

夫妻关系 亲子关系 婆媳关系

别让家庭伤害你

高艳 著



温馨的二人世界里有什么不易发现的矛盾和冲突？
年轻的父母怎样才能使孩子幸福快乐地成长？

**如何才能坦然接受一段感情的结束？
如何面对分手对孩子的伤害？**

你能微笑着开始新的生活吗？
怎样回报父母的养育之恩？

别让家庭 伤害你

—— 夫妻关系 亲子关系 婆媳关系 ——

高艳 著



京华出版社



全国百佳出版社
中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

别让家庭伤害你 / 高艳著. —北京 : 京华出版社, 2010. 10

ISBN 978 - 7 - 80724 - 970 - 2

I. ①别… II. ①高… III. ①家庭问题 - 通俗读物 IV. ①C913.11 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 176213 号

别让家庭伤害你

著 者 ☐ 高艳

出版发行 ☐ 京华出版社

(北京市朝阳区安华西里一区 13 号楼 2 层 100011)

(010)64258473 64255036 64243824(发行部)

(010)64258472 64251790 64255650(编辑部)

E - mail: 80600pub@bookmail. gapp. gov. cn

印 刷 ☐ 北京通州富达印刷厂

开 本 ☐ 710mm × 1000mm 1/16

字 数 ☐ 220 千字

印 张 ☐ 13 印张

版 次 ☐ 2010 年 10 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号 ☐ ISBN 978 - 7 - 80724 - 970 - 2

定 价 ☐ 26. 80 元

京华版图书,若有质量问题,请与本社联系

前言

Bierangjiatingshanghaini

家，是一个温馨的港湾，是疲惫的旅人匆忙赶往的地方，是疲倦的心灵休憩的地方。家里有最让人牵挂的孩子，最让人怀念的飘香的饭菜，最爱唠叨的父母，最深情的爱人，家也正是一个所有最亲密关系交织而成的情感网络，也是一个人最为重要的情感依托，是一种依恋，是世间最为珍贵的所在。

良好的家庭关系、家庭氛围给人以力量和温暖，赋予人们一股无形的力量，是一个人事业、工作的力量之源，也是失意者疗养心灵的地方。但也正是因为家庭是如此的重要，它发出的不和谐音足以摧毁一个人的心灵。

夫妻关系、婆媳关系、妯娌关系、父子关系、亲戚关系……一个家庭里存在着各种互相交织的关系，它们会因为许多的原因而不和谐，亲人因此变得隔阂，家庭氛围也因此变得紧张。一个承载着一个人最重要、最珍视、最倚重的情感的家庭，一旦出现紧张的关系，它所带给人的打击远

甚于任何事业的失败、社会人际关系的挫折。所以，家也是需要经营的。

谁不希望回到家中有甜甜的微笑？谁不希望回到家中有一双宽厚的肩膀可以依靠？家是力量的源泉，你从中汲取力量，也别忘了回报。温暖的家需要你的给予和付出，爱人孩子需要你的呵护，父母长辈需要你的关爱，儿孙们需要你的支持与宽容……一个良好的家庭氛围需要所有成员的付出与努力。

本书从夫妻、婆媳、姑嫂等多方面的关系，介绍了家庭中可能会出现矛盾，并提出一些可行的建议。除了各种技巧与方法之外，身处各种家庭关系中的人们应坚信：家庭是以“情”为纽带维系的关系，良好的家庭关系更多的是以情动人，而不是以理服人。所以，无论你在一个家庭中扮演着何种角色，付出真情总能获得回报。

最后，祝愿天下人都有一个美满幸福的家庭！

Bierangjiatingshanghaini 目录

第一章 婚姻不是牢笼

1. 选对时机结婚 3
2. 别把权力带回家 7
3. 别用自己的标准伤害对方 11
4. 外遇,婚姻杀手 15
5. 别在婚姻中被“洗脑” 18
6. 家庭不需要暴力 22

第二章 别让亲子关系成敌对关系

1. 宝贝成了“小霸王” 29
2. 听话的孩子伤了父母的心 33

3. 只要网络,不要父母	38
4. “啃老族”啃伤父母心	41
5. 老来成负担	45
6. 给孩子重负的爱	48
7. 溺爱扼杀孩子	52
8. 不能对孩子动粗	57
9. 倾听孩子的感受	60
10. “忽视”会伤孩子的心	63

