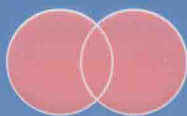


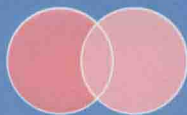
纽约时报畅销书
全球热销**30**年

亲密 伴侣

爱和婚姻的模式



亲密关系中为什么那么多失败
如何让它成功



INTIMATE PARTNER

美) 麦琪·斯卡夫 | 著
谢春波 | 译

亲密 伴侣

爱和婚姻的模式

INTIMATE PARTNERS

(美) 麦琪·斯卡夫 | 著
谢春波 | 译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

亲密伴侣 / (美) 斯卡夫著; 谢春波译. --北京:
北京联合出版公司, 2016. 1
ISBN 978-7-5502-7028-2

I. ①亲… II. ①斯… ②谢… III. ①婚姻—家庭关
系—研究 IV. ①C913.13

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 003236 号

Intimate Partners

Copyright © 1987 by Maggie Scarf.

Simplified Chinese edition copyright © 2016 by Beijing Tianlue Books Co., Ltd.

ALL RIGHTS RESERVED

亲密伴侣

作者: [美] 麦琪·斯卡夫

译者: 谢春波

选题策划: 北京天略图书有限公司

责任编辑: 丰雪飞

特约编辑: 刘基源

责任校对: 杨青茹

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京彩虹伟业印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数 387 千字 787 毫米×1092 毫米 1/16 28.75 印张

2016 年 3 月第 1 版 2016 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-7028-2

定价: 45.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-65868687 64243832

前 言

(2008 年版)

站在 21 世纪之初，回顾往昔的时候，我们似乎难以相信，上世纪 50 年代，有人在美国国会公开谴责女演员英格丽·褒曼，称其为“自由恋爱邪教分子”，声称她具有“巨大的邪恶影响力”。因为她为自己的情人——意大利电影导演罗伯托·罗西里尼生了个儿子。尽管后来她嫁给了这个导演，然而当时她还是另一个人的妻子，这个孩子是个私生子。在电影《圣女贞德》中纯洁无瑕的影星英格丽·褒曼，因为这件事使整个电影行业为之蒙羞，她本人也在美国各地的道德讲坛上被公开谴责。

褒曼之所以声名扫地，是因为在那个时期，婚外性关系被视为不道德的关系，非婚生子简直是匪夷所思的事情。在上世纪 50 年代，只有 4% 的孩子是非婚生的。然而，截至 2003 年，有 35%，也就是占 1/3 的孩子是由未婚妈妈生育的。自 1950 年代开始，婚姻、性行为、育儿、同居、离婚方面的巨变横扫我们的社会，上面这个数字反映的只是巨变中的一个方面。

当然，50 年代是美国婚姻的黄金时代。几乎每个人都会结婚，95% 的白人和 88% 的黑人都会选择结婚。而且，与 20 世纪他们之前和之后的任何一代人相比，50 年代的人结婚都更早，通常新娘的平均年龄为 20 岁，新郎大约 23 岁。（在 20 世纪早期，新娘的标准年龄是 22 岁，新郎则是 26 岁；在 60 年代以后，结婚的平均年龄开始再次上升，直到达到前所未有的高度——女性 25 岁，男性 27 岁。）50 年代结婚的那些夫妻虽然年轻，但是每对新人都很清楚自己在婚姻中必须扮演的角色。丈夫负责养家糊口，妻子待在家里，照顾家庭，同时支持丈夫发展事业。男主外，女

主内，妻子负责操持家务，做一个顺从的贤妻良母。

在60年代和随后的岁月里，随着社会变革席卷全美，这种泾渭分明的角色分工开始模糊起来。越南战争带来了对各种权威的挑战，其中就包括挑战人们习以为常的、刻板的婚姻契约。有效的避孕手法的出现和堕胎合法化改变了性关系的游戏规则。诚如大家所知，在我们当下的时代，大多数女性至少在婚前5年就有了性交经验。

关于非婚生子的那些陈规同样被改写了。当然，婚姻依然是大家珍视的一种价值观，许多情侣依然选择结婚。不过，在1960年代至1990年代期间，选择离婚的人数激增。直到80年代，离婚率才稳定下来，曾经一直居高不下，达50%的离婚率甚至呈下降趋势。更为复杂的是，越来越多的情侣选择婚前同居（“同居”这个词代替了曾经的“姘居”），或者在同居八九个月或一年后分手。

