

婚姻心理咨询|丈夫有外遇如何进行心理咨询（二）

产品名称	婚姻心理咨询 丈夫有外遇如何进行心理咨询（二）
公司名称	厦门市爱恩信息科技有限公司
价格	.00/普通
规格参数	
公司地址	厦门 厦门市台湾街新景天湖广场1号楼149号1001
联系电话	0592-5592018 18030308572

产品详情

大多数妻子还是希望去挽救婚姻。求助者告诉我们，知道该如何做，我要去挽救家庭，但是我做不了，所以我来寻求帮助。也经常有来访者说，我知道自己该如何做，但是要看他而定、要看他是如何做的。导致这种现象的原因是婚姻劫难所造成的心理创伤，这也是婚姻心理咨询应该求由专业心理咨询师的原因之一。大多数遭遇丈夫出轨的妻子都处于“急性应激障碍（asd）”状态，茫然、偏执、定向困难、愤怒、绝望是其常见状态程。这种状态会使求助者去处理婚姻劫难，会导致事与愿违，因缺乏足够的心理准备，在以后生活里追悔莫及，就把痛苦进一步扩大了。也常见在没有得到及时的，在一段时间（通常会在于3-6个月）后，转为了“创伤压力综合症（ptsd）”，导致求助者性格大变、抑郁、自卑、恐惧、焦虑，严重者可能导致精神障碍。因此，专业的心理咨询师在于婚姻分析的过程，利用心理咨询技术，帮助求助者调整创伤心理状态，回归理性状态，可以正常面对将来的生活。其实，专业的婚姻心理咨询师更大的价值不是帮助求助者分析婚姻状况，而是通过婚姻分析过程中，坚定了求助者的决策信心。要知道求助者在解决别人婚姻问题时，通常都是专家，但自己面临同样的问题的时候却无法理性去面对。所谓的错误决策是指求助者的心理感受，无论是选择拯救家庭、拯救婚姻，还是选择离婚，重新开始，不要在犹豫、纠结、反复的过程中苦苦挣扎，而失去了最好的时间、浪费了大好时间。最痛苦的并不是做了错误的决策，而是在决策过程中徘徊，只要有了决定，有了目标，就不要再犹豫，坚定去做，直至目标实现。婚姻心理咨询与其它的心理咨詢相比有明显的特征，心理咨询通常由心理咨询师去引导来访者自悟，是不提供答案，而婚姻心理咨询却需要咨询师给出明确的建议与方向。因此，婚姻咨询过程中有很多心理咨询师不由自主的犯一个相同的错误：用自己的认知与习惯去判断别人的行为，去教训求助者该如何处理，形成了代求助者而不是帮求助者处理问题了。

从事婚姻咨询过程中还有一个重要任务：夫妻及家庭关系重建。出轨的配偶回归家庭并不代表解决了婚姻劫难，相反夫妻关系重建比回归更加重要。我们手里的数据显示，出轨后的家庭在于6个月内再次出现严重危机，导致迅速离婚的比例达50%，这充分说明夫妻关系重建的重要性。配偶回归后，因为丈夫出轨导致的伤害，在拯救家庭过程中并没有得到处理，只是暂时压制，当丈夫回归，外部压力消失，受伤的妻子们开始关注自己的感受，经常以此为借口对丈夫进行责备，也因为对劫难的恐惧，往往变本加厉的控制丈夫。结果导致让彼此双方压力越来越大，最后关系终于崩溃。夫妻关系重建的核心在于确定配偶真心回归，其标志是丈夫对您关注增加、在意您的感受。而是否与第三者还有联系这并不是重点，而恰恰却是受伤的妻子们最在意的一点。配偶回归家庭，也是重修夫妻关系的一个好时机，因此，在此时需要得到婚姻心理咨询师的提醒与指点。有智慧的妻子可以利用这个机会调整婚姻模式，更好的符合自己的目标，有可能会重获幸福甚过从前。原文地址 地址：厦门市台湾街新景天湖广场1号楼149号1001

联系电话：0592-5592018/5592016 心理援助qq群：23288880；在线qq：76619993
联系人：陈老师；邮箱：aienxinli@qq.com；新浪微博：@爱恩心理