

心理障碍是婚姻的最大不幸



心理指南

新世纪心理咨询丛书

LIAN AI HUN YIN
XIN LI ZI XUN SHOU CE

恋爱婚姻心理⇒))) 咨询手册

一个人要作出离婚的选择比作出结婚的选择要难得多。

【日】国分康李

婚后生活成功与否取决于配偶双方能够在多大程度上相互认识。

【苏】瑟克科

○ 华 文 出 版 社

恋爱婚姻

心理咨询手册

奚华 编著

LIAN AI HUN YIN
XIN LI ZI XUN
SHOU CE

华文出版社

图书在版编目(CIP)数据

恋爱婚姻心理咨询手册/奚华编著. —北京:华文出版社, 2002. 1
ISBN 7-5075-1269-X

I. 恋... II. 奚... III. 婚姻—社会心理—手册
IV. C913. 13 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 080130 号

华文出版社出版

(邮编 100800 北京西城区府右街 135 号)

网址: <http://www.hwchs.com>

电子信箱: webmaster@hwchs.com

电话: (010)83086663 (010)83086853

新华书店经销

深泽县利民印刷有限公司印刷

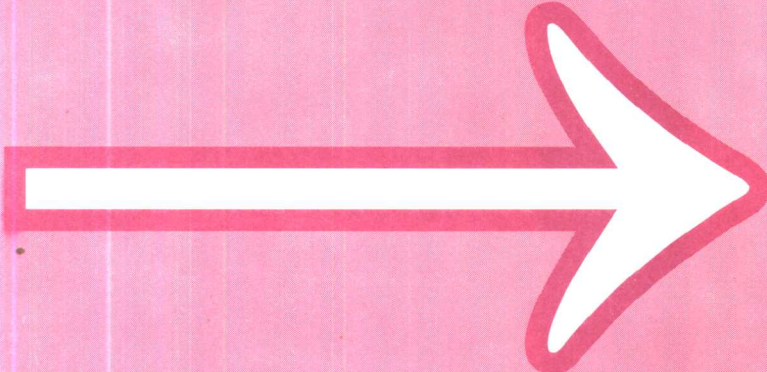
880 × 1230 32 开本 13.75 印张 333 千字

2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

★

印数: 0001—10000 册

定价: 23.00 元



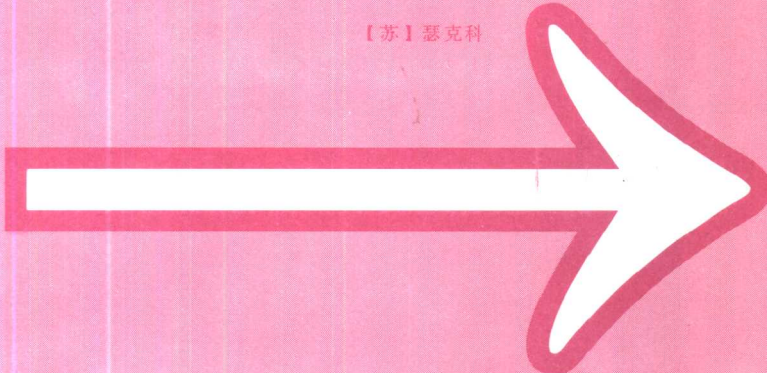
一个人要作出离婚的选择
比作出结婚的选择要难得多。

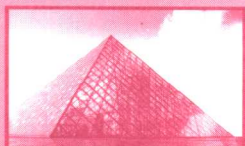
【日】国分康幸



婚后生活成功与否取决于配偶
双方能够在多大程度上相互认识。

【苏】瑟克利



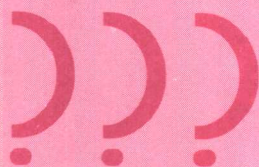


心理指南

新世纪心理咨询丛书

LIAN AI HUN YIN XIN LI ZI XUN SHOU CE

心理障碍是婚姻的最大不幸



目录

I. 单身心理咨询

- 新世纪婚恋有哪些新主张 (1)
- 现代社会有哪些爱情观念 (4)
- 古典的爱情哪里去了 (7)
- 为什么成为单身贵族 (10)
- 什么原因造成单身女性 (10)
- 单身女性有哪些特点 (12)
- 单身女性有哪些心理特征 (13)
- 为何单身贵族择偶期望值过高 (15)
- 为何单身贵族心中的偶像过于完美 (16)
- 为何单身贵族没有客观冷静地认识自己 (16)
- 为何单身贵族出现审美意识的偏颇 (17)
- 什么是单身贵族的攀比心理障碍 (17)
- 为何客观条件限制容易造成单身 (18)
- 为何被动等待容易造成单身 (18)
- 为什么自卑心理是造成单身的心理障碍 (19)
- 怎样帮助单身贵族保持心理平衡 (20)

