

西门王村
◎主 编

FU QI QIAO QIAO HUA

夫妻悄悄话

相爱永远 天长地久



家庭
必备手册

吉林出版社



家庭必备手册

夫妻悄悄话

主 编：西门王村

副主编：陈金伟

沈霓青

方榴萍

浙江出版社

责任编辑：李巨泰 肖 丁

封面设计：李 玫

图书在版编目(CIP)数据

夫妻悄悄话/西门王村主编. —北京:长征出版社,
2002

(家庭必备手册)

ISBN 7-80015-787-3

I. 夫... II. 西... III. 婚姻—通俗读物
IV. C913.13-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 061789 号

长征出版社出版发行

(北京阜外大街 34 号 邮编:100832)

电话:68586781

绵竹教育印刷厂印刷 新华书店经销

2002 年 11 月第 1 版 2002 年 11 月四川第 1 次印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张 6.5

138 千字 印数:1-8000 册

定价:14.00 元

ISBN 7-80015-787-3/G·210



王荣泰，笔名西门王村，现任中国剪报社社长、总编辑，国家信息中心媒体联合委员会主任，中国经济信息报刊协会副会长，高级经济师、主任编辑。

曾主编的作品有：

《中小型工业企业管理》（该书荣获江苏省哲学社会科学优秀成果三等奖）、

《信息管理导论》、

《政工师手册》、

《秋水华章》、

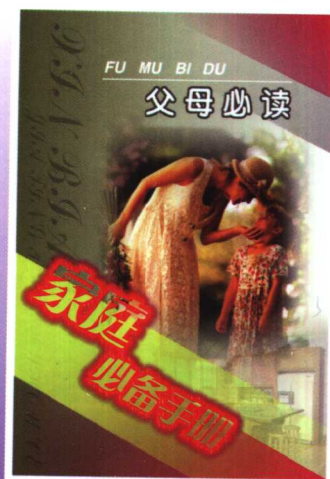
《名人轶事》、

《人生解析》、

《处世箴言》、

《名人养生》、

《万寿典》（该书首创基尼斯世界纪录）。



责任编辑：李巨泰

肖 丁

封面设计：李 玫

前 言

《人生操典丛书》、《百科知识丛书》、《家庭必备手册》、《健康养生宝典》四套丛书与读者朋友见面了。这四套丛书由《中国剪报》中的“世说新语”、“百科知识”、“家政服务”及“健康顾问”和“养生论坛”等几个名牌栏目精选汇编而成。

“世说新语”旨在探索生活真谛,诠释人生哲理;名家名作,文化底蕴厚实;字字珠玑,滋润平凡人生。“百科知识”为您开启科学宝库,探求知识奥秘,令您开阔视野,创新思维。“健康顾问”倡导健康新概念,实践人文关怀,汇聚民间偏方、养生秘诀,构建健康生活新平台。“家政服务”引领衣食住行时尚,传播家庭生活常识,优化科学生活方式,提升现代生活品质。

“文采风流知有日,联珠合璧照华筵”。当翻阅这精彩纷呈的丛书,犹如走进了知识的大观园,有助您增长知识,启迪智慧,陶冶情操,有助于您事业发展、家庭幸福和身心健康。一书在手,全家共读,情也融融,乐也陶陶。由于时间仓促,书中有不尽意之处,恳请广大读者见谅。

丛书编辑部



目 录

丈夫希望妻子了解和体谅些什么	1
责怪——夫妻争吵的导火线	3
夫妻和解六法	4
话夫妻感情	5
有的妻子	6
夫妻三忌	7
善待沉默夫君	8
丈夫不该说的话	9
夫妻之间需要敏感性	10
如何热爱您的妻子	12
正确调节婚后生活矛盾	13
夫妻永远是朋友	15
结婚前睁大眼 结婚后闭只眼	16
为夫之道	17
走出婚外恋的阴影	18
最烦妻子大声嚷	19
择偶应重心理健康	21
如何提高婚姻生活的质量	23
会做丈夫	24
家务中的夫妻心理调节	25
夫妻间应讲点“废话”	26
守住婚姻	27



婚姻生活的十个阶段	29
中年伴侣勤交谈	32
妻子盼丈夫回家用晚餐	33
心疼你的爱人	34
不易搞好夫妻关系的十种人	36
“琴瑟”不调时的八点建议	38
改善夫妻关系要诀	40
相依为“情”	42
多体谅妻子的“苦衷”	44
当妻子收入高于丈夫时	45
夫妻间期望值勿过高	46
告诫妻子：动情晓理不动手	47
如何让丈夫笑口常开	49
争吵——夫妻生活的清醒剂	51
亲密——夫妻间的最好礼物	53
婚姻何以天长地久	55
对待爱情最容易犯十大错误	57
注意婚姻危机先兆	58
不同年龄段的妻子需求不同	60
每天给爱 10 分钟	61
别忘了，太太也是女人	63
给夫妻们的自测题	65
丈夫流露不满的十种方式	67
夫妻怎样对待异性朋友	69
夫妻间也应说“谢谢”	70
遗忘——夫妻化干戈为玉帛	71
2 婚姻最需改造自己	72
夫妻之间的心理调节	74



