

 中国社会出版社

现代文明家庭书架

Xian Dai Wen Ming Jia Ting Shu Jia



夫妻幸福

Fu Zi Xing Fu

百事通

BAI SHI TONG

现代文明家庭书架

夫妻幸福百事通

主编：弘 石 万 寿

编者：祝嗣光 李传德 潘永亮

崔学军 刘建华 李 华

岳邦忠 朱 泓 王克强

魏华南

中国出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

夫妻幸福百事通/弘石, 万寿主编. —北京: 中国社会出版社,
1997. 7

ISBN 7-80088-252-7

I. 夫… II. 弘… III. 婚姻—通俗读物 IV. C913.73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 01459 号

现代文明家庭书架

夫妻幸福百事通

主 编: 弘石 万寿

责任编辑: 林晓靖

责任校对: 陈蕾华

责任印制: 侯继刚

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区西黄城根南街 9 号

电话: 66051713 电传: 66030951

印 刷: 北京印刷一厂

经 销: 各地新华书店

开本印张: 787×1092 1/32 14

字 数: 298 千字

版 次: 1997 年 7 月北京第 1 版第 1 次

ISBN 7-80088-252-7/C·172

定价: 14.00 元

(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)

目 录

结 婚 礼 仪

- 怎样认识婚姻与家庭的关系 (1)
- 怎样进行婚前健康检查与心理咨询 (2)
- 怎样办理结婚登记 (5)
- 怎样办理结婚公证 (6)
- 怎样选择婚礼 (7)
- 新婚前夕, 新娘怎样安排自己的生活 (11)
- 怎样操办婚礼仪式 (12)
- 婚事操办中怎样花钱 (17)
- 怎样选配新婚用具 (21)
- 怎样选用新婚床上用品 (24)
- 怎样选配新婚服装 (27)
- 新娘怎样佩戴理想的饰物 (33)
- 怎样选择新婚发式 (35)
- 怎样对待闹洞房 (38)
- 怎样进行蜜月旅行 (40)
- 蜜月生活怎样才能丰富多彩 (42)
- 怎样过结婚纪念日 (44)



夫妻性生活

新婚蜜月怎样调养	(46)
怎样认识男性的身体	(48)
怎样认识女性的身体	(49)
怎样保持性器官的清洁	(52)
怎样认识性欲心理和性道德	(53)
怎样调节性欲的闸门	(55)
婚后怎样保持和谐的性心理	(57)
怎样认识男女在性生活中的差异	(60)
怎样科学掌握性生活时间	(61)
怎样掌握性生活的频率	(62)
夫妻间怎样谈论性生活	(63)
怎样使性爱和谐	(64)
怎样了解妻子的“性秘密”	(71)
怎样调适性生活的心理	(74)
怎样注意房事“十三忌”	(77)
怎样防止新婚疾病	(79)
怎样防止新婚阴道炎	(80)
房事晕厥怎样救治	(82)
怎样抢救性交猝死	(82)
怎样认识吸烟对男性性功能的危害	(83)
性冷淡怎样食疗	(85)
怎样防止遗精	(87)
怎样对待早泄现象	(90)

妻子怎样帮丈夫治阳痿	(91)
怎样自查性欲是否减退	(92)
怎样防止性衰老	(96)
性欲减退怎样用气功治疗	(97)
哺乳期怎样过性生活	(101)
怎样安排孕期的性生活	(102)
过敏体质女子怎样过性生活	(103)
三班倒夫妻怎样安排性生活	(104)
再婚夫妇怎样度过新婚之夜	(105)
怎样认识老夫妻性生活与健康长寿的关系	(107)
高血压老人怎样过性生活	(109)

婚 姻 心 理

怎样认识婚姻的需求	(112)
怎样认识夫妻的社会相容性	(113)
怎样建立婚姻平衡	(114)
怎样估价你的婚姻	(115)
怎样看待和选择美貌妻子	(117)
怎样了解配偶	(119)
男性怎样向意中人展示自己的魅力	(120)
怎样向妻子示爱	(122)
怎样用爱来改变人	(127)
夫妻说话怎样注意方式方法	(133)
夫妻间怎样说话才不伤感情	(135)
怎样安慰心情不好的配偶	(138)

