

《当金星遇见火星》

图书基本信息

书名：《当金星遇见火星》

13位ISBN编号：9787510436710

10位ISBN编号：7510436710

出版时间：2013-1

出版社：新世界出版社

作者：【美】菲莉斯·科赫·薛拉斯博士 (Phyllis Koch-Sheras, Ph.D.) , 【美】皮特·薛拉斯博士 (Peter Sheras, Ph.D.)

页数：222

译者：陈芳芳

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

《当金星遇见火星》

前言

《当金星遇见火星》

内容概要

《当金星遇见火星:夫妻相爱一生的秘密》提出了看待夫妻关系和婚姻的一种革命性的新方式。薛拉斯夫妇指出，只要学会把自己的夫妻关系当成一项事业来经营，任何人都可以在自己的生活中找到持续一生的爱。在《当金星遇见火星:夫妻相爱一生的秘密》当中，作者为读者提出了一个简单易懂的4步计划，指导人们通过承诺、交流、目标和圈子来更好地维系夫妻感情，以此来帮助你和你的伴侣形式一种深刻、令人满意且持久的关系。

海报：

《当金星遇见火星》

作者简介

菲利浦·科赫·薛拉斯博士、皮特·薛拉斯博士：世界知名的心理治疗师，畅销书作家，电视节目主持人。他们经常出现在CBS、CNN、ABC等全国性电视台的谈话节目和新闻节目中。他们还创制了一档有线电视节目——《夫妻力量半小时》。

书籍目录

前言\ 1

第一部分

重新定义—夫妻意味着什么？

第一章 “持续一生的爱”：夫妻不是“夫”和“妻”简单相加

什么是“持续一生的爱”？\ 006

为什么选择“持续一生的爱”？\ 007

“持续一生的爱”，何乐不为？\ 008

“持续一生的爱”，真的可能吗？\ 012

什么是独立存在的“夫妻”关系？\ 013

为什么“持续一生的爱”只是个案而非常态？\ 017

如何创造独立存在的“夫妻”关系？\ 018

从问题到可能，看这对夫妻如何一路向前？\ 019

第二章 夫妻特征：四种类型的夫妻

浪漫型\ 025

传统型\ 029

自我关注型\ 031

多样性是生活的调味剂\ 033

动态型\ 035

不同夫妻类型的常见特征\ 042

第二部分

创造“持续一生的爱”：通过四“C”获得“夫妻力量”