第三章 别让坏习惯羁绊你

1. 影响孩子成长的“邋遢”环境	69
2. 害人害己的惰性	72
3. 折磨亲人和自己的酗酒恶习	75
4. 影响家人健康的吸烟恶习	78
5. 影响孩子的自私行为	81
6. 依赖人的坏习惯	85
7. 做事情拖拉	90
8. 让父母伤透脑筋的说谎恶习	95
9. 虚荣心害了孩子	101
10. 别让冲动影响孩子	106

第四章 微妙的婆媳关系

1. 媳妇抢走了儿子 111
2. 婆媳观念有差异 118
3. 别把媳妇当亲闺女 121
4. 胡乱猜忌伤感情 125
5. 男人要做好“夹心饼干” 130
6. 刁蛮婆婆要智取 135
7. 城乡差别要面对 140

第五章 别让亲情成牵绊

1. 父母像孩子,不能太纵容..... 147
2. 媳妇、小姑两难全..... 152
3. 隔代教育问题多 156
4. 好亲戚也要分彼此 160
5. 手足反目 相煎何太急 165

第六章 别让缺憾带来遗憾

1. 离异家庭的孩子易受伤 171
2. 青年丧偶之痛 177
3. 中年丧偶之苦 182
4. 老年丧偶的凄凉 187
5. 没有孩子的家庭像浮萍 192
6. 贫贱夫妻百事哀 196



第一章

婚姻不是牢笼

1.

选对时机结婚

在婚姻中不顺心的时候、吵架的时候，很多夫妻总会发牢骚：早知如此，为何还要结婚……

其实，很多新婚夫妇经常会为了小事而争得面红耳赤。究其原因，是他们对另一半的要求太高。每个人都希望和爱人白头偕老，但却不能容忍对方犯一点错，不能彼此包容。然而，一旦自己犯错时，又会强词夺理为自己百般辩解。若是每对夫妻都这样要求对方和自己，那岂不是很无理吗？

一旦有点小事夫妻双方都没有好好控制自己的脾气，那只会使事情越闹越大，最后两败俱伤。

难道大家是没事找事，结婚就是为了挑彼此的毛病，天天吵架折腾的吗？

显然，答案是否定的。



别让 家庭伤害你

既然如此，那么人为何结婚？

对于这个问题也许每个人的想法都不一样，有的人是为了和相爱的人长相厮守，有的人则是父命难违等等。不管出于何种原因选择结婚，都应该具备以下几个条件：

1. 爱情作为基础

婚姻需要有爱情作为基础的，并通过感情来维系。

2. 双方的了解并彼此信任

这是婚姻幸福的重要保证，婚前必须了解对方，将来面对问题时才比较容易去化解。信任是建立在了解的基础上的，了解对方后才可能理解、信任对方。

3. 双方家庭的认可

结婚不是两个人的事情这么简单，一旦步入婚姻就和两个家庭都有关系了。如今虽然父母无权干涉儿女婚姻，但是亲情是每个人一生都不能摆脱的感情。即使自己的婚姻自己作主，但婚后无法避免家庭成员之间的接触。如果得不到家庭成员的认可，在未来的家庭生活必然会遇到尴尬的场面。轻则导致夫妻产生矛盾，重则导致感情破裂后分道扬镳。所以，双方家庭的认可是比较重要的，如今很多小夫妻都是因为搞不好和彼此父母的关系而导致婚姻失败的。

4. 一定的经济实力

经济条件对婚姻也很重要。结婚的最好时机是经济上能够面对婚后的一切生活，诸如能支付婚后生活的生活费用、生儿育女的费用、孝敬父母的费用等。

5. 负责的心理准备

一旦结婚，个人角色就会发生变化。结婚前，不论年龄多大都是备受父母宠爱的孩子；结婚后，尤其是为人父母后就要承担起一定的责任，例如对家庭的责任、赡养父母的义务、对婚姻的忠诚等。所以，要有足够的心理准备接受这一系列的变化。