【心灵启示录】

- 单身贵族的内心独白 (23)

II. 恋爱心理咨询

- 如何把握初恋心理 (25)
- 如何把握热恋心理 (27)
- 恋爱中怎样考验恋人 (29)
- 怎样防止恋爱错觉 (31)
- 怎样了解恋爱中女性心理 (33)
- 怎样了解恋爱中男性心理 (36)
- 如何克服恋爱中光晕心理 (37)
- 怎样克服恋爱中自惑心理 (38)
- 怎样克服恋爱的“高原心理” (40)
- 怎样克服恋爱中嫉妒心理 (42)
- 什么是恋爱高峰体验 (43)
- 如何掌握爱的时机 (45)
- 初恋的情绪有哪些特点 (46)
- 什么是初恋的激发阈 (47)
- 什么是初恋的成功率 (48)
- 什么是初恋的“醉我”期 (49)
- 什么是初恋的“疑我”期 (49)
- 什么是初恋的“非我”期 (50)
- 什么是初恋的“化我”期 (50)
- 什么是初恋的升华阈 (51)
- 如何掌握初恋的节奏 (52)
- 追求爱情有哪几种类型 (53)
- 为什么恋爱对人的身心健康有积极的影响 (54)
- 恋爱有损害身心健康有哪些因素 (55)
- 表露爱情有哪几种方式 (56)
- 为什么不能将爱情过分理想化 (59)

目 录

●怎样写好第一封情书	(59)
●怎样把握第一次约会时机	(60)
●怎样选择约会主题	(61)
●什么是最佳约会周期	(62)
●怎样做好约会中的礼节	(62)
●怎样打扮约会中的服饰	(62)
●当第一次亲昵举动来临时怎样应付	(63)
●心灵撞击后怎样进行短暂分离	(64)
●怎样保持心理抗衡中的个性独立	(65)
●恋爱中的考验有哪些技巧	(66)
●什么是爱情的占有	(67)
●什么是爱情的偶合	(67)
●什么是爱情的替代	(68)
●为什么追求爱情无私是最高层次	(69)
●什么是追求爱情的精神满足型	(69)
●什么是追求爱情的感官满足型	(70)
●什么是追求爱情的功利满足型	(72)
●什么是旧情相爱	(75)
●什么是共处相爱	(75)
●什么是邂逅相爱	(76)
●什么是媒介相爱	(76)
●什么是信息相爱	(77)
●什么是对立相爱	(77)
●什么是表情传递	(78)
●什么是语言传递	(79)
●什么是行为传递	(80)
●什么是文字传递	(83)
●什么是信物传递	(85)
●爱情的更新主要表现在哪些方面	(88)

●怎样预测恋爱的前景	(89)
●如何获取女性的芳心	(91)
●如何接近意中人	(92)
●如何说“我爱你”	(93)
●“一见钟情”可靠吗	(93)
●如何了解爱人的内心	(94)
●女性心中的男性美标准是什么	(96)
●恋爱中男士心理要有什么准备	(96)
●怎样选择最佳恋爱期	(99)
●情场馈赠有哪些技巧	(100)
●为什么女人的魅力不能离开柔性和灵性	(100)
●现代生活中的爱情是如何定位的	(101)
●怎样追求真爱的情感	(102)
●女性美的标准是什么	(103)
●如何掌握恋爱中的女性内心	(104)
●怎样才可以把你喜欢的异性追到手	(106)
●追求不同年龄男性有哪些方法	(114)
●追求女性有哪些艺术	(116)
●怎样向恋人表白	(117)
●怎样与恋人重归于好	(119)
●怎样摆脱以死相逼的求爱者	(121)
●恋爱中发生了性关系,他要抛弃你怎么办	(121)
●产生恋爱纠纷时怎么办	(122)
●如何成功地求婚	(125)
●怎样看待婚前性行为	(126)
●试婚有哪些现象	(128)

【心灵启示录】

●法国著名化学家巴斯德的求爱信	(129)
-----------------------	-------

Ⅲ. 失恋心理咨询

●什么是单恋	(130)
●什么是无感单恋	(131)
●什么是有感单恋	(131)
●单恋心理倾向有哪几种	(132)
●发生了单相思怎么办	(134)
●陷入情网怎么办	(136)
●什么是多角恋	(138)
●什么是迷藏式三角恋	(139)
●什么是争斗式三角恋	(140)
●怎样调整多角恋的关系	(140)
●怎样提出中断爱情关系	(141)
●什么是失恋的心理	(142)
●如何克服“爱情至上”的观点	(143)
●怎样用环境转移摆脱失恋痛苦	(143)
●怎样用感情转移摆脱失恋痛苦	(144)
●失恋自杀有哪些心理过程	(145)
●什么是失恋者报复心理	(146)
●什么是失恋者内郁心理	(147)
●如何防范失恋后的他杀和内郁	(147)
●对失恋者心理平衡应采取哪些措施	(147)
●如何防范失恋者自杀	(148)

