



怀礼

H\ } (愈 爱情{ ZB) ~H M (爱情 #求OPJ * DE 营 Cq庭 : q 愿 `而 [Y L总 那 +远…… J* w J* | J* 政治J* * J* - J* J* . J* cc/ 据 A 科学 学L徐>O > J* 研 @ A 哈尔 O 9 4 6000 J男女 J* uv N + 访夫妻 | # g ~ 22%) 称 \$ 75 而达 ; 满境



! : # \$ % & ' ()

361

3 1 1 A 夫妻 爱爱 q庭劳2m q庭 床异梦 样 夫 妻 OPF} ~差Vn J* G >排 OP T 3 OP 哪里 LOP : 那 n钱 荣誉 # #身 验 q庭 • L : 缘# % 纽1 而 夫妻: 没 L q庭 夫妻# O危险 O , O 4护





! " # \$ % & ' ()

362

1+1=2 √ J ; 1+1=3 DI
 = J * 方托给方 √ 1+1=1.1; = 每 _
 . # \$ * 1+1=11
 = 方能S 1+1=11 而另方 能S 1+1=1.1 怎办
) - 能变方; 断 S 令方得
 变; # \$ S >排 而 # \$
 J * 门科学 9 内 • J * 门艺
 t 方^ 营 CJ * 建 OPq庭
 : 解J * J * 解# \$ 方 J) 能把握J *
 u 方M J *
 * +CD \$ % O []
 (一) 硬件过硬软件过软
 50 铺 = 60 72 条 5 70 ' 1 6
 7 80 90 n √ J w l l
 l T a " J * c
 牵W u 牵W q
 (二) 统 功能的变迁
 BC- 能弱 ; D? - 能弱 ; DE - 能弱 ; q庭教? -
 能增f ; 情 流- 能增f ; 休 @乐- 能增f ; DE
 # 求 J * 提 求
 (三) 结 群体的变化
 80 z DI 女u J? Q 80 z DE
 ' % 殊 Q 环境 教? 熏]
 \$ 60 z 70 z d / df 而 *





%薄 甚i 男女
DE 惯 解 而 J O 殊

(') 9境的 松
>J * ^@ L J 1 * 方便

(+)农村 率j 升
口流 增 村 J 升 ;

6+s p

(一)学 与提升

3绝 托 态 里 学 O
概 " 善 修 提升 兴 Z训
u' 健康 保护 . 容 保 \$\$ 89 库 V
: B S J * DE O#得 归 [:
; 变 忽a#身 修炼 v 提升 方
; J * 而D

J * DE 供给 J * 终 态A衡
态 [J * 供求 w | _J * # 供给 求 A衡
J * # f方A须] #身 即 方 ~#\$ 求
另 方 变#\$ 条 增 供给 恢复J * f方
A衡 态 _J * 节h制 B 节 R
恢复A衡# J * Ti J * 解

(二)分享与分

m享快乐 份快乐变 两份快乐;m 痛苦 份痛苦变
半份痛苦 9 苦 : + m享快乐) 增uf方



! :

\$
%
&
'
(
)





情 Np • 条s;m 痛苦) 增uf方 患 :

— : 把焦 f方 m 两

: # 密切 情 = 把焦 f方

方 f方 情

趋%

!) 解 <爱J * <爱 总 把焦

v ;v J z 总 把焦

v

_f方 D冲 m 两 z Np

s 总能找 m = 给丈夫 # = # \$

M = X 能给丈夫 # = # \$ 增

懂得A衡

坚 切/) 能 凡 总 办^

(三)尊重与信任

* OPJ * 素 满>疑 q庭

* 验 印 OP * #口

达 健康 态 # ?j

夫妻 *方 , @

Q犯方 , N 解 内 , N 轻

Q 否 p她s 你 轻a p她s { 害 p她s 你

: 亲密# 严 受损

Au丈夫B小 能 害男 # 男 英雄情v # H

而 男 B小



! :

\$
%
&
'
(
)





流D 男 ! 密女 凭她那E 锐 细 眼 便)
 你~Vn_ Fu 假=你G ! 密 损害
 男I yi 免 怀H 择h 复
 方 评 wR { 针 男 吹I # \$ 男
 * M # = 你 那 #
 \$ 身材 & 态 ` #
 投 E = 你 评 那 / 便 产
 D# 卑 甚i \$ 致f JK JK 男 身) ~
 男 赞赏另 男 男 =D 竞争欲
 f [愿 > 男 L@另 男 - =
 n 女 赞赏另 男
 # \$ B 轻 而你 贬~
 MNOP 男 cw 免 令 恼Q
 K } 男 n 算 -
 里 - 取胜而 衡 : L 满R
 那 } 男 内 - 真正 - RF) }
 Au 男 能 男 L 避@ 男 能p1
 S 1T 小阴 \$s O , @ 男 且 - 能方 *
 X 吹 再 听 U 闲言 语 那 再坚f 男I y
 变得脆弱. 产D ^ # 制 苦 困惑 f
 亲友 } 评 { D~V 方
 = 受 W) 能 产Df s
 D 情 \$ 方 Ou X
 a = 村 Ou 方 乡 Y 严 打 方 #



!!
 #
 \$
 %
 &
 ' .
 ()





J * DE 隐私 m级w
 10 mw日E 手h 网络Z = E < O 隐
 私 m

8 mw p s 情DE I \$收 情况
 6 mw亲密 友 ; Dq庭 情 = X跟f方 p

DI 女s

5 mw单 情况 爱up 方没 爱u 给另 方
 情s

Nw e! 方) J * 制得 u

(')界限与 任

J * 限] 5 m 你 你 S #

\$能S S# \$ < S # \$ = 没 限

* 容易 n 限 _n 你 限 你 n

限 给你 害 限 容易受

害 限 \$致#\$身 疲惫 把g # \$ * B_.