结婚是一件很严肃、实际的事情，若你选择结婚时以上的条件都不成熟那么一定要慎重。当以上条件都成熟时，就可以进入婚姻了。如此一来，婚后就会相对轻松。如果事先没有想清楚，没有准备好就急于结婚，又不肯从错误中学习，改善双方的关系，这样又怎会有幸福持久的婚姻呢？



温馨提示

不可贸然选择结婚的几种情形

年轻的朋友们要正确看待结婚，不可在出现以下情形时贸然选择结婚：

1. 想找个有钱人，嫁个金龟婿。不少女人都想靠座金山，一切向钱看。
2. 只为了他是帅哥或者她是美女。俊男美女人人都爱，美貌的威力所向披靡。但仅仅依靠面貌作为结婚的条件，显然是不可取的。
3. 为结婚而结婚。觉得结婚是人生目标之一，年纪到了就

别让 家庭伤害你

想结婚，盲目寻求可以跟自己在一起生活的另一个人。

4. 寻求安全感。安全感这东西除了自己，别人是给不了的。

5. 为了逃离家庭。为了逃避管束、脱离不快乐的家，女孩子经常会借结婚来达到目的。

6. 为了违抗父母之命。谁也不能否认爱情的魔力，不顾父母反对而结婚。

7. 摆脱单身。社会压力、生理时钟的催促、惧做高龄产妇等原因都会让人迫切需要找个人结婚，以此摆脱单身。

2.

别把权力带回家

人人都渴望成功，而掌握并果断地使用权力会让人在成功的路上走得更远。不管是成功人士还是普通人，都会在乎权力，都会将其视为成功的基石。然而，一旦将权力带入家庭，其生活将会变得不堪。家不是工作的补充和延续，而是需要你特别对待用心经营的港湾。若把工作中的权力带回家，就会引起家庭的不愉快，使家庭关系变得一塌糊涂。所以，千万不要想着运用工作中的那套方法处理家里的事情。

与女人相比，男人更容易将权力规则带回家。若一个特别在乎权力的男人在单位里总是被控制，回家后就容易把气撒在妻儿身上，而且可能会显示出极端的控制欲。这种情形在生活中处处可见，这是一种典型的心理补偿。

肖伟是一家外企的市场总监，而且是一个充满危机感、特别在乎权力的人。一旦发现有人对他构成威胁，都会先发制人。这



别让 家庭伤害你

种处事风格使得他争强好斗，甚至为了利益有些不择手段。

“天下熙熙，皆为利来；天下攘攘，皆为利往。”这是肖伟的人生信条。他甚至认为，妻子之所以愿意和他结婚也是为了利益。他甚至对人说，若他不是大公司的市场总监，漂亮的妻子才不会看上他。想归想，但是肖伟还将这种利益观带到了家中。在家中，妻子不能有任何不同的意见，凡事都是他说了算。对妻子而言，这个家就是地狱。然而，为了可爱的儿子，漂亮的妻子都忍了。可是后来，肖伟的妻子为了儿子实在忍无可忍决定和他离婚。因为他们的儿子也遗传了肖伟的利益观和争强好斗的秉性，喜欢和别的孩子打架，所以其他孩子都不喜欢他。

面临婚姻崩溃的危险，倔强、要强的肖伟对妻子没有任何留恋，说离婚就离婚了，而且认为离婚没什么大不了。只是离婚的唯一条件是要儿子的抚养权，因为他认可儿子争强好斗的秉性，认为儿子和自己一样天生就是做大事的。肖伟的权力规则破坏了自己美好的家庭，而且严重影响了自己儿子，但是他却全然不知，甚至引以为傲。

虽然女人和男人不一样，不少女人都愿意小鸟依人，不做女强人，可是也有些女人控制欲、权欲强，也将权力规则带回家，弄得家里鸡犬不宁。

43岁的玫瑰是一家公司的老板，她的丈夫叶某则是某大学的教授。他们有一个聪明可爱的女儿，就在丈夫任职的附中上学。

在世人眼里，这无疑是个幸福美满的家庭。然而，玫瑰却说她和丈夫的关系以前还能凑合，现在简直到了水火不容的地步