【心灵启示录】

●歌德的成功	(149)
--------------	-------

IV. 爱情心理咨询

- 人为什么要结婚 (150)
- 什么是最理想的婚配 (151)
- 结婚是爱情的坟墓吗 (152)
- 结婚前应注意哪些问题 (153)
- 怎样做好婚前心理准备 (157)
- 怎样度过新婚之夜 (158)
- 性生活有哪些心理特点 (160)
- 怎样度过新婚蜜月 (161)
- 如何适应新婚生活 (164)
- 如何掌握婚姻危机的几个重点多发期 (165)
- 为什么激情对话使婚姻有活力 (168)
- 如何分析丈夫有了外遇 (170)
- 什么是身体之爱与精神之爱 (172)
- 如何消除占有欲和嫉妒心 (172)
- 妻子如何对丈夫保持永久的魅力 (177)
- 怎样安抚烦恼中的丈夫 (177)
- 怎样消除夫妻之间的小冲突 (178)
- 怎样才能创造美满的性生活 (179)
- 如何挽救濒于破裂的婚姻 (180)
- 夫妻吵架怎样和好 (181)
- 爱情永固有哪些金科玉律 (183)
- 完美婚姻有哪些大忌 (185)
- 如何巧妙拴住男人的心 (187)
- 如何让配偶保持好心情 (191)
- 爱人有了“外遇”怎么办 (193)
- 爱人产生了猜疑心理怎么办 (196)

目 录

●丈夫不珍视自己感情怎么办	(198)
●怎样让爱人主动为自己双亲拿赡养费	(200)
●怎样让吃喝嫖赌的爱人改邪归正	(202)
●怎样面对爱人的侮辱	(204)
●怎样消除家庭矛盾	(206)
●如何度过婚后矛盾期	(214)
●怎样建立理想的夫妻关系	(215)
●夫妻分居两地怎么办	(217)
●夫妻性格不合怎么办	(219)
●怎样克服爱情厌倦心理	(220)
●怎样对待性骚扰	(222)
●“第三者”插足怎么办	(224)
●为什么会发生婚外恋	(225)
●如何预防移情现象	(228)
●妻子爱交际怎么办	(229)
●妻子有外遇怎么办	(231)
●妻子爱“吃醋”怎么办	(233)
●怎样消除“妻管严”的弊病	(235)
●丈夫脾气坏怎么办	(238)
●丈夫爱猜疑怎么办	(239)
●怎样避免因家务闹矛盾	(241)
●女性如何摆脱男性的纠缠	(243)
●为什么“诚”是爱情的灵魂	(245)
●为什么爱情也不是绝对的“忠实”	(248)
●为什么爱情需要男女双方的心血来培养	(248)
●婚姻关系中男女的心理有哪些变化	(249)
●夫妻和谐有哪些要素	(252)
●为什么夫妻谈话要讲艺术	(253)
●为什么夫妻间朦胧情更浓	(254)

●为什么夫妻间应讲点“废话”	(254)
●为什么夫妻间不妨有点“有效的争吵”	(255)
●什么是爱情的自我挫折	(256)
●什么是爱情的遭遇挫折	(257)
●什么是爱情的舆论挫折	(258)
●什么是爱情的家庭挫折	(259)
●什么是爱情的高压逆反心理	(261)
●什么是爱情的对立逆反心理	(261)
●什么是爱情的过昵逆反心理	(262)
●什么是爱情的赌气逆反心理	(262)
●什么是性爱中的积极型嫉妒	(263)
●什么是性爱中的消极型嫉妒	(264)
●什么是性爱中的潜隐性嫉妒	(264)
●什么是性爱中的对等性嫉妒	(265)
●什么是性爱中的行为性嫉妒	(266)
●什么是性爱中的追前嫉妒	(267)
●什么是性爱中的现时嫉妒	(267)
●什么是性爱中的防范嫉妒	(268)
●婚后矛盾是由哪些心理因素造成	(270)
●为什么理解是爱的别名	(271)
●怎样主动消除婚后矛盾	(273)
●如何防止矛盾的激化	(274)
●如何感受妻子的爱	(275)
●为什么对妻子要彬彬有礼	(275)
●为什么妻子需要善意的谎言	(276)
●如何消除妻子的嫉妒	(276)
●怎样应付闹情绪的妻子	(277)
●如何让妻子道出实情	(278)
●如何避免为钱与妻子争吵	(279)