怎样改变妻子的唠叨毛病	(139)
怎样认识夫妻间的吹毛求疵	(144)
怎样看待夫妻间的“属相相克”	(144)
怎样认识性格类型与婚姻的关系	(145)
怎样认识血型与夫妻关系	(146)
怎样认识有害于家庭的夫妻性格	(147)
性格相异的夫妻怎样来相处	(149)
怎样调适夫妻性格不合	(151)
怎样调节夫妻间的弹性关系	(152)
怎样度过蜜月的心理关	(153)
怎样认识夫妻的心理相容性	(155)
怎样理解婚姻的心理类型	(156)
怎样认识影响夫妻不和的心理因素	(158)
怎样掌握协调夫妻关系的心理治疗法	(160)
怎样调适老年夫妻关系的心理	(163)
离婚女子怎样进行心理调适	(165)
怎样克服再婚贬值心理	(167)
再婚夫妻怎样进行心理调适	(168)
夫妻怎样才能不相疑	(171)
夫妻怎样相互适应	(172)
夫妻应该怎样进行“互补”	(174)
怎样调适更年期的夫妻关系	(176)
老年夫妻应怎样相处	(181)
怎样面对配偶的侮辱	(183)
怎样对待妻子的任性	(184)
夫妻双方怎样来接受对方的忠告	(186)

怎样帮助妻子摆脱抑郁	(187)
怎样增进夫妻间的爱情	(189)
怎样使夫妻感情升华	(190)
夫妻怎样赠礼	(193)
怎样沟通情感	(194)
夫妻间怎样对待过错隐私的情况	(201)
怎样调解夫妻的不同习惯	(204)
怎样帮助爱人改掉不良习气	(205)
怎样处理两地夫妻的日常生活	(209)
夫妻怎样共患难	(210)
事业型女性怎样克服对丈夫和孩子的内疚感	(214)
夫妻怎样正确对待家庭与事业的关系	(217)
怎样相互支持对方的事业	(219)
怎样调适夫妻间的兴趣	(221)
夫妻怎样享受舞会之乐	(226)
怎样度过蜜月后的“逆反期”	(229)
怎样消除婚后单调感	(230)
怎样加强中年夫妇的亲密度	(232)
怎样理解“扣错扣子”的婚姻	(233)
怎样认识导致婚姻失败的九种因素	(238)
怎样认识夫妻间感情关系周期性波动	(239)
怎样看待有了孩子后妻子的感情转移	(241)
怎样处理由孩子引起的夫妻感情危机	(243)
怎样分析夫妻常见矛盾	(247)
怎样化解夫妻矛盾	(251)
怎样防止夫妻冷战	(252)

怎样防止夫妻吵架.....	(255)
吵架怎样自我处理.....	(258)
夫妻争吵时应怎样收场.....	(262)
怎样进行老年夫妻间健康监护.....	(263)
怎样对待爱人的过失.....	(266)
怎样对待爱人的异性朋友.....	(270)
怎样对待爱人和旧恋人来往.....	(271)
怎样察知外遇.....	(273)
怎样处理外遇.....	(276)
怎样认识“见异思迁”的原因.....	(278)
怎样对待第三者.....	(279)
夫妻双方怎样避免喜新厌旧.....	(281)
怎样防止“第三者”插足.....	(282)
怎样对待“第三者”的出现.....	(283)
怎样识别婚姻破裂的警号.....	(286)
怎样确定婚姻是否死亡.....	(287)
寡妇怎样进行防卫.....	(289)
再婚夫妻怎样才能相处好.....	(292)
老年人应怎样处理再婚问题.....	(294)
怎样理解“离婚自由”.....	(296)



怎样做模范丈夫.....	(299)
丈夫怎样关心妻子.....	(306)
丈夫怎样体贴妻子.....	(309)

