

# 《幸福婚姻七法则：全美首席人际专家的行——欧美家庭心理指导经典读本》

## 书籍信息

版次：1  
页数：  
字数：  
印刷时间：2003年08月01日  
开本：  
纸张：胶版纸  
包装：平装  
是否套装：否  
国际标准书号ISBN：9787220064159  
丛书名：欧美家庭心理指导经典读本

## 编辑推荐

戈特曼具有科学家的精神，同时拥有一个浪漫者的灵魂，如此特质才使本书问世。——《新闻周刊》

历时25年关于婚姻家庭的划时代的研究！——《今日美国》

一本超乎寻常的实用指南，引导你营建明智的、美满长久的婚姻。——丹尼尔·戈尔曼，《情商》的作者

戈特曼的书既平实又令人耳目一新。它不是来自火星（隐喻男人），也不是来自金星（隐喻女人），而是立足地球。——比尔·马弗尔和杰弗里·诺曼《美国方式》

## 内容简介

从事心理学工作以来，常常会为夫妇们的种种困惑感到忧虑。尽管许多学者对领域的问题进行了深入细致的研究，并提出各种解释婚姻行为的理论和解决婚姻问题的技术。但比起人们不得不面对的众多婚姻问题来，这些理论和技术仍然让人感到局限。而最终，夫妇们要为自己生活中的点点滴滴做出坚持不懈的努力。因此，他们似乎不仅仅应该在困惑和危机时充当专业技术支持的接受者，同时还应该成为这些知识的主动学习者、评价者和实践者。可以说，夫妇们每天都在以自己的行为为我们的种种理论进行正面或反面的例证，在婚姻问题上，人们更需要的是知识，而不是一个一个时段的技术支持。但在这个时候，我们往往会发现，人们对自己的婚姻懂得甚少。约翰·M.戈特曼博士的《幸福婚姻七法则——来自全美首席人际专家的行为指南》无疑成为人们婚姻知识荒漠中的一流清泉。

本书作者提出的理论和技术基于大量的科学观察和数据分析，因此可信；大量描述生动的个案，使其易懂；而那些科学、简单、有效的训练使其技术易于掌握。

## 作者简介

约翰·M.戈特曼是研究婚姻家庭问题的\*影响力的科学家之一，现任华盛顿大学的心理学教授，以及西雅图婚姻家庭研究所主任。他毕业于费尔雷迪克森大学，获得物理数学专业学士学位。此后，在马塞诸技术研究所获得心理学硕士学位，在维斯康辛大学获得临床心理学博士学位。

## 目录

## 致谢

第一章 幸福婚姻的真相

第二章 怎样预测离婚

第三章 法则一：改进你的“爱情图谱”

第四章 法则二：培养你的喜欢和赞赏

第五章 法则三：彼此关注

第六章 法则四：让配偶影响你

第七章 婚姻生活中的两类分歧

第八章 法则五：解决可解决问题

第九章 常见可解决问题的处理

第十章 法则六：克服固步自封

第十一章 法则七：寻求共同意义

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)