第三章 第一步：承诺（Commitment）

怎样对你的“夫妻关系”做出承诺？\ 051

如何创造夫妻的美好愿景？\ 055

新的夫妻语言有什么神奇功效？\ 061

设计夫妻公告有何妙招？\ 067

怎样让夫妻公告永葆活力？\ 074

第四章 第二步：协作（Cooperation）

终极团队—夫妻\ 082

协作与妥协的秘诀\ 085

如何组建“夫妻”终极团队？\ 086

“夫妻”团队如何达成共同目标？\ 097

怎样策划出其不意的庆祝？\ 102

第五章 第三步：交流（Communication）

负责任的交谈 107

非语言交流\ 110

处理冲突\ 117

将消极重新定义为积极 124

书面语言\ 126

第六章 第四步：圈子（Community）

夫妻圈子\ 132

对圈子的需要\ 135

圈子的益处\ 137

圈子的种类\ 138

圈子主题\ 145

圈子的能量\ 148

第三部分

《当金星遇见火星》

每日生活中的挑战与可能性

第七章 对于四“C”原则的应用：战胜爱的外部挑战

个人主义\\ 156

夫妻职业规范\\ 159

金钱与财产问题\\ 162

性别\\ 166

抚养孩子\\ 172

家人与朋友\\ 178

网络与媒体\\ 181

失去家庭成员\\ 183

第八章 对于四“C”原则的应用：战胜爱的内部挑战

态度、信仰及行为\\ 191

对挑战做出评估\\ 201

何时需要专业帮助\\ 202

第九章 四“C”原则之外的小贴士

夫妻意识（Consciousness）—第五“C”\\ 211

夫妻—让人舒心的绿洲\\ 215

结语 面向未来 221

《当金星遇见火星》

章节摘录

版权页：为什么“持续一生的爱”只是个案而非常态？如果说可以持续一生的爱充满吸引力，彼此陪伴作为“夫妻”生活在一起让人满意的话，那为什么这样的爱、这样的情况少之又少呢？我们认为其中的主要原因之一应该归咎于我们所处的西方文化。在过去的几十年中，西方文化慢慢滋养出“唯我的一代”，到现在“唯我”这种想法在我们中间依然可见。历史学家兼社会评论家克里斯多夫·拉什就是首先指责病态自恋的学者之一。他认为，这种病态的自恋是引起美国民众精神危机及夫妻关系危机的原因。他在1979年出版的著作《自恋文化—美国人生活前景不容乐观》中这样写道：“活在当下，就是我们活着最大的热情所在—活着就是为了自己，不是为了你的前辈或者你的子孙。”因此，就目前来看，夫妻关系面对的所有挑战中，最为显著且广泛存在的就是这个普遍的理念—“为自己”。也就是说，独立自主，满足自身需要的理念包含了最高形式的个人作用。在以个人为中心建立的夫妻关系中，双方最为在意的就是自主性、个人权力及自我控制的丧失。在这样的夫妻关系中，夫妻只不过是达成一致协议的两个个体，他们的目的其实是为了满足个人需要，愉悦自我。尽管以自我为中心的理念也有一定的正面意义，比如很强的言论自由，但是，很多夫妻最终还是因为这一理念过早地结束了彼此之间的关系，成为其没有必要的牺牲品。很多研究专家注意到，美国居高不下的离婚率应该是社会过于强调“个人主义”的直接后果。如果一种文化直接宣扬“顽固的个人主义”，那么选择离婚就很有吸引力，真正践行这一选择也就变得司空见惯了。对于充满功利心的个体来说，夫妻关系就像是两个成年人之间为了实现各自的利益而签订的没有任何约束力的合同一样，在一定情况下，为了维护各自的利益，离婚在他们看来是唯一有意义的选择。如果夫妻关系无法满足他们各自的需要，合乎逻辑的做法就是一拍两散。夫妻关系作为构成社会的最基本的单元，就其形成和维护来说，离婚构成了严重的破坏。此外，离婚对于孩子、其他家庭成员以及整个社会也会产生极其不利的影响。作为一个社会人，我们倾向于认为幸福的人，其夫妻关系也是其乐融融的，而实际则不然，现实和我们的想象恰恰相反。从我们的经验总结来看，是其乐融融的夫妻关系成就了幸福的个人。两种观点看似没什么差别，实际上相差甚远。要让爱情持久稳固，你没有必要一个人努力往前冲，你要做的是在彼此的关系上尽自己应该尽的力。实际上，和分析自我相比，着眼于彼此的关系，为之创造一个美好的愿景其实更容易，也少些危险。

《当金星遇见火星》

媒体关注与评论

在所有关于两性关系的读物中，《当金星遇见火星》无疑是最值得阅读的一本！——《洛杉矶时报》

《当金星遇见火星》

编辑推荐

《当金星遇见火星:夫妻相爱一生的秘密》编辑推荐：1、为薛拉斯博士夫妇二人共同撰写，结合了自己的婚姻生活以及作为心理治疗师的经验，重新定义了夫妻关系，提出将“夫妻”看作个协作团队，设立团队目标共同努力，创造夫妻公告，让夫妻双方都可以得到进步和满足。2、将夫妻关系分为浪漫型、传统型和自我关注型3个常见类型，针对不同类别夫妻关系中存在的问题提出不同的解决办法和相应的改变方案，达到让爱持续一生的终极目标。3、为读者提出了一个简单易懂的4步计划——承诺、协作、交流和圈子，层层深入，并总结了在进行这4步计划时夫妻二人可能遇到的问题和解决措施，帮助夫妻之间形成一种深刻、令人满意且持久的关系。4、书中列举了许多真实的例子，生动有趣，提供了具有很强操作性的范本。可以很好地引起读者共鸣。

《当金星遇见火星》

精彩短评

- 1、两性关系或者说的更大些的个体和个体关系真是一门学问，主要讲建立一个“我们”的团队 建立婚姻公告 沟通 反馈，这就是主要的步骤
- 2、好像买错书了...不过反正很薄也就迅速的读了一遍，还算有些可取之处吧...强调了全面沟通的重要性，任何的隐忍和不满都是定时炸弹，这到和我的观点挺一致的，不过就是关于方法的描写太欠缺了...
- 3、说半天就是重在沟通，可知人和人的沟通有时候没有用
- 4、冗杂拖沓，逻辑性较差，例子僵硬不生动，导致看完书会感觉是为了写而写出来的一大堆废话。
- 5、关于心理的书国外好像都比较在乎列举事例。
- 6、对自我主义浓重的“夫妻”双方个体都是受用的，西方人善于发现问题和解决问题，值得学习和借鉴，婚姻的确需要用心和慧一起来经营。
- 7、本质是讲人和人之间的沟通，并不局限于夫妻
- 8、持续一生的爱：commitment corporation communication community consciousness 【KPW】