怎样对待妻子不想要孩子.....	(313)
怎样正确对待不生育的妻子.....	(314)
怎样对待怀孕的妻子.....	(316)
怎样对待分娩前的妻子.....	(318)
怎样守护分娩的妻子.....	(319)
怎样对待爱吃“醋”的妻子.....	(320)
怎样对待爱交际的妻子.....	(322)
怎样对待事业型的妻子.....	(324)
怎样对待妻子向着娘家.....	(326)
怎样做聪明的妻子.....	(327)
怎样做贤惠妻子.....	(329)
怎样吸引丈夫.....	(333)
怎样改造丈夫.....	(336)
怎样安抚烦恼中的丈夫.....	(338)
怎样对待沉默寡言的丈夫.....	(340)
怎样对待冷落娇妻的丈夫.....	(342)
怎样对待“脾气古怪”的丈夫.....	(342)
怎样对待发胖的丈夫.....	(345)
怎样对待不管家务的丈夫.....	(346)
怎样对待爱人私设“小金库”.....	(349)
怎样对待不善交际的爱人.....	(351)
怎样对待配偶在事业和生活上的挫折.....	(353)

家庭关系

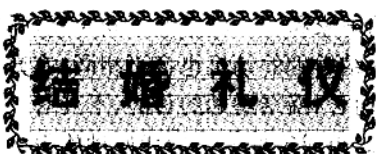
怎样增进家人间的亲密感.....	(355)
------------------	-------

怎样处理好代际关系.....	(359)
老年人应该怎样正确对待“代沟”.....	(363)
新婚后怎样处理好家庭成员之间的关系.....	(365)
退休之后怎样处理好家庭关系.....	(368)
怎样解决家庭矛盾.....	(371)
怎样正确对待犯错误的家庭成员.....	(372)
子女怎样对待父亲或母亲的再婚.....	(373)
怎样处理好与长辈的关系.....	(374)
怎样处理好与子女的关系.....	(376)
怎样处理好祖孙关系.....	(378)
怎样和爱唠叨的母亲相处.....	(379)
怎样对待家里“古怪”老人.....	(381)
怎样对待对方的父母.....	(382)
怎样和“顶门户”的亲戚相处.....	(385)
怎样做媳妇.....	(387)
怎样关心公婆.....	(391)
怎样克服“进门威”.....	(392)
婆婆怎样对待儿媳.....	(394)
当小两口争执时婆婆该怎样处理.....	(396)
怎样调解妻子与母亲的纠纷.....	(398)
怎样对待离婚后的姻亲关系.....	(401)
怎样对待领来的孩子.....	(402)
怎样与对方带来的孩子相处.....	(404)
怎样当好继母.....	(406)
怎样对待继父母.....	(407)
怎样当好祖父母.....	(409)



家政管理

新家庭怎样订计划·····	(412)
怎样订立家规·····	(415)
怎样理解家庭现代化·····	(415)
怎样安排家庭智力投资·····	(416)
怎样体现夫妻共同理财·····	(419)
怎样编制家庭预算·····	(421)
家庭开支怎样分类好·····	(422)
新婚小夫妇怎样学会花钱·····	(423)
怎样解决夫妻消费观念矛盾·····	(425)
怎样解决花钱中的“心理冲突”·····	(426)
怎样注意消费“七忌”·····	(428)
怎样进行家庭闲暇时间管理·····	(430)
家务劳动怎样分工·····	(432)
优化家务管理·····	(435)
怎样使厨房劳动有序化·····	(436)
怎样纠正不良的劳动方式·····	(437)
怎样选择家庭助理员·····	(438)
怎样建立家庭档案·····	(439)
怎样管理家庭档案·····	(442)