夫妻吵架寻常事 两情相悦可补偿	76
冷战不是制裁	78
婚姻学家的建议	79
留言条——维系夫妻情感的纽带	81
婚姻权力减半 义务加重	82
实现美满婚姻之忠告	83
你了解你的爱人吗	85
你的他(她)适合你吗	86
依恋但不依靠	88
别吵“糊涂架”	89
婚姻是条船	91
夫妻吵架后要敢于示弱	93
给男人留点面子	95
夫妻关系中的相互拒绝现象	96
夫妻矛盾不宜连带孩子	98
妻子何时何地给丈夫留面子	100
不要太宠爱爱人	101
表情互动：感染夫妻情绪的窗口	102
珍视婚姻从现在做起	103
关心妻子精神生活	105
配偶不忠怎么办	107
夫妻花钱的艺术	109
婚姻的十大误区	111
怎么看待妻子的唠叨	113
怎样抓住婚姻起死回生的契机	114
夫妻间的争吵是有益的	115
AA 制家庭给婚姻带来什么	116
心理障碍影响婚姻	118



不妨让爱人解释	120
你的婚姻是否度过了青春期	122
怎样才算是疼爱妻子	124
中年婚姻的危险信号	126
婚姻中共同的悲哀	128
心理相容方能白头偕老	130
巧为人夫十招	131
有了小宝宝的夫妻感情变化	133
如何防止婚姻褪色	134
丈夫如何呵护孕期妻子	136
尊重是爱的梯子	138
妻子的心理需要	139
管夫八法	141
婚姻“七误”	142
做一个永远的“输家”	144
幸福婚姻秘诀	145
男人需要感激 女人渴望倾吐	146
婚后之事	148
男性讨厌妻子把他当孩子看待	149
懂你的人才会爱你	150
婚后常有的模糊认识	151
夫妻和睦秘诀：多听太太的话	152
双职工夫妻怎样交流	153
莫给爱人贴标签	154
别做丈夫的“敌人”	155
夫妻吵架为什么	157
夫妻吵架是矛盾发泄的排气阀	159
交谈，爱情的稳定剂	160



夫妻不必相互征服·····	162
消除夫妻间的逆反心理·····	163
彼此了解更能相爱·····	165
如何对待夫妻间的隐私·····	167
数落是妻子带刺的爱·····	168
妻子，面对丈夫冷遇时·····	169
测试你的婚姻前景·····	171
莫轻看婚姻生活中的小事·····	173
男人不懂夜的黑·····	175
你的家庭会有“第三者”插足吗·····	178
妻子，请关注丈夫的健康·····	181
解救恶质婚姻的处方·····	184
用心了解女人·····	186
为何你的伴侣感受不到你的爱·····	188
来自爱人的指责要细思量·····	191
你了解你的妻子吗·····	193
夫妻淡漠事出有因·····	195
后 记·····	197



丈夫希望妻子了解和体谅些什么

生活中独处的男人,总是很自由,一旦结婚,将又步入了一个新的生活,那么,夫妻生活中丈夫希望妻子了解和体谅些什么?

1. 工作和事业是男性生活中最重要的环节,是他们建立个人形象及价值的重要途径,而不只是谋生的手段,丈夫希望妻子谅解他们在工作上的过度热衷,而不要经常抱怨他们因工作而冷落自己。

2. 钱财对男性来说,不仅仅是提供安全生活的工具,而且是一种权力的象征。因此,对重大的经济活动,大多数丈夫希望妻子能和他商量,尊重他的意见。

3. 所有的男性婚后仍然喜欢和婚前的旧友交往,此种同性友谊,可使他们获得情感上的泻泄及心理的平衡,这是两性关系无法提供的。

4. 做妻子的常常会因丈夫与其他女性交往而不悦,其实,男性常常注意欣赏美丽的女性,纯粹是一种本能的反应,并不意味着见异思迁。

5. 每个男性对自己的父母都有一种特殊的情感关系,他们希望女性对待老人应象对娘家爸妈一样,尽自己的责任和孝心。



6. 男性总希望妻子不要把一点小事常挂在嘴上,特别是在工作上有烦恼和事业受到挫折时,或者为了小孩的事而与邻居之间发生矛盾。

7. 男性的潜意识中,深藏着一种儿童心理,他们对某些正常活动,如打球、垂钓、下棋等,沉溺极深,从中获得精神上的松弛。一般来说,这对他们应付工作压力是有帮助的,而大多数的女性对他们这种行为都不赞同,在这方面夫妻间应相互理解。



