

婚姻心理调适丛书

玺 璽 主编

破裂型婚姻心理调适个案实录

Weicheng Liebian

# 围城裂变

广东省出版集团  
广东经济出版社



玺 豐 主 编

# 围城 裂变

破裂型婚姻心理调适个案实录

广东省出版集团  
广东经济出版社

你看到和体验到的婚姻是什么样子，

完全取决于你从什么角度去看、去感受……

## PREFACE

# 序 言

“执子之手，与子偕老”是《诗经》里的诗句，表达了人们对爱情的梦想和亘古不变的情怀。然而，梦想常常在现实冷漠的面孔下千疮百孔，甚至面目全非，美好婚姻的梦想尤其如此。

尽管我们深知，真正的情爱，应该超越生命的长度、心灵的宽度和灵魂的深度。如此，长久的婚姻关系，白头偕老的愿望并非是我们的一厢情愿，而是在共同努力下的如仲秋田野里金灿灿的果实。

可是，人性的弱点往往是不珍视已拥有的红宝石，却念念不忘没有到手的玻璃珠。于是，本属简单平实的婚姻关系变得错综复杂，险象环生，最终不得不以离婚拉下帷幕。难道，离婚是解决所有婚姻问题的不二法门？是现今社会的流行趋势？

笔者采访了 21 个婚姻破裂者，从中了解到他们的隐情和痛苦，并针对他们的问题从社会学、婚姻心理学、家庭伦理学等多个方面予以分析与疏解。让正在经历或曾经经历婚姻磨难的读者，甚至凡具有忧患意识的读者都能获得借鉴和引导，避免重蹈覆辙，极富智慧地经营自己的婚姻，让薄似纸张的婚姻关系固若金汤，让乏味如灰色天空的婚姻味道奇美。这绝不是梦想！

没有幸福的家庭生活，人们可能无法拥有真正的快乐和光明的远景。在人的一生中，没有任何成功可以弥补婚姻的失败！



# CONTENTS

## 目 录

### 第一篇 婚外情的变幻

第一章 情感失落的男女

1

第二章 初恋情人从天而降之后

2

11

第三章 爱情悄悄走进了坟墓

23

### 第二篇 家庭经济风云录

33

第一章 富裕梦，竹篮打水一场空

34

第二章 尊钱为大的苦果

42

### 第三篇 大环境下的风暴

第一章 福利分房的诱惑

51

52

第二章 下岗犹如世界末日

61

第三章 网恋导致的婚姻破灭

69

### 第四篇 因子女引发的婚姻悲剧

77

第一章 子女的教育，夫妻吵架的导火线

78

第二章 儿子成为“眼中钉”

86

第三章 孩子是恩爱夫妻的绊脚石

98

# CONTENTS

## 目 录



### 第五篇 事业成功的隐患

107

第一章 成功惹的祸

108

第二章 心理差距带来婚姻的瓦解

122

第三章 赢了事业，输了婚姻

129

### 139 第六篇 父母介入儿女的婚姻之后

140

第一章 婆婆怎么看我都不顺眼

147

第二章 我和婆婆大人的战争

156

第三章 岳母对女婿的坚决排斥

### 第七篇 留守男女的悔恨

163

第一章 告别国门等于告别妻子

164

第二章 我一走，哪料婚姻走到尽头

174

### 183 第八篇 家庭暴力

184

第一章 德高望重的教授和伤痕累累的妻子

194

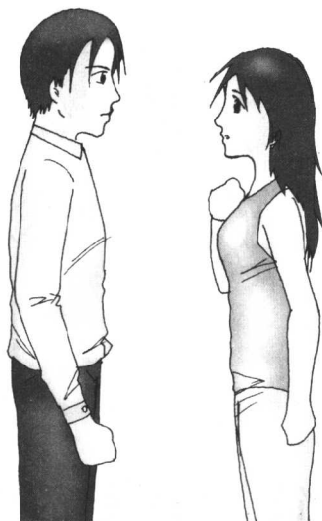
第二章 结束家庭战争



## 第一篇 婚外情的变幻

婚外情是人生中最冒险的游戏，它捕捉的是一种新鲜的、快乐的激情。这种激情就像一场火灾，燃烧的往往是人们最宝贵的年华、最珍贵的情感。激情不是真正的爱情，真正的爱情应该浑厚、广袤、安详和悠远。

