

# 《婆婆.是家人不是外人》

## 图书基本信息

书名：《婆婆.是家人不是外人》

13位ISBN编号：9789861203935

10位ISBN编号：9861203931

出版社：春光出版

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《婆婆.是家人不是外人》

## 前言

編輯室的話 春光出版總編輯 楊秀真 我在結婚前就聽聞許多朋友的婆媳問題。每次聽都讓我心驚膽戰，也對婚姻產生極大的恐懼。實際進入家庭，一開始的蜜月期過了之後，問題果真慢慢浮現。生活習慣、個性上的種種差異，都讓我覺得不適應。而在工作中與娘家可以坦然說出口的「我不要」或「我不想」、「不認為」，到了新家庭，卻怎麼也開不了口。有時不小心把內心真實想法說溜嘴，又後悔得要命。其實，我公婆是很好的人。只不過囿於時代背景不同，彼此之間一定有些代溝。隨著時間累積，我變得經常跟朋友抱怨，讓自己也成為「可憐的小媳婦」。直到為了本書拜訪黃越綏老師。原本也沒期待會有工作以外的獲得。但跟老師聊著聊著，忍不住便把自己的狀況當成「案例」，向老師討教。老師詢問了婆婆的個性、我們的相處狀況後，直接提供了解方：妳婆婆愛吃披薩，妳就買給她吃，送禮物也行。但切記，「不要刻意」送，一定要假裝是「剛好、不經意」。我很驚訝，因為這樣一來，婆婆怎會知道我是特地討好她呢？老師解開了我的疑惑：「老人家最怕『別有居心』的討好。一定要假裝——當然，也要真心——自己是順便路過，或剛好有朋友送，而做媳婦的把婆婆放在心上，所以就借花獻佛了。婆婆一聽，認為妳即使在外頭也惦記著自己，一定會非常感動！這樣的討好既不刻意又很容易做到，不是很好嗎？」我不禁恍然大悟！

因為跟公婆同住，總給自己很大的壓力，認為要時時小心謹慎，逢年過節表達心意，卻忘記老師說的「時時刻刻放心上」。對娘家或先生孩子都做到如此，但不知怎地，通到公婆的那根筋就是沒通。老師說，年紀大了，面對的就是死亡與疾病，人生毫無希望，難免渴望抓緊一些權力或地位。年輕如妳我，倘若能多一分理解，多一點婉轉，相信不需要委屈就能讓雙方相處和樂。「人到老了其實都很好騙的。『順、捧、哄』，就能讓他們開心得不得了。」老師給了我三個字。看似簡單，但卻是她本著婚姻諮商理論基礎，加上二十多年實際接觸個案之後，歸結出來的結果。春光出版很榮幸能與黃越綏老師合作。老師在多年後重新以「婆媳」為主題創作，她期盼能給現代媳婦多一些立論基礎，瞭解個人、人際之間複雜的心理狀態，從而應用於生活之中。我正在努力落實老師的建議，也期盼您能從這本書中，得到幫助。附註：後來我婆婆到底吃了披薩沒？吃了。我跟婆婆說，因為先生的公司在那附近，他又「順道」經過，打了電話問我吃不吃。我說媽媽愛吃，買一些回來吧。婆婆好開心，之後還跟親友說是我特地買給她吃的呢！