责怪——夫妻争吵的导火线

不要小看发生在夫妻之间的争吵,很多恩爱夫妻因此感情破裂。引起夫妻间争吵的原因多得难以数计,不过,大多数的争吵都有一条共同的导火线,那就是责怪。

责怪,在许多家庭里存在,甚至成为一些夫妻的“家常便饭”,他们动辄抱怨,相互责备,哪怕仅仅是为了一件微不足道的小事。

相互谅解和尊重是夫妻间爱情的基础,而责怪恰恰是破坏这个基础的腐蚀剂。这是因为责怪难免伤害对方的自尊心。任何人都不愿意自己的自尊心受到伤害,特别是这种伤害是来自自己最亲近的人时,内心觉得委屈痛苦,甚至愤怒。不相互责怪,并不意味着彼此间不能进行必要的批评。和颜悦色,好言好语,帮助找出过错的根源,这就很容易使对方接受,这不仅不会伤害夫妻感情,而且可以增进夫妻间的情意。



夫妻和解六法

生活中,夫妻之间,往往会因一句话或一件小事而爆发“战争”,在这种情况下,可以采取以下几种既能顾面子,又可消除矛盾的方法:1.可利用打电话的方式,向对方表示道歉。因为当面有时难以启齿,而在电话里讲,双方都比较自然、方便。2.把朋友请到家里来叙叙家常让朋友夸奖对方,这不仅能缓和夫妻间的紧张气氛,还可以使双方开口说笑,“烟”消“云”散。3.买一件对方喜爱的东西,送给对方,激发对方的情感。4.餐桌上增加一道双方都爱吃的菜,并且放到对方的面前,以示疼爱之情。5.夫妻一起去市场买些中意的东西,使双方意识到两人是一体同心,互为依靠的伴侣。6.一方像对待“病人”那样,关怀、体贴、照顾对方,以唤起对方的感情,使“紧张”的气氛得以缓解。总之,夫妻之间要互谅,顾及大局,家庭才能和睦幸福。



话夫妻感情

夫妻之间的感情,既是爱情,又是艺术,没有深厚的感情,就谈不上爱;缺乏艺术就枯燥无味,没有情趣;不讲究方法就难以解决夫妻生活中的问题。

有人认为,理想的夫妻关系应当是:妻子对丈夫“百依百顺”,丈夫对妻子“妇唱夫和”。可是夫妻生活又总不是超现实的。所以有人认为“谈恋爱可以追求理想;过日子就得讲求实际。”还有一说是:“婚前要睁两眼,看个清楚;婚后要两眼一睁一闭。”其实,这都说明他们夫妻之间缺少一种高效“粘合剂”,一种热爱的基础。

幸福的婚姻是建立在夫妻间的相互爱慕、关心、沟通、尊重和信任上,而这种关系的培养和加强,就要讲求艺术和方法。常常制造和运用一些幽默,逗一逗笑,生活增加了生气,感情也会增加几分。夫妻也应注意保持生活的情趣。

爱意深厚的夫妻皆是感情升华永不厌倦的伙伴。



有的妻子……

1. 有的妻子总是拿自己丈夫的长处与别的男人比,越比越幸福;有的妻子总是拿自己丈夫的短处与别的男人比,越比越失望。

2. 有的妻子则视丈夫的事业为自己的事业,鼎力相助;有的妻子则让丈夫围在自己身边转。

3. 有的妻子看准时机提醒丈夫勿疏忽了大事,尽量不使丈夫出现麻烦;有的妻子总是喋喋不休地挑剔丈夫的小毛病,使丈夫常常为一些小事而劳心费神。

4. 有的妻子总是在丈夫思想压力最小的时候说出自己对丈夫的意见;有的妻子不管三七二十一,一发现丈夫的错误就训斥,搞得丈夫非常尴尬。

5. 有的妻子在公共场合总是赞美丈夫;有的妻子,总在公共场合揭丈夫的短处。

6. 有的妻子当丈夫不顺利或家庭经济拮据时,总是为他分忧解愁;有的妻子把与丈夫的关系建立在金钱和地位上,稍不如意就骂“饭桶”,搞得丈夫抬不起头来。

7. 有的妻子能够帮助丈夫做一个好爸爸;有的妻子让丈夫在孩子面前总是唱“黑脸”,使丈夫成为惩罚孩子的代理人。

8. 有的妻子总是把家庭搞得非常清洁,使家人能在舒适的环境中生活;有的妻子常使家里窝窝囊囊。