



# 結婚前， 結婚後

成長與改變

*Marriage*

任兆璋◎著

【聯合推薦】

歐陽吉章&楊梅玉 (美國洛杉磯家佳美滿協會創辦人)

簡春安 (東海大學社工系教授)

國家圖書館出版品預行編目資料

結婚前，結婚後：成長與改變／任兆璋著——初版.  
——臺北市：張老師，2002〔民91〕  
面；公分.——（愛·性·婚姻系列；41）

ISBN 957-693-498-2（平裝）

1.婚姻 2.兩性關係

544.3

90016203



愛·性·婚·姻·系·列 41

## 結婚前，結婚後——成長與改變

作 者→任兆璋

責任編輯→苗天憲·林右仟

封面設計→莊士展

發行人→李鍾桂

總經理→張春居

出版者→張老師文化事業股份有限公司 Living Psychology Publishers

郵撥帳號：18395080

106台北市大安區羅斯福路三段325號地下一樓

電話：(02)2369-7959 傳真：(02)2363-7110

E-mail：service@lppc.com.tw

業務部：116台北市文山區景華街128巷8號

電話：(02)2930-0620 傳真：(02)2930-0627

E-mail：sales@lppc.com.tw

網址：<http://www.lppc.com.tw>（讀家心聞）

登記證→局版台業字第1514號

初版1刷→2002年3月

初版4刷→2002年6月

ISBN 957-693-498-2

定 價→220元

法律顧問→林廷隆律師

排 版→帛格有限公司

印 製→鴻展彩色印刷股份有限公司

# 目錄



〈推薦序〉 改變生命航向的舵手	歐陽吉章、楊梅玉	007
〈推薦序〉 不容錯過的好書	簡春安	011
〈作者序〉 當白雪公主遇到白馬王子	任兆璋	013
結婚前：眺望紅毯的那一端		
你們交往多久了？		021
準備自己，瞭解對方		025
結婚的理由		031
可以陽剛，也可以溫柔		039
如何選擇另一半？		043
來自父母婚姻的影響		051

婚姻到底是什麼？	0	5	7
男女大不同	0	6	3
情緒感受與婚姻	0	6	7
每個人的內在天秤	0	6	9
正確的婚姻觀	0	7	3
從出生順序看婚姻	0	7	5
檢視你的金錢價值觀	0	7	9
依賴與共生	0	8	1
先做一個獨立成熟的人	0	8	5
同理心的溝通	0	8	9
肯定自我價值	0	9	3
家庭中的人際關係	0	9	7
如何和權威建立新關係？	0	9	9
要生活在現時現地	1	0	5



## 結婚後：經營愛與成長的舞台

婚姻問題是性格問題	1
關於性的一些觀念	0
婚前四種特殊問題	9
婚姻是四個人的互動	1
愛恨衝突	1
從內在衝突到自我實現	2
互相瞭解而非要求對方改變	3
人的四種基本心態	3
愛是一種決定	1
把握成長的機會	5
學習雙向溝通	7
	9

外遇是危機也是轉機

167

化解婆媳緊張關係

171

個性取向決定你對配偶的期望

175

人格發展與婚姻生活

181

〈性格與婚姻〉 嬰兒期：奠定性格成熟的基礎

187

〈性格與婚姻〉 幼兒期：發展承擔責任的勇氣

193

〈性格與婚姻〉 遊樂期：在遊戲中滿足需要

195

〈性格與婚姻〉 學齡期：培養勤奮、合作的習慣

201

〈性格與婚姻〉 青少年期：感受他人的世界

203

〈性格與婚姻〉 青年期：建立親密關係

207

〈性格與婚姻〉 成年期：與自己、環境合宜共處

211

〈性格與婚姻〉 成熟期：繼續成長的整合期

213



# 結婚前， 結婚後

*Marriage*

任兆璋◎著

成長與改變





# 目錄



〈推薦序〉 改變生命航向的舵手	歐陽吉章、楊梅玉	007
〈推薦序〉 不容錯過的好書	簡春安	011
〈作者序〉 當白雪公主遇到白馬王子	任兆璋	013
結婚前：眺望紅毯的那一端		
你們交往多久了？		021
準備自己，瞭解對方		025
結婚的理由		031
可以陽剛，也可以溫柔		039
如何選擇另一半？		043
來自父母婚姻的影響		051

婚姻到底是什麼？	0	5	7
男女大不同	0	6	3
情緒感受與婚姻	0	6	7
每個人的內在天秤	0	6	9
正確的婚姻觀	0	7	3
從出生順序看婚姻	0	7	5
檢視你的金錢價值觀	0	7	9
依賴與共生	0	8	1
先做一個獨立成熟的人	0	8	5
同理心的溝通	0	8	9
肯定自我價值	0	9	3
家庭中的人際關係	0	9	7
如何和權威建立新關係？	0	9	9
要生活在現時現地	1	0	5



