

老公要离婚了怎么办 老公要离婚 美家情感教育

产品名称	老公要离婚了怎么办 老公要离婚 美家情感教育
公司名称	青岛美家方程文化传播有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	青岛市南区东海西路英德隆大厦7层
联系电话	17560051314

产品详情

企业视频展播，请点击播放

视频作者：青岛美家方程文化传播有限公司

情感挽回，情感咨询，挽救婚姻，心理咨询，婚姻修复，爱情分析

因为婚后的“放纵”面临着离婚这道坎，老公要离婚了怎么挽回，该如何挽回呢？

一、设置冷静期，适度隐藏需求感

对方突然提出离婚，必定是经过深思熟虑的，你单纯地去挽回，只会坚定她离婚的决心。因此，想要挽回你要学会“以退为进”。既然之前的放纵心态给对方留下了不好的印象，倒不如设置一段冷静期，给彼此缓冲的空间和时间。提出攒齐搁置离婚，老公要离婚我该怎么做，待情绪稳定后再做商讨。

二、提升个人价值，重建二次吸引

在冷静期间，老公要离婚了怎么办，就要对自身问题进行修正了。个人价值的重建工作是一个长期的过程，你要充分了解自身缺点，进行针对性的提升。比如在工作上保持上进，制定长期事业规划，在外在形象上尝试新风格，在内在上加强修养。为了提升挽回的效率，建议寻求专业人士的帮助。

三、建立和谐相处模式，逐步消除隔阂

待你的转变能够吸引对方的注意力了，可以尝试重建联系。在沟通的前期，仍要注意隐藏需求感，从侧面进行新价值展示。同时，也要合理述情，一方面表达自己的悔改之意，另一方面也要引导对方说出内心的真实感受和想法，做出适当弥补，以此消除隔阂，直至成功挽回。

情感挽回，情感咨询，挽救婚姻，心理咨询，婚姻修复，爱情分析

如果大讲道理，不近人情把爱人说跑了，该如何挽回呢？

利用鳄鱼法则，主动致歉，及时止损

什么是鳄鱼法则？

假定一只鳄鱼咬住你的脚，如果你用手去试图挣脱你的脚，鳄鱼便会同时咬住你的脚与手。你越挣扎，就会被咬住的越多。所以，万一鳄鱼咬住你的脚，可行的办法就是牺牲一只脚，及时止损。

你在婚姻中出现的问题，就是咬住你的鳄鱼。作为主动挽回的一方，还没意识到自己错误的话，婚姻真的就没得救了。所以，挽回的第1步，就是要及时止损：主动向对方真挚道歉，缓解她的反感情绪，同时给予充分的时间和空间，让彼此的情绪冷静下来。

转变婚姻观，站在对方的角度看待婚姻

生活不仅要有柴米油盐酱醋茶，还要有风花雪月，诗歌和远方。男女思维存在差异，女人注重的是爱情体验和婚姻幸福感，你只站在自己的角度，理性批判，老公要离婚，离婚在所难免。挽回的时候，就要转变固执己见的婚姻观，学会换位思考，从对方的角度去看待婚姻的意义、生活的涵义。

重建良性沟通，注重婚姻新鲜感与仪式感

沟通是实现挽回的关键步骤。若对方的反感有所弱化，重新打开沟通渠道，合理述情，向对方传递你积极正向的转变。同时，尊重伴侣的决策决定，从细节上入手，根据爱人的情感需求，注重提升新鲜感与仪式感，以此逐步升级关系，最终实现复合。

自述人：余女士

我到现在都想不明白我们的婚姻怎么突然就这样了。我觉得我俩的感情一直很好的，结婚四年多了，几乎不吵架。

之前也感觉到了，我们之间的交流好像也越来越少。现在一沟通也都是围绕着孩子，的确不像之前那样还说说各自的事情。哎，毕竟现在太忙了，为了这个家我们各忙各的。我回家做饭做家务，哄孩子，他累了一天，也不怎么想说话。

这还没到七年之痒，丈夫便出轨了，虽然是“精神出轨”，但我实在无法接受。虽然我不想吵架，但我心里又气愤又迷惑。我问丈夫，为什么我付出了这么多，你还要这样做？丈夫冷冰冰地反问道：“你觉得我们之间还有所谓的爱情吗？你不觉得这个家让人压抑，没有一点温度吗？有时候我想和你沟通，都不知道从什么事说起。有问题了也不说，我有时宁愿和你大吵一架！因为太憋屈了！”

难道大家的婚姻不是这样的吗？恋爱的时候有说不完的话，结婚时间长了，哪有那么多的话可说。再说，生活平平淡淡一些不好吗？

吵架，吵架有什么用？吵架又不解决问题。我见过太多朋友天天吵架，最后要么离婚了，要么凑合着过日子。

我想和他谈一谈，但他拒绝了，说已经晚了，受不了这种婚姻的压迫了，坚决要离婚。我不甘心，我为这个家操心，凭什么他说离婚就离婚？为什么要背叛我？看着还小的孩子，这个婚更是不能离。

我也尝试着挽回，但现在我俩的关系弄得很僵。他回家越来越晚，刻意躲着我，分明就是想逼我离婚。老师，我到底该怎么办呢？

老公要离婚了怎么办-老公要离婚-美家情感教育由青岛美家方程文化传播有限公司提供。青岛美家方程文化传播有限公司（www.meijiaqinggan.com）坚持“以人为本”的企业理念，拥有一支技术过硬的员工队伍，力求提供好的产品和服务回馈社会，并欢迎广大新老客户光临惠顾，真诚合作、共创美好未来。美家情感教育——您可信赖的朋友，公司地址：青岛市南区东海西路英德隆大厦7层，联系人：大张老师-手机为微信号。