

《为婚姻立界线》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2006年01月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787561432761

编辑推荐

《为婚姻立界线》是全美知名的心理与婚姻辅导专家亨利·克劳德与约翰·汤森德，继美国 ECPA 金章奖得奖作品《过犹不及》，《为孩子立界线》之后又一力作。

二人成为一体：这是婚姻的理想。不过或许你已经发现，此话说来容易，做起来难！如何才能解决问题？如何建立健全的沟通管道？如何解决冲突，处理双方不同需要的挣扎？在二人合为一体的过程中，常可见裂痕产生。这也就是为何界限的原则——我们定义与维持个体性、个人自由及价值的方式——是如此重要：同样地。假如你希望你们的婚姻关系能够滋长，《为婚姻立界线》一书的内容提供了关键之道。

内容简介

《为婚姻立界线》要告诉你：为何界限与“界线十律”是婚姻幸福的基础；夫妻双方的价值观是如何形成婚姻的整体架构的；如何保护婚姻关系，不受父母、外遇、个人偶像等第三者入侵；为何夫妻双方需要设立个人界线，并如何实行；如何与了解并看重界限的配偶——以及抗拒界线的配偶——立界线。将帮助你与另一半共同体验婚姻的佳境。你会学到如何处理背叛问题与受到侵犯的婚姻界线，并发展出爱、关怀、欣赏与成长的相互关系。

作者简介

亨利·克劳德 约翰·汤森德，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学研究院（Rose-mead Graduate School of Psychology）

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，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：双方都没有错的伤害

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

处理愤怒与冲突的激化

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

顺服

界线与离婚

结语

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)