

目次



序文（ロバート・F・スターマン博士による）	5
謝辞	7
イントロダクション	9
第1章 結婚への備えにまつわる「通説」を信じるべきか	17
結婚への備えにまつわる通説とは？	
通説のまやかしを暴く	
通説を乗り越えて——私たちにわかっていること	
第2章 マリッジ・トライアングル	
——将来の結婚満足度を予見する3つの構成要素	31
個人的背景およびふたりの関係の背景	
個人特性	
カップル特性	
評価とマリッジ・トライアングル	
第3章 マリッジ・トライアングル 構成要素1	
——個人的背景およびふたりの関係の背景	45
家庭環境による影響	
個人的背景	
ふたりの関係の背景	
外的、内的プレッシャー それらは何ものなのか？	
背景要素の全体を眺めてみると	
あなた自身の診断結果の評価	
私からのアドバイス	

第4章 マリッジ・トライアングル 構成要素2——個人特性	85
結婚生活の満足感につながる個人特性	
結婚生活への不満につながる非現実的な思い込み	
個人特性 スコアとその解釈のガイドライン	
結婚満足度に影響を与える非現実的な思い込み	
第5章 マリッジ・トライアングル 構成要素3——カップル特性	111
カップルコミュニケーション評価	
類似点の重要性	
大切なのはお互いをよく知り合うこと	
同棲するとどう変わるのか	
結婚前の性交渉と妊娠	
コミュニケーションの大切さ	
自分自身のテスト結果を評価する	
第6章 あなた自身のマリッジ・トライアングル ——3つの構成要素を合わせてみると	161
総合評価シートを使って	
総合評価シートを完成させよう	
第7章 この人と、今、結婚してはいけない！	177
避けるべき人とは	
赤信号を示すもの	
第8章 結婚に備えるための情報源	185
背景について、もっと知るための情報源	
個人特性について、もっと知るための情報源	
カップル特性について、もっと知るための情報源	
結論	195
原注	197
著者について	201

わが子供たち

ジェフリー、ディロン、タイラー、そしてハリーへ

この本に記した数々の考えを道しるべに、
幸せな結婚生活を手に入れてくれることを祈る