

《外遇心理学---拯救婚姻第一书》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2010年07月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787547202784

编辑推荐

这是一本令人鼓舞，充满希望的书，它将引领你破裂的婚姻走向神奇的康复之路。
——《男人来自火星，女人来自金星》作者 约翰·格雷博士

内容简介

外遇，是当下社会流行的通病。据调查，约有70%的美国夫妻都曾受过外遇的困扰！在外遇这场三个人的战争里，没有人是真正的赢家。短暂的刺激过后，剩下的只有愤怒、痛苦、失落、悔恨、不信任……

东窗事发之后，作为受伤方，你如何从深切的痛苦和失落中走出来？作为出轨方，你如何在旧爱新欢间抉择，又如何应对内心的愧疚和罪恶感？

即便做出了复合的决定，作为受伤方，你如何能原谅对方的背叛，并确信他不会再次出轨？作为出轨方，你又如何确保获得伴侣真正的宽恕？

外遇之后的婚姻，还要不要继续，还能不能继续？在做出决定之前，你需要一盏心理明灯，拯救你于迷茫与痛苦的泥沼。

《外遇心理学》是美国著名心理学家简尼丝·斯普林，根据多年来处理外遇问题的临床经验写成的心理指导书！书中关照了受伤方与出轨方的情绪反应，探讨了双方抉择时的种种疑虑和恐惧，也为有意破镜重圆的夫妻提供了具体可行的方法。

跟随作者抽丝剥茧的笔触，你会惊见隐于外遇背后的种种问题，而这些问题，正是破坏你婚姻幸福的罪魁祸首。当你们超越了爱与恨的情感纠结，找出了导致外遇发生的真正原因，你们就能寻回属于你们的真正幸福。

目录

前言 外遇了，婚姻能否继续下去？

第一阶段 反应期——我的感觉正常吗？

第一章 受伤方的反应：淹没在失落的海洋中

第二章 不忠方的反应：在抉择中迷失

第二阶段 挣扎期——该留下来还是离开？

第三章 探索你的爱情观

第四章 正视外遇后的顾虑与恐惧

第三阶段 康复期——如何重塑婚姻生活？

第五章 从外遇中学到了什么？

第六章 重拾信任

第七章 如何谈论往事

第八章 重温性亲密

第九章 学会宽容

第十章 在说与不说之间挣扎

在线试读部分章节

1 第一阶段

事实上你所表现出的这种反应是普通人在经历剧烈的情感创伤后最正常的反应。伴侣的外遇不仅摧毁了你自以为牢固的爱情堡垒，还使你的幻想破灭了——你是他（她）心中的唯一。曾经的亲密无间和相亲相爱让你坚信你们的爱永远不渝。以前的种种美好、温存和柔情，现在却荡然无存，

第一章 受伤方的反应：淹没在失...

第一章 受伤方的反应：淹没在失...

第一章 受伤方的反应：淹没在失...

第一章 受伤方的反应：淹没在失...

第一章 受伤方的反应：淹没在失...

第一章 受伤方的反应：淹没在失...

第一章 受伤方的反应：淹没在失...

[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)