第一图书网, tushu007.com

<<朱嘉铭婚后忠告>>

图书基本信息

书名：<<朱嘉铭婚后忠告>>

13位ISBN编号：9787540664725

10位ISBN编号：754066472X

出版时间：2006-11

出版时间：广东教育出版社

作者：朱嘉铭

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

<<朱嘉铭婚后忠告>>

内容概要

性因有爱而甜蜜，婚姻因性而滋润。
本书分情爱篇、和谐篇、保健篇和疏导篇四篇，忠告已婚的男男女女，结婚不是爱情的终点站，而是爱情的加油站，婚姻的保鲜有办法。
如何让婚后的生活充满生机和活力，如何让性在婚姻中变得更加有“趣”，如何通过性爱来促进双方的健康，这一切都需要科学来指导。
中国性学会常务理事、广东省性学会副会长朱嘉铭先生经过多年的研究积累，为您提出了一系列的婚后忠告。
忠告已婚的男男女女，结婚不是爱情的终点站，而是爱情的加油站，婚姻的保鲜有办法。
性因有爱而甜蜜，婚姻因性而滋润。
本书为你提供爱欲的科学导航，帮助你创造婚恋幸福。
爱情需要不断的培养和滋润，需要新的空气、新的阳光，若以为婚姻就是爱情的终止，那么，阴影就会慢慢地遮掩幸福的光环。
实际生活中，有一些已婚夫妇，总以为“不是一家人，难进一家门；既然走进门，不能当外人”，不注意创造宽松和谐的家庭氛围，夫妻生活单调枯燥，丧失情趣，缺乏理解，毫无生机，没有活力，对婚姻失去追求；或大吵大闹三六九，小吵小闹天天有，时间久了，夫妻间难免产生感情的隔阂，相互就没有了吸引力，婚姻的质量因此而降低。

作者简介

朱嘉铭，男，1962年中山医学院医疗系本科毕业。
主任医师，广东省计划生育研究所(原)所长、顾问。
从事性医学、性心理学、生殖健康等学科研究，著有《大众优生》、《漫谈优生学》(台湾版)、《新婚读本》等书。
合著书籍有《医学心理学》、《现代女性保健与健康》、《现代家庭实用手册》、《遗传、优生与生殖工程》、《青少年性知识必读》、《盘点“性”情——爱与性》、《联名医谈中老年保健》、《柳暗花明——性传播疾病的防治》、《红丝带的思索》、《广东省劳务工健康自助手册》，并参与编撰《中国性科学百科全书》。
现任《中国性科学》杂志编委、《中华医学杂志》外审专家、国际合作项目“青春健康”专家、联合国妇女发展基金项目“男性责任与HIV／AIDS控制”专家、中国性学会常务理事、广东省性学会副会长。

<<朱嘉铭婚后忠告>>

书籍目录

一、情爱篇　1 爱情定则：如何平衡共同时间与“ 自留地 ”　2 婚姻秘笈：有情趣，还要有“ 性 ”趣　3 “ 性福 ”果实：健康+美容+长寿　4 示爱艺术：此时无声胜有声二、和谐篇　1 处女膜与“ 撞红 ”　2 性研究：男人被告知　3 性研究：女人被告知　4 性效应与性和谐　5 特殊情况下的体位选择　6 G点及女性“ 射精 ”　7 女性性高潮的秘密：PC肌　8 性爱咏叹调：动人的呻吟　9 性生活持续多久为宜　10 性高潮与受孕　11 在性生活中发现疾病三、保健篇　1 久婚的“ 老夫老妻 ”也有“ 保鲜 ”好方法　2 为性爱补补“ 水 ”　3 不手术也能“ 缩阴 ”四、疏导篇　1 女性性功能障碍可以避免　2 ED治疗中“ 实话实说 ”　3 早泄夫妻的“ 作业 ”　4 性报复，要不得