怎样认识婚姻与家庭的关系

家庭是从婚姻开始的，婚姻是家庭成立的前提条件。了解家庭就必须了解婚姻本身及其婚姻与家庭的关系。

婚姻是男女两性结合的社会形式，是为一定社会制度所确认的夫妻关系。从表现形式上，婚姻是男女两性的生理结合，从本质上看，则是男女两性一种特定的社会结合。它既具有自然属性，更具有社会属性。男女两性的差异和人的性本能，是婚姻在生理上基础，也是男女两性构成婚姻关系的自然条件，人到一定的年龄，随着生理和心理的成熟，自然而然地会产生对性的需求，而青年男女两性间的婚姻关系，则是满足这一需求的合理的、稳定的、直接的方式。但是人是有社会性的，人的性行为，不同于动物，乃是具有社会规范的爱情行为，它必然会受到社会法律制度、社会风俗和道德观念的制约。因此，并非所有的两性结合都能成为婚姻关系，只有符合一定的社会风俗和法律制度的两性结合才是婚姻。

既然婚姻受社会法律制度、社会风俗和道德观念的制约，因此，在不同的国家和同一国家的不同时期，婚姻形态也就多种多样。人们缔结婚姻的动机也各不相同，有繁衍型、政治型，但就整个人类而言，缔结婚姻的目的，不外有三：其一，满足生理的需要；其二，组成家庭繁衍后代使种族得以延续；其三，过美满幸福的生活，履行对社会应尽的责任。前者属于人的自然属性的需要，后者属于社会属性的需要。

那么，婚姻与家庭的关系又是怎样的呢？简单说来，婚姻是家庭的基础和纽带，而家庭又是婚姻的组织形式。它们是同时发生的。首先，家庭自婚姻始，没有婚姻也就没有家庭。其次，婚姻的出现，意味着出现了为社会所承认和规范的较稳定的两性结合单位（即家庭）。第三，婚姻仅意味着夫妻关系，家庭不仅包括夫妻关系，还包括由这种关系发展起来的父母子女关系及其他亲属关系。家庭制度比婚姻制度更复杂，更完备。

怎样进行婚前健康检查与心理咨询

我们虽然强调：纯真高尚的爱情，是人类的一种高级情感活动。但是，由于只有以缔结婚姻为目的的爱情才是道德的，而婚姻的缔结又必然包含着繁衍第二代的人类天职，因此，爱情又是不能脱离它的自然基础而孤立存在的。

保加利亚伦理学家瓦西列夫把各种择偶标准归纳为两大类。他认为应列入甲类第一性标准的，是一个人的身体结构特点、外貌的个性特征、神经系统类型等；应列入乙类的第二性标准，有社会环境、世界观、教养、情趣、对未来的看法、价值系统等。同时，他认为无论第一性因素还是第二性因素，都能够

在实际上促进或妨碍爱情的产生。这说明爱情既是社会生活的产物,又不能离开健全的生理基础和心理基础。

由于人类恋婚文明的发展,有些情侣自愿接受婚前身体检查,并主动进行婚姻心理咨询,这是恋人之间彼此充分尊重、充分负责的表现,是恋婚伦理关系进一步获得良好发展的又一见证,是时代文明赋予青年爱情生活的福音。正因为如此,有些国家已经把婚前检查列入婚姻法律程序,规定结婚前必须取得合理证书,方可成婚。

青年时期韶华夺目,朝气蓬勃;一般说来,在外型体质方面给人的观感大多能令人满意。但是,由于完全健康的人是不多见的,许多不适于恋婚的遗传疾患,或潜在的影响两性正常生活的因素,光凭主观感觉和个人判断是难以验证的。特别是在我国,为了有效地提高民族机体的素质,提倡优生、优育的水平,定情前后的青年恋人,主动接受婚前检查是大有好处的。通常,婚前检查的内容大致有如下几个方面:

(1)生殖器官发育状况:检查有无发育畸形或婚后影响正常性生活的疾患和症状,有无妨碍生育的疾患和症状。如先天性阴道闭锁(即民间所说的“石女”)、陷睾症及先天或后天两性畸形、损伤等。某些性器官功能障碍或畸形可施行手术,以恢复某些功能或使畸形获得矫正。如阴道闭锁可施行阴道成形术,陷睾症可施睾丸复位术。患有两性畸形者,则可根据本人意愿,摘除一种性器官,保留另一种性器官。