同居现在如此普遍，已经成为人们日常生活中的一个部分。一半以上的年轻人在结婚之前和男朋友或女朋友同居过。事实上，在50年前，没有人会这么做。若是问问情侣们为什么选择同居，他们给出的答案五花八门。有些人说，仅仅是因为“害怕”，他们体验过父母婚姻破裂带给自己的毁灭性打击，所以想避免这样的事情发生在自己身上。另外一些人则厌恶一切长期式的情感承诺。还有一种人是出于经济原因，“如果两个人可以同住一个公寓，为什么要付两个公寓的钱？”另一个原因是，同居是一种婚姻“预防措施”，通过这种措施，可以在踏上通往婚姻殿堂的神圣旅途之前，筛选出不良分子。对于“为什么同居”这个问题还有一种答案和强烈的、厌恶婚姻的情绪有关。情侣中的一方认为或者双方都认为，传统的婚姻让人压抑，它是个陷阱，是一种毫无意义的东西，他或她对结婚证毫不在意，认为那不过是一张毫无意义的纸片。

在同居变得越来越司空见惯的同时，同性恋团体的成员们也开始发出自己的声音。同性情侣们现在正在以前所未有的公开程度宣

布他们对彼此的爱，他们坚称，他们不仅想以情侣身份住在一起，而且想以婚姻伴侣的身份共同生活。此外，变革中的经济也对两性关系产生了巨大的影响。数量空前的已婚和未婚女性进入了劳动力市场。各种各样的服务性工作，比如店员、医务助理等，可供那些教育程度较低的女性选择；而与此同时，可供男性蓝领工人选择的制造业工作机会却在萎缩。这意味着许多教育程度不高的男人再也无法完成他们本该承担的赚钱养家的任务。1950年代那种僵硬的婚姻规则之所以再也无法延续下去，有着复杂多变的经济和文化根源，上述原因只是其中的一个方面。

1982年，在《亲密伴侣》这本书第一次公开出版的时候，社会科学家们称为“友爱婚姻”的相处模式已经形成并大当其道。在这种婚姻模式中，尽管丈夫和妻子依然遵循传统的男女性别分工——男人赚钱养家，女人操持家务，但是婚姻中的两个人确实期待着成为对方最亲密的同伴。他们向往的平等、爱和友谊在1950年代初期更加传统、规矩更加森严的婚姻关系中，是想都不敢想的。

然而，文化变迁的长期趋势使得我们越来越重视在婚姻中寻找情感慰藉。友爱婚姻慢慢发展为所谓的个体化婚姻（这个概念是由社会学家安德鲁·切尔林提出的）。在这样的联盟中，婚姻中的双方均可以借由自己的个人成长和个体发展来评价婚姻关系。丈夫和妻子会思考诸如此类的问题：“我是在寻找一个充实的、独立的自我，还是在为伴侣牺牲自我？”“我可以坦率地表达自己的感受，并且得到伴侣的倾听吗？”“我们在婚姻中的角色是灵活的，可以商量的吗？”在个体化婚姻中，以上这些问题的重要性超越了过去曾经最重要的那些问题，比如“我是个好伴侣，好父母吗？”“我在建立一个良好的家庭吗？”在个体化婚姻中，婚姻双方最重视的就是寻找情感上的满足，他们在结婚的时候就满怀着这样的希冀和期待。

《亲密伴侣》的主题是，如何在实现彼此亲密的同时依然保持

各自的完整和独立， 尽管这本书首次出版后这么多年过去了， 这期间发生了巨大的文化变迁——尤其是婚前同居和同居而不结婚的现象越来越普遍——可是让人觉得非常奇怪的是， 同时保持亲密和独立依然是每一对夫妻拼命追求的东西。 因此， 这本书中蕴含着重要的智慧， 不仅已婚夫妻可以从中有收获， 其他形式的亲密伴侣——比如同居的伴侣、 同性伴侣——也能从中学到东西。 这是因为我们大家面临的都是同一个经常让人难以捉摸的问题， 那就是怎么犹如走钢丝一般， 既和自己深爱的人保持亲密， 同时又保有自己的完整和独立。