# 《婆婆.是家人不是外人》

## 内容概要

婆婆.是家人不是外人，ISBN：9789861203935，作者：黃越綏

# 《婆婆.是家人不是外人》

## 作者簡介

黃越綏 出生於台灣南部的政治家庭，婚後隨夫僑居菲律賓，研究所畢業後，曾以資優講師身份保送到哈佛大學深造，並參加各種心理輔導諮商課程的專業訓練，在海外從事臨床實務研究達六年之久。一九八六年丈夫意外被綁架後結束一段令人羨慕的婚姻，這幾乎使她崩潰，但她還是很堅強地面對並獨立撫養三個稚兒成年，重返台灣從事婚姻心理諮商專業工作之餘，透過大學講課、專欄、公開演講及主持電台、電視節目及十餘冊的著作來推動兩性平權教育，落實民主政治以及社會福利制度對人權的保障等重要理念，且每年定期利用寒暑假負笈北美洲與政府單位及家庭婚姻心理諮商學術界作專業交流。學歷：菲律賓大學公共行政管理（MPA）碩士 美國哈佛大學東方民族基金會研究員 美國心理諮商協會（ACA）會員 美國婚姻家族治療協會（AAMFT）會員 美國（PAIRS）心理發展基金會講師著作：婆媳牽萬情、台灣婚姻檔案、婚姻靠經營怎樣享受滿分的婚姻、黃越綏詩集、母女江山等

# 《婆婆.是家人不是外人》

## 章节摘录

婆媳意見不同是正常，先「聽」再「說」 婆媳意見不同純屬正常 人為什麼要結婚？相信為了愛情占大多數。愛情能帶給我們什麼？當然是快樂，而且只有源源不斷的快樂才会有幸福的感受，不是嗎？然而，天下沒有白吃的午餐，快樂並不是只靠祈禱就會從天而降的禮物，而是家庭中的每個成員有志一同，朝這個目標去努力。 在家庭裡，尤其是對與婆婆同住的媳婦來說，心理上要先有建設。這個世界為什麼會顯得多采多姿而令人好奇與興奮？就是因為有太多超乎想像的差異存在，否則，只有自己和鏡子裡的自己一起活在這世界上，將是件多麼乏味與缺少活力的事啊！我們也許不需急著向差異臣服，但至少接受正面的挑戰是彼此學習與合作的機會，而非分歧與離異的藉口。 在婚姻中有個非常重要的觀念，就是「不要試著去改造對方」，在愈文明的社會，人的自主性就愈強，除了對法律的尊重外，很少人願意被奴役，不論是思想還是身體都是如此，或者應該說，只有因認同而順服，不願意接受權威性的長期箝制。聰明的現代女性，既然妳連自己的另一半都無法以愛、婚姻或子女之名加以改造，又何苦自找麻煩、自不量力地想改造婆婆？何況婆婆想改造妳的意志，可能遠比妳的想法更堅定。 與婆婆意見不同在所難免，但要如何不怕正面溝通？其實重要的是，在溝通的過程中要避免衝突，即使無法避免，也要避免將衝突的範圍擴大；在溝通的過程中一定要掌握問題的重點、清楚自己要達成的目的，要讓意見不同的對方有完全發言的機會，不要急著辯解，也不用太在意面子與輸贏的問題—因為哲理有說「雖輸了面子，反而贏了裡子」或「吃虧就是占便宜」，這不只是哲理，也是人生智慧。

# 《婆婆.是家人不是外人》

## 媒体关注与评论

台灣「好媳婦」活動天后李佩甄 財團法人愛家文化事業基金會副執行長林清儀 真心推薦(以上依姓名筆畫順序排列)

# 《婆婆.是家人不是外人》

## 章节试读

### 1、《婆婆.是家人不是外人》的笔记-第一部分

不要口无遮拦地在婆婆面前数落她儿子或其他家庭成员的不是。尤其当婆婆在你面前数落或教训她儿子的百般不是或缺点时，切记勿忘形地跳进去跟着大百般不是或缺点时，切记勿忘形地跳进去跟着大肆批判，并暗自开心，误以为找到了知音，那你就太傻了！

责骂儿子，对母亲而言是天经地义；可媳妇当着婆婆的面数落她儿子，则是不给婆婆面子，甚至会让她觉得难堪。婆婆表面上或许不明说，但心中多半存有疙瘩的，况且当婆婆在捅她儿子的蜂窝时，你既采不到蜜吃，又何必在旁摇旗呐喊？最重要的是，你在不真正了解婆婆的动机之下，冲动附和的结果，只会让她觉得你“盲目”而已。

# 《婆婆.是家人不是外人》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)