(2)恋人双方遗传学方面的状况:遗传疾患包括:①隔代遗传,如先天性痴呆、癫痫、精神病、色盲、白化病、侏儒症、高血压等;②显性遗传,如先天性疾呆;③隐性遗传,如恋人双方系近亲血缘,双方都有同样的隐性遗传基因,婚后所生子女就

会变成显性遗传病。因此,婚姻法规定近亲不能结婚。

(3)有无医学上认为不应当结婚的疾患,如麻风病尚未治愈者,精神病尚未治愈或尚未稳定者,急性传染病患病期间,有重要的脏器功能障碍而病情尚未稳定或功能尚未获得改善、恢复者,等等。

目前,我国虽尚少有婚前心理咨询的专门机构,但是,恋人双方可以向有这方面经验的医师、亲朋、服务机构以及书刊请教。婚前心理咨询活动的内容,常带有很强的针对性,接受咨询者固然可以主动地向当事人介绍婚前心理准备及心理调适的主要内容和实施方法,但是,要想取得最佳效果,还要当事人结合自身的心理状态提出问题,以求得准确的解答,解决实际问题。一般说来,婚前心理咨询大约包括如下主要内容:

(1)心理与生理的协调状况:有些恋人在婚前,或是由于有害书刊的影响,或是有过令人悔恨的恋爱经历,或是由于性格孱弱,或是由于对方曾经施与某种精神压力……往往容易产生恐惧、自惭或紧张的精神状态,以致影响正常生理功能,形成诸如厌食、惊睡、梦魇等症状。

(2)性心理状况:或者由于担心不能顺利地适应性生活,或者由于顾虑性生理引起的体型变化影响自己的职业生活,等等,以致产生性心理畸形,设法逃避性生活。这种心理症状如不在婚前设法消除,很可能在新婚时产生拒绝发生两性关系或性冷淡情况,严重者,则可能会影响婚后感情。

(3)个性、气质的匹配状况:主要看对婚后爱情生活及执行婚姻义务有无致命性的隐患,一般这方面存在的问题,大多通过咨询机构的帮助和恋人之间的主观努力是可望获得解决的。

无论婚前身体检查或婚前心理咨询,恋人双方都应该结合自身的状况,认真听取医师或咨询机构的意见。凡属不宜结合者,就应理智地在婚前分手,以免造成婚后更大的痛苦;凡属经过双方努力或者协商可以解决者,就应在相互达成谅解后再决定结婚,如一方虽有性生活能力却不能生育时,如果另一方不予计较,则可以结婚,但是决定做出牺牲的一方最好经过认真的考虑,而不是一时感情冲动地作出决定,以免婚后形成难以克服的情感障碍;凡属应该暂缓结婚者,则要从彼此未来的幸福出发,愉快地接受这种有益的安排。如果通过婚前检查或心理咨询,恋人双方从生理和心理诸方面来看,都是健康、理想的一对儿,那么,就该为他们衷心祝福,因为这将更加坚定他们婚后获得爱情生活幸福的信心。

怎样办理结婚登记

结婚必须男女双方完全自愿,不许任何一方对他方加以强迫或第三者加以干涉。结婚年龄,男不得早于22周岁,女不得早于20周岁。要求结婚的男女双方必须亲自到一方户口所在地的婚姻登记机关申请结婚登记。申请结婚登记的男女双方应持如下证件:

- (1)本人的户籍证明或居民身份证。
- (2)有工作单位的,应由单位出具结婚状况证明;没有工作单位的由所在村、居民委员会出具婚姻状况证明,跨乡(镇)、街的加盖乡(镇)、街印章。
- (3)正在接受劳动教养的人员应持劳动部门出具的户籍证明;原工作单位或村、居民委员会出具的婚姻状况证明。
- (4)凡离过婚的要持《离婚证》或解除夫妻关系证明书、法