●如何让妻子旧情重燃	(280)
●如何激发爱的激情	(280)
●如何增添婚姻生活的情趣	(282)
●如何增进婚姻幸福	(283)
●如何借音乐增进夫妻感情	(283)
●如何做到爱情事业双获胜	(284)
●如何度过婚姻生活的危机	(285)
●什么是建设型夫妻	(287)
●什么是安分型夫妻	(288)
●什么是破坏型夫妻	(288)
●什么是协作型夫妻	(288)
●什么是主从型夫妻	(289)
●什么是专权型夫妻	(290)
●什么是松散型夫妻	(290)
●涉外婚姻有哪些主要问题	(291)
●如何分析涉外婚姻心理	(292)
●如何解决涉外婚姻问题	(293)

V. 婚外恋心理咨询

●什么是婚外恋	(295)
●婚外恋有哪些类型	(296)
●中年期产生婚外恋有哪些主要原因	(297)
●怎样透视婚外恋者性心理	(300)
●如何防止婚外恋的发生	(302)
●妻子怎样帮助丈夫摆脱第三者	(304)
●如何防范第三者的插足	(307)

Ⅵ. 离婚心理咨询

- 什么是离婚 (309)
- 中年人离婚主要有哪些特点 (310)
- 导致中年夫妻离婚的主要原因是什么 (311)
- 怎样理解离异 (312)
- 离婚对自身健康及孩子有何影响 (313)
- 亲和力下降是婚姻危险信号吗 (314)
- 什么是婚姻的纠纷期 (315)
- 什么是婚姻的戒备期 (315)
- 什么是婚姻的裂痕期 (316)
- 什么是婚姻的犹豫期 (316)
- 什么是婚姻的破裂期 (317)
- 什么是精神型离婚 (318)
- 什么是挫折型离婚 (319)
- 什么是变异型离婚 (319)
- 什么是性感型离婚 (320)
- 什么是专横型离婚 (322)
- 什么是外控型离婚 (322)
- 什么是利用型离婚 (323)
- 什么是牺牲型离婚 (323)
- 什么是离婚后遗症 (324)

【心灵启示录】

- 高尚的离婚 (326)

Ⅶ. 再婚心理咨询

- 什么是再婚 (327)
- 中年再婚有哪两大矛盾 (327)
- 中年人再婚有哪几种消极心理现象 (328)
- 中年人如何调适再婚后的心理 (331)
- 什么是再婚心理屏障 (336)
- 什么是健康的再婚心理 (336)
- 什么是再婚心理重演 (337)
- 什么是再婚心理对照 (338)
- 为什么要复婚 (341)

【心灵启示录】

- 瞿秋白与杨之华的美满结合 (342)

Ⅷ. 性心理咨询

- 青年性心理有哪些特点 (343)
- 什么是性疏远期 (344)
- 什么是性亲近期 (344)
- 什么是性恋爱期 (345)
- 什么是性爱的排他性 (346)
- 什么是性爱的冲动性 (347)
- 什么是性爱的直觉性 (348)
- 什么是性爱的隐曲性 (350)
- 性气质是通过什么表现出来的 (350)
- 什么是男人女性美 (352)
- 什么是女人男性美 (352)

●女性的性感美集中在哪些部位	(353)
●男性的性感美集中在哪些部位	(353)
●什么是性吸引力的神秘感	(354)
●为什么魅力是性吸引力的钥匙	(355)
●为什么性吸引力在不同的个体之间会有很大差异 ...	(356)
●什么是缺乏性知识的障碍	(357)
●什么是性态度恶劣的障碍	(358)
●什么是“操作焦虑”的障碍	(359)
●为什么性问题多起来了	(360)
●性道德有哪些特点	(363)
●什么是严肃的性道德	(364)
●什么是平等的性道德	(365)
●什么是科学的性道德	(365)
●性禁锢有哪些危害	(366)
●性禁锢有哪些表现形式	(367)
●人类性放纵的起源是什么时候	(369)
●性放纵有哪些危害	(370)
●性放纵有哪些表现形式	(371)
●怎样评析性解放	(373)
●为什么性爱是美满婚姻的关键	(374)
●什么是性心理障碍	(375)
●怎样对待丈夫的阳痿问题	(376)
●什么是艾滋病	(377)
●什么是同性恋	(379)
●什么是恋物癖	(381)
●什么是露阴癖	(382)
●什么是窥阴癖	(384)
●什么是异性癖	(385)
●什么是施虐癖与受虐癖	(386)