亲密伴侣
目录/CONTENTS

前言 I
引言 001

第一部分
结为夫妻：
过去的力量
027

第1章 吸引 /029
第2章 过去和现在的交汇：家族谱系图 /043
第3章 自主和亲密 /063
第4章 爱是什么 /078
第5章 从此幸福地生活在一起 /095

第二部分
伴侣们和第三方：
情感三角
111

第6章 婚姻是一个系统 /113
第7章 一种亲密关系系统：照料者和受伤的小鸟 /122
第8章 婚姻中的不忠 /141
第9章 情感三角 /157

第三部分
婚姻中的夫妻：
婚姻问题,婚姻的解决方案
191

第10章 婚姻问题是怎么形成的：夫妻的共谋 /193
第11章 行为练习 /212
第12章 一种典型的模式：沉默寡言的丈夫和歇斯底里的妻子 /229

第四部分

性生活

257

第13章 性的病症：心理问题，生理问题，还是两者都有问题 /259

第14章 性交过程中究竟发生了什么 /284

第15章 性治疗 /292

第五部分

孩子离家：

转变的时刻

317

第16章 第二次离家 /319

第17章 两个人的游戏 /355

第六部分

孩子离开父母后的岁月：

夫妻间的重新整合

389

第18章 婚姻中的争吵 /391

第19章 夫妻相处的五种方式 /410

第20章 “我们过得很愉快” /431

引 言



最近有人问我，是什么时候开始探讨婚姻问题的。答案是，从我于1980年夏天对一些夫妻进行深入访谈时就开始了。但若算上一个不那么“正式”的开始，从某种意义上说，在那只猫失踪的那一刻，我对亲密关系的探索就已经开始了。

那就早得多了，是在1960年代。当时，我们的三个女儿还小，我丈夫是个经济学家，在斯坦福大学教书。我们一家住在校园里，养了一只虎纹的小猫，这只小猫的四只爪子雪白雪白的，就像羊毛手套一样，于是我们把猫咪唤作“手套”。

在人生的那个阶段，我们最亲密的朋友是D一家。他们夫妻俩和我们年纪相仿，都是刚刚告别了二字头的岁月，迈入而立之年。我有很多时间都是和D家的主妇——安妮一起度过的，我把她当作可以掏心窝的朋友。她兼职做社工，在一所专为患孤独症的孩子设立的学校教书。每个星期三下午，我都要替她照看她7岁的女儿。所以，除了其他来往，我们俩每周都有固定的见面时间，那就是安妮把女儿放到我家或者来我家接她的时候。

我们俩的丈夫是斯坦福大学的同事，他俩的关系就像我和安妮一样亲密。其实，我和安妮是因为我们的丈夫而结缘的。尽管这两个男人的相处方式和我们两个女人不同——他们喜欢进行长时间、热烈、抽象的讨论——但是，他俩也像我和安妮一样，异常坦诚和亲密——尤其对于两个男人而言。

简而言之，我们两家人的关系在各个方面都很好——四个成年人之间，下一代的四个女孩子之间，以及任何一个孩子和大人之间都那么要好。当然，我们偶尔也会有误会和紧张，但是我们两家就像一个大家庭那样相处着。我们之间可能会出现的问题，也确实出现过问题，但我们对D一家的依恋从来不是问题。晚上要出门，就意味

着和安妮、拉瑞一起出去，而且我们会尽可能多地一起外出。我们一起去旧金山的小饭店，去看电影，偶尔去夜总会，还去看下午场的棒球比赛。我们两家人一起徒步、野餐，远足到桑塔科鲁兹海岸，有时还去内华达山脉野营。

正是在我们两家去约塞米蒂国家公园的一次野营回来之后，发现“手套”在我们外出期间走丢了。

实际上，我在回家的路上就开始担心这只猫了——我也不知道为什么。在出发去山里度假的5天之前，我们就像以前一样对“手套”作了安排。邻居有个女儿，是个12岁的小女孩，很可靠，她每天会到我们家给“手套”喂食，还会换猫砂。白天，“手套”就像平时那样，可以在我们家那个封闭的大花园里玩耍。这样的安排以前从来没出过岔子。但是，这次在回家的路上，我就开始担心“手套”会不会走丢，发生什么意外。

