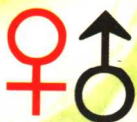


健康生活指南



杨 连

心理专家

谈

婚姻艺术



中国海洋大学出版社

心理咨询师



心理专家谈 婚姻艺术

◎ 心理咨询师

XINLI ZHUANJIA TAN HUNYIN YISHU

心理专家谈婚姻艺术

杨 连

中国海洋大学出版社

· 青 岛 ·

图书在版编目(CIP)数据

心理专家谈婚姻艺术/杨连. —青岛:中国海洋大学出版社,
2007. 9

ISBN 978-7-81125-032-9

I. 心… II. 杨… III. 婚姻—心理学 IV. C913. 13

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 107126 号

出版发行 中国海洋大学出版社

社 址 青岛市香港东路 23 号

邮政编码 266071

网 址 <http://www2.ouc.edu.cn/cbs>

电子信箱 whs0532@126.com

订购电话 0532-82032573(传真)

责任编辑 万方广

电 话 0532-85901040

印 制 淄博恒业印务有限公司

版 次 2007 年 9 月第 1 版

印 次 2007 年 9 月第 1 次印刷

成品尺寸 144 mm×213 mm

印 张 7.75

字 数 150 千字

定 价 20.00 元



致读者

性是人类生理需要(生物需要)的重要内容,是人类生命的源泉,是整个人生不可缺少的一部分,同时又是一个“难以启齿”、极为敏感的话题。人们往往避讳它,但又离不开它。性可以给人以满足、愉悦、幸福和追求,使人产生昂扬、升腾的感觉。同样,性也可以改变人正常的思维活动模式,使人失去理智,走向罪恶的边缘。在现实生活中,很多人会遇到这样或那样的性困扰,笔者从事心理咨询工作10多年,发现大多数咨询者都是由于性知识缺乏而导致生活不幸福,甚至婚姻解体、心理变态、犯罪、自杀等。因此写下这本小书,极希望我们每个人都能体会到爱情魅力,掌握好爱的航向,享受爱的幸福,处理好爱的挫折,而不虚度此生;更希望我们每个家庭都能性福美满,减少离婚率,不负天伦之乐,不再有性困惑,不再受性的压抑。性爱是人生大题目,学好性爱之事,乃人生之大事。

全书共分五大部分:第一部分婚姻中常见矛盾的解决、第二部分性爱意义、第三部分恋爱技巧及婚前性知识、第四部分性爱技巧、第五部分性障碍与性疾病的防治。

本书在写作风格上力求直截了当、短小精湛、言简意赅。但是,智者见智,仁者见仁,若有不当之处欢迎批评指正。贵州省黔南地区,电信用户可拨**傍晚心理热线**(0854) 87502222 共同探讨。

目次

致读者

1/第一部 恋爱是魔术,婚姻是艺术: 婚姻中常见矛盾的解决

3/为何相爱容易相处难

4/爱是生活细节中表现出的点滴关爱

6/婚姻中的七项艺术

10/婚姻十忌

11/婚姻维护八规则

12/危害婚姻的八种不良现象

16/七种夫妻间游戏

17/用于夫妻僵局的特殊情书

18/培养“性智慧”四个方面

18/不同年龄的妻子对丈夫的不同要求

19/给丈夫一点母爱

20/有时关爱比药更灵验

20/丈夫了解妻子婚姻才稳定



目 次

爱,就用身体说出来/21

婚后的调情/22

解决婚姻矛盾方法/23

为什么有人说“婚姻是爱情的坟墓”/24

婚后男人易犯的错误/25

女性婚后易进的误区/28

老婆是要给予更多安慰的/30

【案例】 小强与小红结束了冷战/30

爱是需要共同培育的/31

丈夫的功能/32

无性婚姻/33

【案例】 “名义夫妻”小珍和小杰/34

当男人面对妻子的背叛/35

【案例】 小芝的婚外情/35

把丈夫盯得太紧是依赖性太强/38

家庭暴力分析/40

解决“家庭冷暴力”的方法/42

在暴力家庭长大的孩子/42

目次

- 45/怎样处理好婆媳关系
- 47/女人“唠叨”之谈
- 49/【案例】 小丹的转变
- 50/用幽默解决家庭矛盾
- 51/宽容方法
- 53/老男人与小男人的不同特点
- 54/离婚者择偶心理特点
- 55/【案例】 60岁的老刘再婚记
- 56/【案例】 老女人的再婚要求
- 57/离婚原因分析
- 58/父母离婚后孩子的心理
- 59/再婚后性培育及试婚
- 61/“性香味”的来源
- 62/35岁以上已婚男士秘籍

