

《外遇心理学》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年07月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787511226716

编辑推荐

一本拯救了千万个家庭的书：关于忠诚与不忠、信任与背叛的心理疗愈手册。球外遇心理学**人，为你揭示有关外遇的种种秘密，教你如何在出轨成风、小三横行的乱世求得婚姻幸福！

内容简介

怪诞而有趣：解剖各种意想不到的外遇动机与行为方式（比如性上瘾症候群），大量生动的案例证明外遇不分国界，而关乎普遍的人性（比如男人与女人对待外遇的态度）。非常实用：教你分清婚姻或恋情在发生哪种情形下的外遇时值得挽救，哪种情形下应该放弃。

全方位疗愈：涉及外遇中三方面当事人（不忠者、第三者、受害者）和关联人（孩子或其他亲友）的整合心理疗愈。

关于外遇，你究竟知道多少？

即使你就是当事人、受害者或第三者，那些深藏在外遇内部的秘密，你也可能一无所知。这正是世上充满了破碎家庭的根本原因之一。

无数的人感觉自己婚姻不幸福，但同样，无数因此而有了外遇的人也并没有在不忠之后感到了幸福。

这是为什么？为什么会发生外遇？外遇之前有哪些征兆？外遇可以被忍住吗？外遇之后，世界变了吗？发生外遇后就一定要离婚吗？什么样的外遇是可以拯救的？当事人、受害者或第三者，他们各有什么责任？孩子会怎样看你们？谁是无辜的？如何重建双方的信任？.....

作为一个旁观者，外遇中的心理学怪诞而有趣；而作为一个当事人，窥见了外遇中男女的真正心理，你就抓住了幸福婚姻的关键所在。

[显示全部信息](#)

作者简介

唐-大卫·拉斯特曼博士（Dr.Don-David Lusterman）是专攻外遇问题及家

庭治疗的执业心理学家和*心理服务提供者，是无数相关协会与医疗机构的重要成员，并获得了他所在的研究与临床领域内的几乎所有奖项，其中包括令同行垂涎的“总统服务奖”，并且是两度斩获。他被誉为全美外遇心理学第一人，拯救了千万个支离破碎的家庭。他经常以媒体嘉宾的身份频繁出现于NBC的“今日秀”和“奥普拉脱口秀”等主流媒体中。除了本书，他还著有一系列类似主题的畅销书。他也是一位造诣颇深的作曲家、音乐家和钢琴演奏家。目前，他刚与爱妻共度了50周年金婚纪念日，育有3个孩子和5个孙子。他们生活在纽约长岛。欲知更多详情，请访问他的个人主页：www.infidelityhelp.com。

目录

鸣谢

前言

第一章 发现的打击

出轨的定义

发现那一刻

否认

有时候出轨没有原因

区分

出轨的类型

精神创伤

我们真的结束了吗？

第二章 为什么会发生出轨？

不是所有的出轨情况都一样

男人和女人的出轨方式一样吗？

[显示全部信息](#)

媒体评论

这是一本充满智慧和远见的书，能够而且已经帮助许多人为痛苦的故事续写幸福的结局。

哈罗德·库什纳，犹太教拉比（Rabbi Harold Kushner），《当好人遇到坏事》（When Bad Things Happen to Good People）作者，《外遇生存指南》是处理夫妻间不忠事件后果的一本很棒的指南。作为一位智慧且渊博的治疗师，唐-大卫·鲁斯特曼博士（Don-David Lusterman, Ph.D.）清楚地解释了不忠事件背后的复杂因素。他为夫妻双方提供了一张重建信任、走向更美好婚姻的蓝图。

康斯坦斯·R.阿荣斯（Constance R. Ahrons, Ph.D.），哲学博士，

《完美的离婚：婚姻破裂却保持家庭完整》
(The Good Divorce : Keeping Your Family
Together When Your Marriage Comes Apart) 作者
[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

第一章 发现的打击

出轨的定义

出轨意味着不忠，意味着背叛。当人们结婚的时候，会在家人、朋友和上帝面前宣誓，许诺会对伴侣至死不渝，永远忠诚。这不仅是一份承诺，同时也代表了彼此的信任。而在这永远的忠诚中，不言而喻的首要准则，便是彼此性的专属和情感上的唯一，这是夫妻间特有的私密，不能被外人所分享。所以不难理解，当其中一方发现自己被所爱的人背叛时的那种震惊和绝望。出轨就是当感情中的一方依然相信他们之间彼此忠诚，而另一方却早已悄悄违反了它。

其实，你的确没有必要承受着可能要经历不忠的风险而结婚。同样有许多人，他们保持着一种没有结婚却胜似结婚的关系，长久在一起并且彼此忠诚。这也许是双方共同的选择，也有可能是不得已而为之，比如一方不愿意结婚或者是同性恋。虽然我的很多想法和研究都是基于对普通夫妻的研究，但是很多保持长久情侣关系的人也同样会面临类似的问题。所以，我有时候是特指婚姻问题，而有时则是针对所有情侣而言的。

“专有”这个词意味着我们在一段亲密的关系中，有一些感觉和经历是我们独有的，就好像有一个无形的栅栏把它围了起来，并且写着“私人领地，闲人勿进”。

发现那一刻

在发现伴侣不忠的那一瞬间，你会觉得难以承受，心中五味杂陈，万千疑虑齐涌心头：“这件事持续多久了？”“这意味着我们之间的感情已经完了吗？”“还有多少人知道这件事？”“他怎么对得起我的信任？”“他怎么忍心对我做出这么残忍的事？”“即使我愿意，我还能再去相信他吗？”“这种事是第一次发生吗？”“我应该现在就去跟他对质吗，还是装着什么都不知道？也许，这已经是过去的事了。”“或者，我应该试探一下他？”“我该和其他人谈谈吗？最近有一个朋友刚好经历了类似的事，也许她能帮我出出主意？”

伴随这些疑问的是你一系列的情绪反应：暴怒、耻辱、伤心、嫉妒、被辜负、没有安全感、六神无主。很多人在发现的时候都难以承受如此大的打击，以至于生理上会出现一系列的不良反应，有些人会有强烈地呕吐，有些人会出现腹泻，即使是最冷静的人也有可能因为尖叫而导致声音沙哑；还有一些人会因为情绪失控而摔东西，或者直接攻击出轨的伴侣，甚至采取一些极端的做法：自杀或者蓄意杀人。

我的很多病人都向我反映，在发现伴侣不忠的那一刻，最明显的感觉就是：“我们之间完了！一切都完了！”然而，在我治愈的很多对夫妻中，他们的婚姻不仅得以保存，而且感情更是得到了巩固。当你读这本书的时候会发现，在很多案例中，一定都存在一些导致出轨的因素，如果夫妻双方能够合力去解决这些障碍，那么他们的关系一定能得到

大大的加强和改善。

.....

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)