婚外关系的发生，有各种各样的因素：或出于“围城心理”，对其他异性产生幻想；或喜新厌旧，追求新的刺激与变化；或因工作、生活不顺心，让第三者乘虚而入等等。这些都需要对其进行认真分析，慎重引导。婚姻顺利与否，常依赖于许多条件。夫妻不和，并非一两种原因所致：往往是由许多因素累积在一起，造成婚姻关系发生破裂。归根到底，婚外恋是夫妻生活欠缺的补偿，或精神的、或物质的、或情欲的，而在婚内能得到满足的丈夫或妻子，一般是不会在婚外去寻找补偿的。



## 第一章 情感失落的男女

当今，婚姻关系正在经受前所未有的严峻的考验，有的因此加强了，有的却解体了，真是有人欢喜有人愁。丈夫受到妻子冷落，于是在外面寻找心理安慰，结果导致婚姻破裂。“不要让失落的潮水淹没了你的婚姻。”——本文中的任琴说。

她是一个气质脱俗，从事摄影艺术的女人，她热爱自己的事业，因此，婚姻的失败对她不是毁灭性的打击，她可以寄情于她眼前的世界，那一幅幅神奇美丽的图片尚能转移她内心的落寞。可是，正因为她太过专注自己的世界，忽视了丈夫的需要，使丈夫弃她而去，对此，她的心情很复杂，既悔恨又无奈，既痛苦又安慰。

你看到和体验到婚姻是什么样子……

完全取决于你从什么角度去看。去体验……

任琴，女，32岁，自由摄影师

我与丈夫姜挥在初相遇的第一眼，便都有了触电的感觉，且十分强烈。凭着这种神秘的爱情磁力，我们相爱6年，结婚5年，有了一个4岁的儿子。生活中满是欢声笑语，甜蜜温馨四处流溢。

丈夫是一家广告公司的策划部经理。我是一位自由职业摄影师，经常出门在外，流连于山水之间，在大自然的胸前惊叹赞美，用我连绵的感动，借助相机留住美好的永恒的瞬间。丈夫起初全力支持我的事业，觉得我这样的生活很有意义。可是，随着我声名的日益远播，约稿人的日益增多，我的工作越来越繁忙，外出更频繁，在家与丈夫和儿子相聚的日子更加稀少了。

姜挥是一个有血有肉的男人，妻子却常常不在身边。下班后拖着疲惫的身体回到家，没有妻子迎接他，没有可口的饭菜等候他，衣服脏了也没人洗，凌乱的家没人整理。家里冷冷清清。他很爱儿子。由于我在家的时间少，他独自照顾儿子很辛苦，便接受了婆婆的建议，由她来照顾。这样，他与心爱的儿子也分开住了。有了苦闷无人可以倾述，心中浓烈的爱也无处传递，这样的日子过久了，他不禁生出一种寂寞孤独之感。

我能体会他的感受，心里为此感到内疚。可是，我向来重视我的工作，在恋爱期间他就深知我这点，相信他会体谅我，也没有采取相应的改善措施。只是每次回家后，便立即接儿子回来，卖力地做家务，对他更温柔体贴。我想，作为一个妻子，除了爱我的工作，我也很爱这个家，我这样做也算是尽心尽力了。