65/第二部 恋爱如梦境,结婚时苏醒:性爱意义

- 67/性爱和谐



目次

- 性是最好的补药/67
爱的众说/69
现代爱情七要素/79
男女谚语十五条/80
人的性格/81
性与情感类型划分/84
人类智能八种类型/89
与普通男友的交往/90
铅笔的原则象征人/93
预防性侵犯十大绝招/95

第三部 无知是迷信之母:恋爱技巧及婚前性知识/97

- 不同场合女人的装扮/99
青少年性教育/100
择偶原则/101
找异性朋友的方法/102
爱的征兆/104
女人总结的癞蛤蟆定理/107

目次

- 108/情场中追求者与被追求者心态
- 111/【案例】 单相思的小菊
- 112/为什么女人爱问“你爱不爱我”
- 113/为什么说“男人不坏，女人不爱”
- 114/女人因为可爱而美丽
- 116/【案例】 寻找已婚男人 彩霞自找苦吃
- 117/为什么中学生不宜谈恋爱
- 118/【案例】 两例中学生恋爱录
- 120/女孩失恋的原因
- 122/失恋的处理
- 123/【案例】 小韦感情受伤害之后
- 124/【案例】 怎样才能忘记她
- 126/性爱的期望与失望
- 127/偷吃“禁果”的后果
- 129/结婚的好处
- 131/【案例】 爱情转变了玉珍
- 132/单身的好处



目 次

五类男人的家中特点/133

轻松：是婚姻的副旋律/135

吻的学问/136

爱的迷茫与沟通/138

女人的性感/140

男人对女人性感的解释/142

男人的善意谎言/144

男人性感的十三个时刻/145

大男子特点/148

话说有色心无色胆的男人/149

花心男子渊源/149

女人识别花心男子的方法/152

出卖感情的女人/153

【案例】 小丽结婚只为钱/155

【案例】 不愿共风雨的小英/157

婚恋三部曲/158

男人和女人的性欲时差/159

目次

163/第四部 习惯就是人生的最大指导:性爱技巧

165/找终生伴侣的十二个错误理由

167/找到终生伴侣的五个黄金守则

170/女性的性特点

171/男人的性特点

172/正常美满性生活五个特征标准

172/女性的性期待

173/女性性宣泄的方法

174/性生活“空白期”解决方法

175/男人的“性”思维

176/环境对性的影响

177/性的斋戒期

178/性爱红灯期

179/年龄与性之间的关系

180/性生活是否过度的衡量

181/女性的两种性高潮

182/性幻想的作用



目次

- 性交的步骤与方法/182
爱抚技巧/184
阴道的 G 点与阴蒂高潮/186
性高潮的生理变化与表现形式/187
看性爱照片对男人不管用/188
主要性交姿势十一种/189
性用具的使用方法/191
月经期性欲处理方法/192

第五部 我欲故我在:性障碍与性疾病的防治/193

- 苏格拉底与失恋者的对话/195
阴道松紧度及阴茎大小/198
阴道过松的治疗/200
解决性心理疲劳方法/200
女性性高潮障碍的调节方法/201
射精为何不再畅快/202
女性发育不良怎么办/203
男人性事后倒头睡的缘由/204

目次

- 204/“暂歇性性高潮中断”原因分析
 - 205/“性对抗”的表现
 - 206/自慰或手淫之谈
- 208/西医对治疗阳痿的说法
- 209/心理医生对阳痿的治疗
 - 211/性罪心理
 - 212/性“罪恶感”的解译
- 213/性快感、性宣泄、性虐待的区别
 - 214/性洁癖
 - 215/不射精的原因
- 217/乳房过小的处理方法
 - 218/口臭的处理方法
 - 218/发生血精原因
- 219/房事时不宜忍精
- 220/高血压患者性生活注意事项
 - 220/劳累后遗精怎么办
 - 221/男人不宜常吃的食物



目 次

男子“色厥”防治/222

性病传播六大怪/222

性病的共同点与治疗/223

艾滋病的表现形式与传播途径/224

世间什么才是最珍贵的/225

第

一

部

恋爱是魔术，婚姻是艺术： 婚姻中常见矛盾的解决

恋爱视快乐为目的，而婚姻视整个人生为目标。

——巴尔扎克

为了爱情的继续和婚姻的美满，妻子固然要取悦丈夫，丈夫也要取悦妻子，至于如何取悦，乃是一种高级的艺术。

——柏杨

婚姻是一次长谈，杂以争辩。

——史蒂文森

只为金钱而结婚的人，其恶无比；只为恋爱而结婚的人，其愚无比。

——约翰生

与所爱的人长期相处的秘诀：放弃改变对象的念头。

——萨尔丹

