

# 《走出婚姻的困境：解决千万人婚姻困扰的心理医生》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年01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：9787300144306

## 编辑推荐

离婚前的矛盾和战争，离婚后的痛苦和孤独，无时无刻不在侵扰着，离婚人士的心理健康和正常生活。离婚人士正在被动地经历着婚姻和情感的变化和考验。我该离婚吗？离婚前后的日子到底该怎么过？

帮助你解决婚姻中的问题和矛盾，做好离婚前的准备和离婚后的心理重建。离婚前后，这里是你的\*温暖、\*安全的心灵港湾！

## 内容简介

《走出婚姻的困境:解决千万人婚姻困扰的心理医生》作者小鱼2007年初偶然在搜狐论坛上发表了一个题为《一个女人亲身经历离婚后的感受》的帖子，因其内容的独特视角以及在处理婚姻问题中表现出的独立和自尊精神，得到了众多网友的支持，至今此帖的点击量已经超过500万人次。作者在与网友的交流中对于很多婚姻中遇到的问题给予了详细的解答，并且积极鼓励网友直面情感危机。此书汇集了帖子中关于度过婚姻困境的建议以及积累的案例，旨在给予遇到婚姻问题的朋友以最诚恳和最真实的帮助。

离婚率越来越高了。人们离婚前的战争和矛盾，离婚后的痛苦和孤独，这些问题无时无刻不在侵扰着离婚人群的正常健康生活，离婚人士的身心都将会经历着单身生活的重重考验。如何正确面对离婚问题？如何顺利度过离婚给人们带来的感情上的低谷期？如何可行有效地调试好离婚前后的心情？如何再开始自己新的生活？这本《走出婚姻的困境》将为离婚人士顺利走出情感阴霾给出贴心的答案。

## 目录

### Part1 婚姻出现裂痕怎么办

婚姻出现裂痕的标志

婚姻出现裂痕的原因

婚姻的裂痕如何弥补

### Part2 在婚姻里，你想要什么

从两个层面去思考自己在婚姻里需要什么

成功婚姻的基础是找适合自己的人结婚

遇到以下情况，需要慎重考虑结婚

Part3 要不要继续残缺的婚姻

为什么要自己做决定

婚姻中常见的引发离婚的原因

Part4 选择离婚，需要顾及周围人的感受吗

以下情况下，应该考虑尽快离婚

什么样的来自第三方的建议有助于你做出明智的决定

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

Part1 婚姻出现裂痕怎么办

你不是公主，他也不是王子。结婚以后，没有人能保证两个人可以“从此过上幸福的生活”。我们所看到的真实情况是，步入婚姻之后，两个人的情感会出现一些细微的变化。其中有些变化对于婚姻有积极的影响，比如，一改过去“月光族”的消费习惯，开始为了小家庭的建设而努力工作、勤俭持家；比如，对于家庭更具责任感，承担更多，特别是有了孩子之后。这些积极的变化，会使两个人的感情更加牢固，走入一个更高的境界——爱情+亲情。

可是，也有的情感变化，非但没有给婚姻带来益处，反而给婚姻埋下了隐患。

也许你和我有着同样的感受——生活并非多姿多彩，在绝大多数日子里，我们每天重复着相同的事情，面对着相同的人，说着同样的话，回复着相似内容的邮件。在这样的生活里，我们渐渐失去思考的能力，或者说，已经懒得去思考，究竟什么是我们应该做的，什么是不应该做的？驱使我们去说去做的，仅仅是“习惯”而已。

对于婚姻，我们也是这样。总是因为同样的事情沮丧、烦恼、争吵、伤心，总是用同样的方式去解决矛盾。他总是做那些你厌恶的事情，你总是用你最反感的词语对他冷嘲热讽。没有人去思考好不好、对不对，也不去思考这样下去会有什么样的后果。直到有一天，你突然发现，原来已经有一条深深的裂痕，横亘在两个人之间，婚姻变得岌岌可危。如果你发现你或者你的丈夫(妻子)有下面这些变化，那可就要警觉了，这说明你们之间的关系出现了一定程度的问题，千万不能掉以轻心！

婚姻出现裂痕的标志

回忆一下，你们的生活中是否已经发生了以下现象——

下了班不再急着回家，而是希望加班、有朋友约你出去吃饭；你开始对他(她)的话听而不闻，心情不再随着他(她)的喜怒哀乐而变化；有冲突的时候，你想说什么就脱口而出，甚至专挑让对方伤心生气的话说，不会考虑后果，他(她)的眼泪也不再会让你心疼，而只会招来你的厌恶；多数时候你觉得和对方无话可说，偶尔想说点什么，又觉得对方根本无法和你交流；当对方伤心、难过或者生病的时候，你不再感到心疼；对方无论说什么、做什么都不能让你满意，并且对对方做过的错事总是耿耿于怀；你不再信

任对方，对于对方的言行总是要打上个问号，也不再感觉对方能够给你带来安全感和归属感。

这些现象，都说明你们的婚姻已经出现了裂痕。以上现象出现得越多、频率越高，说明你们之间的问题越严重。如果你不希望走到离婚的地步，真的是时候认真思考一下了!

.....

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)