把n * 方 * - z 那

h 而# 两 l 变得真L

健康

保 J * m • u w

保 # 保 " 保

保 身 # 保 BC #

保护 得夫妻f方 / 能 G虑

m类 * 夫妻f方{ # L享 / L



! :

\$
%
&
'
(
)

366





- *
 保 限 p 建议w 你 能 你 @u = 你
 @u [^里 变坏 二 刻
 E 总 z 烦 Y 口
 弃你 DE 惯 求你 弃 再%
 变 你 牺 p \L q+
 Z 爱q 惯 S惯 q+,Y q
 J * DE S w 坚 p #
 s 坚 样l p3绝 变s up
 # \$ f 给 方操 n s 二 托 态 愿)
 w# \$ 方 受 注 而 注 潜 p 维
 - 式 C 死 I E受 没 两 冲
 h制
 制u情] 日 DE 两 D冲 方^
 w^架 Sq+ _ 冷 q 走 孩l J
 \$ u 方^ 1 * u z
 1. 情]] 采 方^
 忍`忍 ? 死 ?
 ` T
 逃` T p % 购T 网 s
 2. 情] 方^
 除` 情4. &情] 除掉 再 忆那 内
 A
 % ` 把内 份情] 受 解 轻V w



! :
 #
 \$
 %
 &
 ' :
 ()





z ^ 压^ ' ^ D A衡^ \$
 运 ` 运 _ 情] 里 正 F 4 : v 方M 提
 升#

` 接受内 情] S能 9

3. 情] N 没 t

M%` 给 方 方 情] ;

小孩| 给



!
 ::
 #
 \$
 %
 &
 ' ()





批判 否 能 b 烦 忽 a
 (+) 赞 与 欣赏
 赏) 增 f 夫妻: # 能 # 丈夫能
 J 华 赏) 增 f 男 # ; 妻 l
 善) 令女 OP 增 f _ 你 Y 求丈夫 S
 把 % 男 l y; _ 你 把 _ S c 小
 男孩

赞 赏 d 方 忽 a a
 赞 # 内 里 = ; 赞 | 艺 u ; 赞
 样 ; 借 方 赞 u ; B 赞
 (1) 沟通与 m 达
 夫妻] F] 言语 情 流 f 方 解
 M 夫妻] B w 假 方 #
 \$ e ! 而 口 解 L \$ 致 方 > ; 二
 夫妻: M 口 达])) ; 夫妻:
 能保 L] B e 连 f 情 i 夫妻 #
 正
] t w 1 W] 1 W 情] 方
] ; ` p 她 s " ; 避免正 批评 g F ;
 内 官] ;] 取 决 方 ; M _ 词
 语 c = v 你 跟 z 1 达 方式

(<) 厮守与放弃
 _ 缘份 尽 弃 h 择 死打 i c
 Q W f 方 孩 l 慢 害



! :
 #
 \$
 %
 &
 ' ()





J * p i 态w你 快乐 你 快乐 你
 快乐 你 快乐
 份I J m J c d 素wvJ d
 ~ 夫妻 容易 异; J 孕而vJ 夫妻 容易
 异; < d vJ 方 解 够 * M 容易 异;
 J I 女 容易 异; J B 验 容易 异
 OM 寻求J DE; 夫妻 A\$ Z 容易 异;
 DE 满 容易 异
 J * m 师 J * m 爱J * J * J * 类
 Oz 弃 S J 夫妻f 方 害
 孩I 害 亲 害 M OM
 _ J: p w J * a" J * 情 J;
 u 素
 J < 怎 办 < < 走 走 切



!
 #
 \$
 %
 &
 ')

S ^ w ` 接受 ` ' 身 ` M

(A) 怒与感恩

) 补AL A 衡 方 样S
 ; 你) 能 得 那 /pl s
 学 宽 : J 能走 j H 阴 ; 学 宽 : J 能k
 # \$ I 锁; 学 宽 : J 能mn 1
 J * OP q 园 D 另 半 疲惫 7 港
 } W u' BC 速 : J * Qo
 OP 解 另 半 求 断 验 O





P G >排 OP T 3 OP
 注 OP 哪里 LOP : OP
 # ##身 验 n钱 荣誉
 ~ A` # OP : 验 4护
 B营 e[J* 索取 e 迎 OP
 : 远 断 俱u B aJ* "
 " 解决 # \$ q庭 N\$ 方 断
 ' (" 善 J* 内: J能 J*: 树pp }
 q}j !

(本稿由 城市社科联推荐)



!
 #
 \$
 %
 &
 ' .
 ()

371



怀礼,1969年出生,医学学,精神医学副主任医O,国a中b心理治疗O,高b分析O,人力管理经济O,城纪阳光心理咨询中心主任。中国心理学会高b会Z,城市心理学会心理咨询与心理测量专业WZ会主任WZ,城市心理学会VF理事。从事心理科学理论与心理咨询技能应;n+年,对a庭、青少年心灵`长}心{健方面(的咨询与治疗经,i^b以j学K期发m专业论文11p,主、《分析学》、《咨询心理学》等著作,发m人测、医学心理、恋心理、`功心理文op。

