由，才能自愿地付出，并彼此相爱。

《为婚姻立界线》一书提供了你所需的指导。

得奖畅销作品《过犹不及》的知名作家与辅导专家亨利·克劳德与约翰·汤森德，教你如何将立界线的原则应用在婚姻生活中。

这本众人企盼许久的佳作，帮助你更深地了解婚姻中的摩擦、伤害与背叛——并超越这些，实现双方所渴望的彼此关怀、互重互信。

<<为婚姻立界线>>

作者简介

作者：（美国）亨利·克劳德（Dr.Henry Cloud）（美国）约翰·汤森德（Dr.John Townsend）译者：董文芳亨利·克劳德博士(Dr.Henry Cloud)，约翰·汤森德博士(Dr.John Townsend)，他们是美国广受欢迎的讲员、知名作家与执业心理医师，并共同主持全美播出的心理咨询节目“新生命”（New Life Live），也合办讲习会、研究中心与教会训练小组。

两人毕业自同一所心理研究院（Rose-mead Graduate School of Psychology）.获临床心理学博士学位，也在加州新港滩合开心理辅导诊所.他们是许多畅销书的作者，包括《过犹不及》、《为孩子立界线》、《为约会立界线》等。

<<为婚姻立界线>>

书籍目录

前言 佳偶？

怨偶？

——两对夫妻的故事第一部 了解界线第1章 界线到底是什么？

界线的重要性 所有权 责任 自由 界线的铁三角 保护 自制 界线的例子 第三者的协商第2章 在婚姻中应用界线的十律 第一律：因果律 第二律：责任律 第三律：能力律 第四律：尊重律 第五律：动机律 第六律：评估律 第七律：积极律 第八律：嫉妒律 第九律：活动律 第十律：显露律第3章 向自己说不，让你更可爱 没有人想要读的一章 除去眼中的梁木 掌握自己的人生 作为“好人”的配偶 不可有双重标准 让配偶自由 为自己的性格立界限 是过程，非完美 切勿扮演上帝的角色 否认自己的本相 从关系中退缩 缺乏责任感 自我中心 论断 控制欲 界线的形式多样 为我们的控制欲立界线第二部 在婚姻中设立界线第4章 二人才能成为一体 两个人！

！

彼此互补？

还是彼此成全？

婚姻无法成全的地方 成年人为自己的产业负责 要求对方为自己负责 看重自己及配偶的产业 明白“你不是我”的道理 珍惜对方的存在 成年人尊重彼此的自由第5章 你看重什么就得到什么 有史以来最糟的价值 结语第6章 价值观1 爱你的配偶 更深地认同配偶 让对方过得更好 爱配偶如同爱自己 委身行为 远景第7章 价值观2 诚实 参考原则 更深的亲密感 欺骗有理第8章 价值观3 忠诚 为何分道扬镳 没有借口第9章 价值观4 怜悯与饶恕第10章 价值观5 圣洁第三部 解决婚姻中的冲突第11章 三人行不行？

外界影响内在 为何容不下第三者？

割舍便是保护 外界不一定是第三者 第三者是婚姻挣扎的征兆 亲密感也可能促成第三者 填满真空 不知道自己的限制 对婚姻习以为常 与外人立界线 无法生活在歧异中 避免冲突 第三者的种类第12章 六种常见的冲突 冲突一：其中一方犯罪 冲突二：一方的不成熟或破碎 冲突三：双方都没错的伤害 冲突四：偏好相左 冲突五：个人欲望VS整体需要 冲突六：已知与未知的问题第13章 喜爱界线的配偶 第14章 抗拒界线的配偶 界线也会不受欢迎 因应界线之苦的态度取决于性格 越界的一方如何醒悟 无知并非性格问题 先自我省察 抗拒界线的原因 特定状况下的例外 若是性格问题，就要费心了 你的行动清单 尊重你的配偶 处理愤怒与冲突的升高 第四部婚姻界线的迷思第15章 避免在婚姻中误用界线 为了错误的因素受苦 为逃避成长而立界线 界线与离婚结语

<<为婚姻立界线>>

章节摘录

一旦你识别出四围界线，就容易找出这片地产的所有人。

以房地产而言，我们通常说是某某人“拥有”这片土地及地上的所有物。

在婚姻关系中，厘清所有权非常重要。

‘一旦我弄清楚了我们关系中的界线在哪里，就可以得知是谁“拥有”感觉、态度及行为等，知道这些“归属”于谁。

假如其中一项发生问题，我也自然会知道问题属于哪一方。

婚姻关系更需要双方都具有对自身的所有权。

我（克劳德博士）不久前就在一对夫妻身上亲眼目睹了缺乏所有权的情形。

卡罗琳和乔来找我时不约而同地抱怨他俩没法停止争执。

我问卡罗琳他们在争执些什么，她回答：“他总是对我怒目相向，让我觉得非常受伤，他有时真的很恶劣。

”我转头问乔，“你为什么这么生气？”

”乔不假思索地说：“因为她总想管我和我的生活！”

”我又把头转向桌子的另一端，心想这一对八成要开始打一场“乒乓”球赛了，我继续问卡罗琳，“你为什么想要管他？”

”她脱口而出：“因为他总是埋头在自己的事里面，对我不理不睬。

”两个人都把自己的行为归咎于对方。

我知道再问下去，他们两位应该可以从火药味里嗅得出一点幽默的味道，于是我故意问：“你为什么对她视而不见？”

”他马上反击道：“因为她唠叨个没完，又爱管人……我只想离她远一点。

”我再试了一遍，希望他们其中一方可以开始掌管自己的行为所有权，我问她为什么要唠叨，她仍然想也不想地说：“因为他根本不理我要他做的事。

”我希望他们注意到我每问一个问题，头就像钟摆一样，他们还是不断将这个所有权的球弹给对方，不肯收回自己的行为所有权，而且压根认为，自己的行为是对方造成的。

<<为婚姻立界线>>

媒体关注与评论

“约翰与亨利写作此书，令我们等待多时——此书的确值得众人久候!《为婚姻立界线》提供了配偶互重的关键，并具备实现婚姻目标的秘诀：这样杰出的作品，不容你忽视。

”——雷斯与莱丝莉派洛特《抢救婚姻》作者“克劳德与汤森德博士再度创作出另一部杰作!再没有人比他们更了解界线的艺术与学问了，不论是心理辅导的专业人员或夫妻们，都能受惠于他俩深入浅出的指导与说明。

”——艾奇博哈特博士 富勒神学院心理学教授与研究所前所长

<<为婚姻立界线>>

编辑推荐

《为婚姻立界线:如何建立你的心理界线》：下一个男人真的会更好吗?下一个女人真的会更好吗?

<<为婚姻立界线>>

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>