结婚周年纪念日那天，正是我从桂林返程的日子。姜挥想起恋爱

季节的浪漫，想到家里的冷清，妻子的冷落，他决定趁此机会寻回封存已久的爱情，夫妻共度一个烛光夜晚，让妻子柔情似水的目光再次投射到他身上。为此，他专门请了半天假，将房子布置一新，做了一顿丰盛的晚餐，在烛光摇曳中等待妻子归来。7：00、7：30、8：50、9：30，时间缓慢而沉重地流逝，他期盼的心情渐渐走向低沉，犹如满天的晚霞终于渐渐消失了，天空变得阴暗起来。晚上11：55分，我才回到家，一方面是飞机晚点；一方面是另一家公司想要与我合作，直接从机场接我去酒店商谈合作项目。因此，我回到家时累极了，眼皮沉重得睁不开，完全没有留意家里的变化，也无心留意他神情的变化。我径直进了卧室，和衣躺在床上。我什么也顾不上，只想大睡一觉，让浑身的疲惫赶紧逃开我。我太累了。

好像丈夫跟进来了，在说什么，但我没听清，也没力气追问他或回应他。我想，什么也别问，什么也别做，让我好好休息，一切明天再说吧。我没有考虑到丈夫的感受，我一走就是两个星期，走时神采飞扬，回来时满身疲惫。我尽到妻子和母亲的职责了吗？我更像一个单身的女子。不过，我当时没有顾及到这些，我只希望他别来烦我。

我感觉到他在帮我脱去鞋袜，他在努力表现出丈夫的体贴。当我睁开眼睛时，他正用热切的眼光看着我。他轻声对我说，我能不能再陪他吃点东西，他做了一桌子的好菜。我惊讶地问他，为什么要等我？我已吃过晚饭了。

他神情一变，沉默片刻才回答我，说今天是我们结婚3周年纪念日，该好好纪念一下。我听到这个信息居然毫无振奋的感觉，只轻描淡写地说：都老夫老妻了，何必还那么浪漫？我很累，现在最需要的是睡觉，其他的明天再说。

我当时完全不知道他曾费尽心思要唤醒我们沉睡的爱情，用刻意营造的浪漫气氛来感染我。我一向是一个浪漫的女人，对浪漫的感觉情有独钟；他知道我的喜好，可是，那晚由于太累，我提不起一点兴致。我可以想象，做丈夫的他心底是多么失落！那晚我半夜起来喝水，发现床的另一边空着，客厅里仍有灯光。他身穿睡衣躺在沙发上，毛毯放在一边，他神情落寞地瞪着吊灯。他后来告诉我，这一晚，他痛苦得一夜未眠。

春天过去，夏天来临的时候，他公司扩大规模，大量招聘人才，一位名叫小菲的大学毕业生带着甜甜的笑容来到姜挥面前。经过测试，小菲的口才和熟练的英语使他非常满意，便留她担任秘书工作。小菲的到来给他的生活注入了新的活力，她不仅聪明漂亮，而且善解人意，经常帮他洗衣服、泡茶、做味道可口的饭菜。姜挥对她赞不绝口，心神荡漾地表示：他已经很久体会不到一个男人被别人关照的滋味了，小菲的到来使他倍感温馨，他会珍惜。

国庆节前夕，姜挥携小菲去海南洽谈生意，为何不带助理却带秘书出差，可能要从他们之间的关系寻找原因了。小菲一路温柔体贴的照顾，使他感到昔日丢失的爱与温情又回来了，仿佛又回到我们恋爱时的美好与甜蜜。他们俩的感情很快升温，归来时，已经形影不离，难舍难分了。

一个阴郁沉闷的夜晚，他怀着歉疚，对着我絮絮叨叨地说了许久。当时，我脑中一片空白，思维停滞。过了许久，我才弄明白了他这次谈话的主要内容。他对我说：我是个好女人，美丽又有才华，可他却已对我失去了爱的感觉。如今有一个女孩与他相爱，并以身相许，他觉得自己既已对不起我了，就更不能辜负了那个女孩。因此他请求我