《当金星遇见火星》

精彩书评

- 1、薛拉斯夫妇指出，只要学会把自己的夫妻关系当成一项事业来经营，我特别同意，首先经营这个词很喜欢，爱情总不能一直浑浑噩噩下去，也不可能因为浑浑噩噩就地老天荒下去，两个人一定要彼此了解的，所以，这本书从不同的角度来丈量对方，指导我们通过承诺、交流、目标和圈子来更好地维系夫妻感情。很棒。
- 2、如何和伴侣形式一种深刻、令人满意且持久的关系，这是很多人都挠头的事情，毕竟两个不一样的人、不一样的思想、不一样的生活环境、不一样的习惯的人要走在了一起，并且要走整整一生的长度，《当金星遇见火星:夫妻相爱一生的秘密》给予一个指导，很实用。
- 3、金无足赤，人无完人。经过浪漫的恋爱时期，最后成为一家人，恋人之间的那种神秘感慢慢消失，恋爱中隐藏起来的缺点开始暴露无遗了。呈现给对方的是本真的自我。千万不要感到失望，后悔怎么嫁（娶）了这么一个人。这就是本来的他，你是爱你想中的他呢，还是他呢？换句话说，男人你是爱你的肋骨呢，还是你想象的肋骨呢？
- 4、我觉得要处理好夫妻关系，首先要懂得彼此尊重。夫妻关系要建立在平等的基础上。任何一方都不要把自己凌驾于对方之上。尤其是极个别男人，头脑里还余存大男子主义思想，总认为自己是一家之主，什么事都是自己说了算，根本不顾及妻子的感受，夫妻之间要相互尊重才是王道。
- 5、爱对方其实很容易，但让对方更爱你，就需要些技巧。定义一夫妻意味着什么？我没有定义过，其实我觉得或许比情侣更正式一点，并且有法律保障，可是法律又保障了什么？所以，维持自己的权益，最好的办法就是维护好夫妻感情，这本书讲述了如何保持一生都富足爱，
- 6、《当金星遇见火星:夫妻相爱一生的秘密》给你一个视野：男人和女人真的不同。以前总是不理解自己的男朋友，觉得应该都一样，他怎么会那么想呢，估计他也是这样觉得我无理取闹的吧！这本书，很有指导意义。值得借鉴，尤其是新婚姻法出台以后。
- 7、夫妻之间要学会相互欣赏，不要老盯着对方的缺点，要学会欣赏她（他）的优点，不时地给予赞美。比如，妻子辛辛苦苦烧了一桌子菜，你要带着欣赏、赞美、感激的态度去享受。你可以不失时机地说：“老婆的手艺就是好，烧出的菜就是好吃”。我男朋友这方面就做的很棒！其实，我每次的菜都是糊的，他还觉得很好吃。
- 8、看了这本书后发现，男人和女人对于夫妻关系和婚姻的看法，实在是天壤之别，女人认为夫妻、婚姻、家庭就是自己的一切，当然不能忽略男人为了家庭所做出的牺牲和忍让，关键是，让他们忍让和牺牲了吗，说出来就好了，可是男人真的不一样，所以要从他们的角度来看问题。
- 9、浪漫型、动态型、传统型、自我关注型，这几种夫妻类型分类，其实不管你觉得你们是哪种类型，多样性是生活的调味剂，不要把自己固执到一种生活、一种情态，给自己多一点展示，让他知道过去所不知的你，感情会持续升温，从书中学来的。
- 10、看了这本书觉得夫妻关系还得重在沟通调节。如果一方觉得不对就说提出来，总是压抑自己的话早晚会的爆发的。当然也得懂得技巧，不能说的太直接，不然又得引起战争。真是学问多了去了，慢慢体会吧！用金星火星来代替男女，很新颖的题材！书中讲述的也很实际，举例说明夫妻间存在的种种问题和解决方法，说出了相爱一生的秘密。

《当金星遇见火星》

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