我告诉自己，这种担心太可笑了，因为“手套”从来都是待在后院里，哪怕栅栏的门开着，它也不会走远。但是，不知道怎么回事，我就是感到极其不安。

这种不安也许源自于我的一种荒唐感觉——在山上的时候，我就觉得D一家有点不一样。在回家的旅途中，我也是这种感觉。我们绕了一段很远的路，游览淘金热时期那些古老的村镇，有一阵子，我坐在拉瑞和安妮的吉普车上。在他们车上的时候，我感觉怪怪的，感觉有一件自己不理解的事情正在发生。

这种不同寻常的气氛，是什么事情出问题了吗？或者只是我的想象？我感觉安妮有点紧张，不自然——她那双蓝色的大眼睛显得有点呆滞、茫然——或者是拉瑞的行为有点反常？他们俩在吵架吗？我见过他俩冲对方发火的样子，但当时两个人谁看起来都不像是在生气。但是，气氛就是不对……或者，一切都是我的想象？

那次旅行一共有四家人一起出行，当搭乘我们那辆旅行车的所有人再次回到车上的时候，我对赫比说：“哪里不对劲。”就在这时，D家的吉普车驶了过来，超过了我们的车，我冲他们的方向点点头，

提醒赫比。

“妈咪，哪里不对劲？”坐在后座的孩子大声问道。

“没什么。”我说，暗示丈夫，稍晚一点，等孩子的注意力不在我们身上时，再讨论这个话题。不过，在我们有机会私下交谈的时候，赫比向我保证，他没发现 D 家夫妻俩有任何反常或不对劲的地方。他认为他们两口子根本不可能存在什么问题，一切都是我的想象。

虽然 D 家夫妻俩确实有哪里不一样了——尤其是安妮，她人站在那里，却完全心不在焉——但我还是让自己接受了丈夫的这番解释。然而，在这场简短的交谈之后（我们的声音非常轻），我开始非常担心家里的猫。

我记得，快到帕洛·阿尔托市的时候，我心中关于“手套”一定出了什么的预感已经表现为一种生理反应，一种强烈的焦躁与不适。我迫不及待地下车，冲进家里，想向自己证明我的预感是错误的。但这一次，我的担心变成了现实。我们的猫咪没有站在那里欢迎我们，四处都不见它的影子。它既不在屋里，也不在花园里。它的那些食物动都没动，放在蓝白相间的盘子里，已经干了。

我们的小邻居深感懊悔，她告诉我们，猫咪前一天从花园里消失了，喂食的时间也没回来。她把整个这一片搜了个遍，也没能找到它的踪迹。她告诉我们，没人看到过这只猫，甚至都没有人注意到它，她对猫咪现在在哪里一点线索都没有。这个孩子显然非常难过，我们不得不开始安慰她。

我们告诉她，不是她的错。“手套”可能只是走远了，最后很可能又会回到我们身边。同时，寻找“手套”的工作以后由我们接着做。我说的通情达理，也表现的通情达理，但是，即使站在屋前的草坪上跟小姑娘谈话的时候，我还是有那种恶心想吐的感觉，我心里非常难过。我不理解这种心情来自何处——想想我们这一生中可能遇到的伤心事，丢了一只宠物毕竟不算什么——但是，我就是无端地感到极其难过。

后来，孩子们都上床睡觉之后，我和丈夫讨论这件事，他给了我

一个我自己无法给出的解释。他提醒我，婚后不久，我曾经给他讲过一个故事，显然后来我忘记了这件事。这个故事发生在我父母分居的那一天，这次分居导致他们最终离婚。

那年我12岁，他们正在往外面搬家具。但对我来说，整件事中最可怕的是我们家的猫咪被放在外面的煤炉卡住了脖子，伤得非常严重，动物救助中心来的两个人必须把它带回去治疗。

“哦，我想起来了。”我对赫比说。我意识到，对我而言，猫咪象征着一个完整无缺的家庭。在我心中，失去猫咪是和失去家庭联系在一起。

12岁的时候，你在某种程度上像个大人了，但在很大程度上，你依然还是个孩子，也就是说，你依然会相信魔法一类的东西。如今回首当年，我觉得自己当时很可能坚信，如果我家的猫咪可以回来的话，我那个稳定的世界同样也会回来。或者，我满脑子都是失去猫咪，表现得好像父母婚姻破裂是一件次要的事，是因为我发现，比起父母婚姻破裂这种难以承受的损失，失去家里的宠物更容易面对，也更容易表现出自己的哀伤。