的原谅，并希望我同意与他离婚，也希望儿子和他一起生活，因我常常外出，无暇照顾……姜挥再三强调：我们之间这种无爱的婚姻与缺乏性生活的状态，几乎令他窒息，他渴望逃离这里……整整一夜，我无法入睡，惊异与痛苦紧紧纠缠着我。清晨5点，我起身坐到书桌前，拿出纸笔，为丈夫写下自己的感受。我下笔千言，感慨万端，写了很多，我想把这封信寄给他。后来转念一想，我更应该与他面对面坐下来，认真、诚恳、冷静地谈一次。

就在那个周末的晚上，我坐在沙发的一角，看着对面熟悉而陌生的他开始了我的心声独白：“听了你前天的话，我的心像碎了似的，怎么也集中不起来。我想，这件事对我来说真是一个很大的打击，尽管你几次开玩笑地对我说过这件事，还说是为了让我有思想准备，可是，我还是不愿意接受这个事实。无论你将怎样做，我还是要理一下思绪，让自己安静下来，做好我应该做的事，并为解决我们的婚姻危机做出努力。我想告诉你我的感觉：第一，我们的婚姻受到了严峻的考验；第二，你爱上了她，很深很深，像当年你爱我一样；第三，你最爱你的儿子，他的笑能从内心深处打动你；第四，我要让你的心从她身上离开，让爱回来；第五，至少目前你答应做个好丈夫，好父亲，做个爱家、顾家的男人。感情的事不可勉强，我不能逼你立即做出决定，我会给你时间思考，但不会很长，至多两个星期。长痛不如短痛，等待的日子实在太难熬了，我恐怕受不了，只能给你两个星期的时间。”

我还对他说，爱情之花的枯萎，是两个人的责任。我这段时间忙于工作，疏忽了对这朵娇嫩之花的培育，这是我最大的失误；但是至少，我想这花还未死掉，现在开始补救还来得及。希望他也能付出相

他看到和体验到婚姻是什么样。

完全取决于他从事什么职业，有希望……

应的努力，相信他是愿意的。他说他曾努力过，可那时我并未真正意识到危机的开始，没有作相应的努力，失去了一个机会，现在再来弥补，就要困难许多，他无法保证结果。

他说的是实情，我能理解，但我还是想尽力挽回。像我们这样一个美满的家庭走向解体，是任何人不愿看到的。我们的恋爱，我们的婚姻，曾接受了所有熟人的艳美的目光。若我们到头来果真走到这一步，最可怜的是孩子，这是我最不忍心的，也是最不知如何面对的问题。我说，假如不是因为儿子，我一个人也会慢慢适应的，伤痛会慢慢愈合。毕竟，时间的力量很强大，它会带走一切，医治一切。我说，爱是专一而自私的，他的爱只能给一个人，要么是我，要么是她的，这是我的底线……

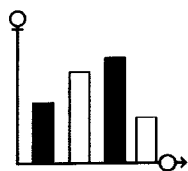
我的一番肺腑之言，让他有所触动，他没有再提离婚的事。可他的心情沉重忧郁，垂着头在家里进进出出，一副失魂落魄的样子，像风中的一片树叶失去了方向。第二个星期的最后一天的晚上8点，姜挥穿好了风衣，郑重其事地对我说：“今夜我不回来。”我没有阻拦，我知道即使我不同意也无济于事，反而会给彼此造成更大的伤害，不如潇洒些，坦然些，他尚有可能归来。

然而，当我倚着门框，目送着丈夫的身影渐渐远去，走向另一个女人的怀抱时，我的泪水在脸上纵横交错，热切奔流……想到我亲爱的丈夫，最疼爱我的丈夫在夜里撇下我和儿子，去陪伴和怜惜另一个女人，我的心碎了，碎成千万片，再也不能拼凑起来。若说当初听到这个消息我感到痛苦和绝望的同时还抱着一线生机，现在，我是彻底绝望了，我玻璃似的心摔在坚硬的地板上，千万块碎片发出冷冷的寒光，在嘲弄我的天真和可笑。