## 結婚後：經營愛與成長的舞台

婚姻問題是性格問題	109
關於性的一些觀念	113
婚前四種特殊問題	115
婚姻是四個人的互動	119
愛恨衝突	125
從內在衝突到自我實現	133
互相瞭解而非要求對方改變	139
人的四種基本心態	143
愛是一種決定	151
把握成長的機會	157
學習雙向溝通	159

外遇是危機也是轉機

1 6 7

化解婆媳緊張關係

1 7 1

個性取向決定你對配偶的期望

1 7 5

人格發展與婚姻生活

1 8 1

〈性格與婚姻〉 嬰兒期：奠定性格成熟的基礎

1 8 7

〈性格與婚姻〉 幼兒期：發展承擔責任的勇氣

1 9 3

〈性格與婚姻〉 遊樂期：在遊戲中滿足需要

1 9 5

〈性格與婚姻〉 學齡期：培養勤奮、合作的習慣

2 0 1

〈性格與婚姻〉 青少年期：感受他人的世界

2 0 3

〈性格與婚姻〉 青年期：建立親密關係

2 0 7

〈性格與婚姻〉 成年期：與自己、環境合宜共處

2 1 1

〈性格與婚姻〉 成熟期：繼續成長的整合期

2 1 3

〈推薦序〉

## 改變生命航向的舵手

歐陽吉章、楊梅玉

四分之一世紀之前，我們在華明認識了任修女，也是當我們在自己的婚姻泥沼中跌跌撞撞，辛苦的匍匐前進之際。想不到，從此與任修女結下了這一生不解之緣，由聽講的學生、輔導的個案、夫婦懇談及夫婦團契的義工、親職教育的講師，到躍升為主內任修女的獨生女，至今，她已成了我們一家人永遠至愛的長輩親人，不可缺的精神導師。

在一九八五年我們移民美國之前，當時任修女給的話語是：「我十分放心你們，我也會很捨不得你們將要受的苦，但我相信你們的潛能，必能在美國走出你們的路，那會是你們一生所追求的生命意義！」帶著她的話語，我們在美國闖盪多年，終至改變生命的航向，跟隨任修女的腳步，為婚姻、家庭、人們的心靈重建服務。

這些年來，在專業的學術殿堂廢寢忘食的學習，雖然我十分珍視與感恩這段轉航的經驗，但真正讓我念茲在茲長存我心的是：隨著歲月增長，面對任修女的尊敬與喜愛與日俱增，在她身上，我看到了一個修道人的真、善、美、聖的高尚品格。

任修女從不虛偽的「真」，曾讓我又愛又恨、又懼又敬！當她如照妖鏡般直指問題核心，令人無所遁形，但她那滿懷慈愛的瞭解與接納，在一次又一次或激動、或溫暖、或憐愛、或保護的擁抱中，流露無遺。

任修女的「善」，來自於她有一顆悲天憫人的心，四十餘年來，她全心全意地拯救一樁又一樁瀕臨破碎的婚姻，修補那被傷害得千穿百孔的無數心靈，數不盡的感恩、拜謝，日日夜夜由四面八方湧入，她將這一切全奉獻給她所服侍的天主。

猶記得第一次在中央大樓教室門口，見到任修女時心裡的觸動，這世上真有像聖母般美麗的慈母，全身上下散發著慈祥的光輝，是這道極「美」的光吸引了我日後持續在華明出入。任修女真是上主手中最美麗、最閃亮的一顆珍

珠，教人怎能不愛她！

有一年母親節，我們陪任修女在美國參加華人旅行團，同遊的團友們旁觀任修女、我先生和我三人間的互動關係，忍不住爭相問我：「她到底是你的媽媽，還是你的婆婆？」我開玩笑地說：「你們看她像誰？」後來在遊覽車上，我們帶著大家唱：「母親像月亮……『聖』潔多麼慈祥……」大家才驚羨，我們有這麼個既「聖」又慈愛的修女媽媽。

這樣一位修女，又是台灣婚姻輔導的先驅，藉著個別諮商、團體輔導、各種訓練班、演講及著作，她陪伴著有緣有福的每個家庭、每對夫婦，行走這「無論環境順逆、貧賤富貴、疾病健康……」執志要攜手共此一生的婚姻之路。蒙福的您，別忘了汲取書中的智慧，誠心聆聽任修女苦口婆心的教誨，您的生命將會有改變，因為她是改變生命航向的舵手，她領著有緣的您，往真、善、美、聖的方向，去經營您一生一世的婚姻。

（本文作者為美國洛杉磯家佳美滿協會〔Family Enrichment〕創辦人）