在D家这件事上，历史开始再次重演。在我发现他们“有些不一样”的那次露营之旅结束后没几天，我丈夫在一个下午出乎意料地回到家中，他提醒我说，有个坏消息必须告诉我。孩子们那时正在听他们的玩具留声机，他和我走到屋外，行至花园离屋子较远的那边，在怒放的紫藤架下的一张野餐桌旁面对面地坐下。他直截了当地说，安妮告诉拉瑞，她想离婚。

过去这一年的大多数时间里，她似乎一直有外遇，现在她决定离开丈夫，投入情人的怀抱。那个男人想和她结婚，而且已经和自己的妻子离了婚。我坐在那里，目瞪口呆。我竭力想消化这一连串的新消息，却发现自己很难专心。

总有其他东西让我分心，比如紫藤花开的香气，寻找花蜜的蜜蜂发出的懒洋洋的嗡嗡声，还有远处的录音机传来的孩子们正在听童话故事的声音。我头脑里一片空白，只有一个念头，那就是那只

还没有找到的猫。“猫咪还可能回来吗？”我这么想着，然后突然意识到，真正让我忧心的并不是那只猫咪。

我相信，就是那一刻，我对婚姻的研究实际上就开始了。

阐释者的空间

“在每一间婚姻之屋中，都有留给阐释者的空间。”诗人斯坦利·库尼茨在他的抒情诗《第六大道》中写道。在我刚开始探索亲密关系的时候，我很奇怪为什么阐释离婚的人如此之多，而阐释婚姻本质的人却如此之少。这种感觉就像你乘坐的小汽车行驶在高速公路上空空如也的一侧，而对面那一侧车流涌动，朝着和你相反的方向驶去。关于婚姻的终结，人们给予了太多的关注，相比较而言，对于婚姻是如何缔结、如何维系这些重要的问题，却远远不够重视。

人们对于婚姻有一个普遍的看法，认为在如何和亲密伴侣构建满意的婚姻这个问题上，没有任何学习的必要，要么你很自然做到了，要么你完全无法实现这个目标。这种观点和以前一度流行的对性的看法很相似：你要么“行”（这真是天赐的福气），要么“不行”——也就是说，你性无能，是个失败者（这是一种灾难）。到了现在，大多数人认识到：掌握相关知识、接受性方面的指导和启蒙可以改善人们在性方面的表现。但是，在我看来，虽然我们在婚姻这个课题上确实已经积累了大量的临床资料，但是，人们没有像对待性问题那样，同样意识到婚姻关系的其他方面也可以通过学习，获得更多的了解，达到更高的满意度。

掌握这些知识可以让夫妻们极大地改善他们的婚姻质量。我之所以写这本书，就是希望将这些知识传播给那些最需要它们、最想要它们的人——也就是那些希望他们的共同生活尽可能快乐，尽可能让两个人都有收获的夫妻们。

家族谱系图

每一段婚姻都是从选择另一半开始的，人们可能会好奇，我们为什么会选择某一个人而不是其他人？当一对情侣坠入爱河的时候，他们的潜意识中在传递着怎样的信号，让他们俩觉得对方对自己而言是“正确”、有魅力、“特别的”那一个？

劳拉·布莱特与汤姆·布莱特是本书中出现的第一对夫妻。通过和他们的谈话，我将探寻一个人在选择婚姻伴侣的时候，过去对他产生的巨大影响——也就是说，夫妻双方在自己原生家庭关系中有问题的哪些方面，往往会在新婚夫妻创建的婚姻世界中重新出现。

在我和布莱特夫妇（以及本书中出现的所有其他夫妇）谈话的过程中，我使用了一种采访方法，或者说采访手段，称为“家族谱系图”。读者对这个术语可能不熟悉。家族谱系图就像一张地图一样，将夫妻双方各自重要的情感关系都显示出来，这些情感关系既往后追溯，将我们带回到父母那一代和祖父母那一代；也往前看，将新一代，也就是这对夫妻的孩子（如果他们有孩子的话）囊括进来。