但是我不能倒下，我不能放弃自己，儿子是无辜的，他需要妈妈的关爱……

9点、10点、11点……风吹门动，疑是有人进来。我坐在黑暗的客厅里，在绝望地等待，孤独地等待，痛苦地等待。也许我不是在等待某个人的出现，而是在等待时间抚慰和消减我的伤痛。

我失去了我的丈夫，失去了我的婚姻……生命是一幅让人经受痛苦的流动的画。



婚姻统计学

寂寞指数：★★★

激情指数：★★★★

道德指数：★★

前景指数：★★★

后患指数：★



旁观者清

当夫妻之间日渐缺乏亲昵感和亲密关系时，就容易滋生寂寞感和失落感；当夫妻中的一方未能给另一方生活乐趣时，就会使另一方感到落寞。尤其是对一些经常分居的夫妻来说，看见别人成双成对，相依相偎时，孤独便会如水般一点点、一滴滴地将你浸透；当失落似潮水，一浪接一浪地将你淹没之时，不甘寂寞的你便会去寻找能够重新弹起激情交响乐的第三根琴弦。

可是，正所谓“抽刀断水水更流，举杯消愁愁更愁”，借助婚外恋来填补失落只能使失落感加重，以婚外恋的方式来燃烧激情借以排遣寂寞只会是饮鸩止渴。激情总有一天会燃成灰烬，那时，失落感会更

猛烈地向你袭来。因此你应该采取积极的方式，和对方平心静气地谈谈你的心理状况，只要你们之间还有爱，相信对方会协助你走出这段心理困境。如果你已经犯下了这类错误，面对满腔愤怒、恐惧以及极度失望和痛苦的伴侣，你应该怎么做呢？

第一，接纳对方的情绪。你的配偶在得知你有婚外恋后，一种被背叛、被遗弃的感觉会紧紧笼罩住他（她），对方会非常气愤，并将愤怒的矛头指向你。在这段混乱而痛苦的日子里，你所能做的其实只是让他（她）尽情泄愤。如果你已无法忍受对方的攻击和责难，但又试图挽救你们的婚姻，那你不妨设想一下，假如是对方背叛了你呢？你又会爆发什么样的愤怒？将心比心，面对从不曾背叛你，并且是因为爱你、看重你才会如此愤怒的伴侣，你还会无法忍受吗？

而且，你要相信，对方这种情绪激烈的状态终究会结束，决不会持续太久，一旦发泄完毕，情况就有了转机。在这段时间里你不要试图对他（她）解释太多，因为对方根本没法平静下来听你说什么。

第二，表达你的愧疚。当你看到爱人痛苦不堪的样子时，你应该把你内心的愧疚说出来，而不是把它深藏在心底。即使你的婚外情实际是对方的缺点导致的，只要你还想挽救婚姻，你就有必要让对方感受到你的悔恨及歉疚。毕竟，你的婚外情对你的伴侣、孩子及第三者都造成了伤害，你不能认为，更不能说你毫无过错。你当然可以为自己辩解，但那是在对方冷静下来后，你诚恳客观地陈述自己的想法。

第三，进行适当的沟通。沟通之前，你们双方最好选择一些特定的场所和时间，这有利于沟通的进行。同时在沟通时应注意以下几点：找个僻静的公共场所进行沟通，沟通时，如果一方或两人情绪将要失控时，相对冷静的一方应当提出停止讨论，改天再谈；沟通时要讲究



语言艺术，绝不能羞辱、威胁或讥讽对方；为了重新建立一个更健全、更令人满意的婚姻，你们必须试着发掘问题，说出问题的实质，并解决它，从而修复受伤的婚姻。

第四，赢得对方的信任。信任是维持婚姻关系的重要因素之一。要想挽救婚姻，必须找回对方对你的信任感。除了你们毫无保留地坦诚沟通以外，你还要学会将自己的去向随时而详细地告知对方，使对方放心，以此消除怀疑。比如，你若要单独外出，就要主动告诉对方你要去哪里，与谁一起去，要多久才回来。这对重新赢得对方对你的信任大有帮助。当然，能获得对方信任你的最重要的一点就是：你绝对不能和第三者再有任何瓜葛。