<<朱嘉铭婚后忠告>>

章节摘录

书摘1爱情定则：如何平衡共同时间与“ 自留地 ”　婚前的爱情生活，常常使男女双方充满对婚后的幻想和追求。
但当有了自己这个“ 窝 ”后，许多婚前预想不到的烦琐事情会接二连三地发生，加上双方都已成为“ 窝中人 ”，似乎不再存在什么幻想和追求了。
如果彼此间又不懂得互相体贴和谅解，那么在现实代替了幻想之后，便会有后悔结婚的感叹。
因此，不管新婚或久婚的夫妻，都要特别注意爱情的进一步深化，让婚后生活永葆生机和活力。
　体现恩爱 婚前，“ 我爱你 ”这句话常常萦绕在对方耳边，有些人以为，既然都已结了婚，日同住，夜共枕，为什么还要“ 爱、爱、爱 ”呢?其实不然!一个人如能经常感到被伴侣所爱，在感情生活上就会有一种满足感。
假如一方出差数日，回来后能听到对方说：“ 我一直很想你，巴不得你陕点回来 ”，或有一方说：“ 我在外期间，没你在一起，总感到缺少了什么 ”，这时，他(她)就会感到自己增多了一分人生的价值，会更认识到自己在夫妻的爱情生活中多了一份责任感。
夫妻问很有必要讲究一点客气，生活中如果这种气氛多了，就能造就一种恩恩爱爱、相敬如宾的局面。
这可是在夫妇之间表达“ 我爱你 ”的无声做法，而这些做法应是发自内心的挚情，而不是靠表面化的呆板造作。
　腾出“ 我 ”的时间 夫妻备有自己的爱好和事务，但应腾出一点共同时间供“ 我俩 ”享用。
有一对久婚夫妇，虽然他们都在各自单位从事医务工作，但男的有许多写作任务，常常需要利用夜晚时间写文章，女的对此十分支持。
他们有一个不成文的君子协定：女的下班回家顺便采购三餐食品，男的因先到家而担负做饭的任务，饭后又一起洗洗涮涮；之后丈夫写他的文章，妻子洗衣、拖地板。
每当妻子在完成家务坐下来看电视连续剧时，丈夫也暂时停笔作为一次小憩，为妻子泡上一杯茶，两人坐下来叙谈一会，双方都感到十分称心。
做丈夫的以此表示对妻子支持自己工作的谢意；做妻子的感到丈夫没有把她“ 遗忘 ”而领受到一分体贴。
当然，一起逛逛公园，上街买东西，到亲朋家做客，也是增进生活情趣、促进感情融洽的一种做法。
总之，腾出“ 我俩 ”的时间做“ 我俩 ”共同感兴趣的事在婚后生活中是很必要的。
　留点“ 自留地 ” 在享用“ 我俩 ”的共同时间之外，还应允许各自都有块“ 自留地 ”，包括容许对方有异l生朋友，各自有通信的自由，个人可以有点“ 私房钱 ”。
有人以为，结了婚就不该与异性往来，否则就是对爱情不忠。
其实，在现实生活中，无论男性或女性总是要与人交往的，而人群中必然有男有女，与自己谈得来的人也可能是异性，这本来就是一种普通和正常的现象，应予以理解和认可，只要与异性之间的关系不超越社会规范的程度，便无须猜疑。
至于对方仍保持与旧恋人的联系等问题，也应作具体分析。
如果不再当恋人而只作为一名普通朋友，应是可以接受的。
其实，在决定结婚时人家就已作过抉择了，既然最后选中了自己，说明已抛开了另一方。
因此，应信任你的另一半，要对已建立起来的夫妻关系充满信心。
　一些人由于想控制爱人的交往，对爱人的来函每件必拆。
这看来好像很平常，实际上可不是一件小事!它表现了对人的不尊重、不礼貌，打击了对方的自尊心，挫伤了相互之间的信任感，甚至有时可由此而产生夫妻感情的裂痕，这是应引起注意的。
　另外，谁管“ 小钱柜 ”在小家庭里往往成为对经济权的控制与反控制的焦点。
有些妻子陷丈夫把钱用在其他女人身上，规定每月收入都要如数“ 上交 ”，男方购买一些零星用物都要向妻子“ 申请 ”。
据说，丈夫身上没有钱，便可杜绝“ 乱交 ”女友的门路。
其实这种想法是十分愚蠢的。

试想丈夫因口袋空空而在应酬场合中出现尴尬场面时，同事们会有什么议论?自己的丈夫因为当上“气管炎”(妻管严)而常常被人作为茶余饭后笑料，你这位太太就光彩了吗?正确的做法是应让丈夫也有自己的零花钱，即使他为了取悦你而不愿要，你也应说服他随身带上。
他的亲朋有需求而要他支持些费用时，也应视具体情况双方商量解决。
这样，夫妻关系便会融洽无间。
表扬为主 在热恋阶段，对方的缺点，最易被“爱火”所掩盖；已暴露的缺点，也会被爱情所原谅。但结婚后，两人生活在一起，过去不易发现的缺点将会陆续表现出来，这些情况是可以预料的，但对此也应作客观分析。
如果不是十分严重，还应当有让人改正缺点、相信人家能够改正的胸怀。
与此同时，应多发掘对方的优点，总会有一些令你惊喜的新发现，一旦发现，应表示赞赏和喜悦。
例如，当妻子辛辛苦苦学会制作一道自认为是好菜而感到高兴时，识趣的丈夫不论菜是否真合口味，也应先赞扬这种为增添小两口生活情趣的奉献精神。
有人说，教师对学生应以表扬为主，适当而及时地指出其不足之处。
夫妻之间，在对待对方的优缺点时，也同样用得着这个原则。
坦诚＋沟通 每个人都会有情绪愉快与不愉陕的时候，作为夫妻，在对方把高兴的事情告诉你时，你应感到这是特意送给自己的一份享受；而在自己受到一些挫折或委屈时，最好的做法是向对方倾诉，以求得理解、慰藉和鼓励。
这时，切切不可把在外所受的气全部倾泻给对方，把对方当作“出气筒”，否则，会给夫妻关系蒙上一层阴影，甚至由此而动摇了婚姻这棵大树。
一位离了婚的女青年很后悔自己在对待原来丈夫态度方面的欠缺。
例如，当简陋的宿舍遇到风雨吹打到处滴水的困境时，她便一肚火气向对方发泄：不幸才找到你这位没自家房子的丈夫!再加上其他一些互不体谅的事情，日积月累终于出现了离异的结局。
这样的教训代价实在太大了！ 此外，还要提个醒：即使发觉对方做错了事情，也应当平心静气地予以善意指出，要把爱人作为同事或同志看待，仍用得着“循循善诱”、“晓之以理”的原则和做法。
这样，目的达到了，气氛仍然那么和谐，对方还会因此更敬爱你、感谢你的。
P2-9插图

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com