很显然，家族谱系图提供了一个更广阔的背景，夫妻们可以在这个背景下审视自己。家族谱系图是一张图表，它展示了一对夫妻的扩大型家庭系统，帮助他们用一种系统的、成熟的、概览性的目光，看清楚他们俩分别将什么样的问题、什么样的谎言、什么样的幻想带进了自己的婚姻，以及他们对婚姻中忠贞的态度和已经内化为他们一部分的、告诉他们在一段亲密关系中该如何表现的指导原则又是怎样影响了他们现在的婚姻。这个构建夫妻二人的“家族树”的过程，对他们两人而言，都是一个印象深刻的过程，在这个过程中，充满了突如其来的发现和让人吃惊的认识。这是因为家族谱系图让他们将注意力聚焦于他们各自的过去如何将一些特定的生活方式强加到他们的婚姻中。他们可以真正看清他们从过去的长辈那里承袭了什么，而这些东

还没有找到的猫。“猫咪还可能回来吗？”我这么想着，然后突然意识到，真正让我忧心的并不是那只猫咪。

我相信，就是那一刻，我对婚姻的研究实际上就开始了。

阐释者的空间

“在每一间婚姻之屋中，都有留给阐释者的空间。”诗人斯坦利·库尼茨在他的抒情诗《第六大道》中写道。在我刚开始探索亲密关系的时候，我很奇怪为什么阐释离婚的人如此之多，而阐释婚姻本质的人却如此之少。这种感觉就像你乘坐的小汽车行驶在高速公路上空空如也的一侧，而对面那一侧车流涌动，朝着和你相反的方向驶去。关于婚姻的终结，人们给予了太多的关注，相比较而言，对于婚姻是如何缔结、如何维系这些重要的问题，却远远不够重视。

人们对于婚姻有一个普遍的看法，认为在如何和亲密伴侣构建满意的婚姻这个问题上，没有任何学习的必要，要么你很自然做到了，要么你完全无法实现这个目标。这种观点和以前一度流行的对性的看法很相似：你要么“行”（这真是天赐的福气），要么“不行”——也就是说，你性无能，是个失败者（这是一种灾难）。到了现在，大多数人认识到：掌握相关知识、接受性方面的指导和启蒙可以改善人们在性方面的表现。但是，在我看来，虽然我们在婚姻这个课题上确实已经积累了大量的临床资料，但是，人们没有像对待性问题那样，同样意识到婚姻关系的其他方面也可以通过学习，获得更多的了解，达到更高的满意度。

掌握这些知识可以让夫妻们极大地改善他们的婚姻质量。我之所以写这本书，就是希望将这些知识传播给那些最需要它们、最想要它们的人——也就是那些希望他们的共同生活尽可能快乐，尽可能让两个人都有收获的夫妻们。

庭成员觉得这是天经地义的事。这个情感系统中的每个人都很熟悉这种模式，奉之为行动指南。

问题是，他们的配偶，也就是从另外一个不同的情感系统进入这个系统的人，可能会觉得这个家庭遵循的这些没有言明且无法言说的规则太别扭了。

那些愿意接受访谈的夫妻

什么样的夫妻愿意参与到关于他们私生活的一系列漫长访谈中，对我打开他们的亲密世界呢？总体而言，他们是年轻人、中年人还是老年人？他们是否相当富裕，或者也有部分来自工人阶级的受访者？大多数夫妻在一起是相当幸福，还是极其痛苦？那些明显不幸福的夫妻，导致他们不幸的最常见问题是什么？他们是为了性、金钱、谁干家务活、管孩子这些事争吵吗？最重要的问题是，最初是什么促使他们参加这样一个耗时耗力的访谈项目的？

最后一个问题，是我唯一不知道答案的。我遇到很多愿意帮助我的人，却无法解释他们为什么愿意这么做。我唯一能说的是，志愿参加访谈者数量众多——多到我不可能和他们中的所有人会面，而且，那些我确实见面并访谈的夫妻不仅非常慷慨地投入大量时间与我交谈，而且他们的表现堪称勇敢。要知道，参加这样的系列访谈绝非易事。

接受访谈的那些夫妻是通过几个不同的途径找到我的。有些夫妻是我在达特茅斯医学院（1980年）和韦斯特切斯特家庭研究所（从1981年开始，延续了好几年）学习的时候，在学术旅行和参与观察的时候参访的。另外一些夫妻是自费病人，经他们同意，在他们接受心理医生治疗的时候，我可以旁听。在此期间，我对婚姻和家庭治疗领域进行了深入的学习和广泛的阅读，同时和不少已婚的临床医生以及他们的伴侣交谈。