专家支招

婚姻中除了爱情之外，还包含着信任和责任，它为自由的人们设置了一道看不见、摸不着的栅栏，它决定了男人和女人没有越过栅栏的自由。如果你越过了栅栏，在获得暂时快乐的同时，你已经亲手毁掉了你终身的幸福。

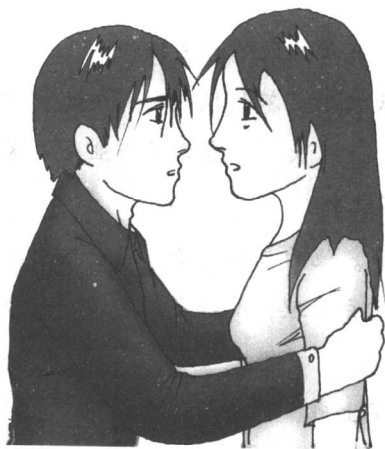


大话婚外情

婚外情让他找回了渴望已久的激情，弥补了婚姻的缺憾，尽管他为此丢失了稳固的婚姻，可也不算是毫不可取。

你看到和体验到的婚姻是什么样子，

完全取决于你从什么角度去看、去感受……



## 第二章 初恋情人从天而降之后

岚凤在电话里的声音轻柔甜美，我猜想对方一定是个娇小玲珑的女子，可是当我如约而至绿岛咖啡厅，她站起来向我打招呼的时候，我却被她吓了一跳，我脸上的神情肯定泄露了我内心的惊讶。她的身高绝对在 170 厘米以上，一头披肩卷发在诉说无限风情，一条斑驳花样的皮裤子藏在长长的黑毛衣下面，显得很时尚。我疑惑站在我眼前的这位女子是某位时装名模，她笑着否定了。

根据她的自我介绍，她已经 36 岁了，但略显憔悴的面容掩不住她的活力与光彩。她给我看她一家三口的合影，女儿和丈夫长得很像；她的丈夫有一张斯文的面庞，只是个子似乎没有岚凤高。这位矮个子丈夫却因初恋情人的出现而意乱情迷，让这个和睦的家庭陷入愁云惨雾之中。

岚凤，女，36岁，公司经理

您的猜测不错，我曾经做过时装模特儿。因父母觉得这个职业是吃青春饭，没有多大意思，不如找一份长久的相对稳定的工作，就逼着我放弃了这一行，上了大学。我学的专业是美术设计，大学毕业后我进入一家广告公司工作。

吴岗是我的同事。他的头脑灵活，点子层出不穷；而我比较有客户缘，又善于掌握客户心理，所以我们常常一起合作。因为工作的关系我们成了好朋友。

虽然在广告公司上班，但我真正喜欢的却是当模特，所以，原来的小姐妹有时拉我一起去走秀时，我很乐意。说实话我不是为了挣钱，而是想过过瘾，我很喜欢身穿华服走在台上的感觉。

我虽然已参加工作了，爸爸妈妈还是管得很严，下了班的去向都要详细汇报。所以，为了给自己争取一些机会，我就让同事兼好友吴岗帮我掩饰。晚上去走秀的时候我就说是和吴岗出去玩了，有时也会拉着他去陪我，以便帮我打掩护应付父母的追问。结果，这些使爸爸妈妈误会了我们的关系，把我和吴岗当成了男女朋友，对他的情况关注起来。开始我也没觉得什么，后来公司里也传起了我们的绯闻，同事们对此似乎津津乐道，说我们形影不离，如胶似漆。假的都说成了真的，没有人不信。

部门的经理是个喜欢凑热闹，很关心我的长辈，在我生日那天居然拉着吴岗到我们家去送花祝贺。虽然有一帮同事在，我对吴岗的态度与其他同事没有什么分别，但爸爸妈妈还是把吴岗看了个仔仔细细、明明白白。这样无形之中加深了同事们的错觉，我们亲密的关系似乎昭然若揭。