

离异女性心理健康培养

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678304054189944.html>

范文网，为你加油喝彩！

离婚，无论原因是什么，对大多数妇女来说都是迫不得已的，痛苦的。忘记不幸需要时间，然而，随着往事的逐渐忘却，新的苦恼与麻烦又出现了，新旧矛盾交叉，万千思绪缠绕，精神上报痛苦，她们大多是沉郁、消极的，外表平静，可心灵深处却时时涌起波澜。那么离异女性心理健康培养你知道吗？今天，<https://www.882682.com/>小委托理财编针对这个问题展开进行讲解，让我们一起来看看其相关知识吧！

一、女人离婚后的正确心态

一天晚上，我的朋友来

我家里，她进门就泪雨滂沱、泣不成声，倒在沙发上，我送上纸巾，抚摩着她的头部，静静地陪着她，让她宣泄不良的情绪，与她共情。等她哭了十几分钟后，停下来了，不良情绪宣泄得差不多了，我就说：你是怎么啦？她说：“我们很久了，这次终于爆发了直线的斜率怎么求，我终于解放了。我一个地地道道的妇人家，还带着俩孩子呢，为何女人就要无条件接受男人的一切，而男人却不能包容女人的一点点？”

我问她：到底为什么？她说：“其实就是因为一个月前，他发现别人跟我发了一条信息，信息说：‘想找你聊天。’就去调了我的电话详单，说我跟那个电话号码有密切的联系，然后就断定我跟那人怎么怎么了，还动手打了我。他天天在外面寻花问柳，我从不管他的事情，也没有时间管，我受够了，离了就等于解脱了，我真的已经心死了。其实跟我发信息就是一个男网友，仅此于聊聊天而已。”我对她说：离婚的伤害是刻骨铭心的，有人告诉我：离婚就象脱三层皮，因为，两人朝夕相处了十几年嘛。但离婚的目的就是受够了，要结束痛苦，过快乐的日子，再说还有孩子需要你，你是一位伟大的母亲！

她的情绪好多了，一直听着我的劝说，并点着头……。我继续分析着她的婚姻情感。

如何尽快从婚姻的阴影里走出来，关键在于你自己，没有任何人帮得了你，人们说：时间是医治爱情创伤的良药。时间长了你就会习惯的，也会变得快乐起来。你可以用转移注意力法：这段时间把孩子交给你的父母，自己去参加一个社会活动，多来我们家玩一玩，或者出去旅游一次也好，欣赏大自然的美丽与宁静，让自己尽快忘记过去，把头脑清空，从新输入新的思想。

离婚，就是上帝恩赐于你一次再恋爱的机会，你要迅速的融入新生活中去，找到属于自己的快乐！

离婚不是什么好事，也不是什么坏事，佛说：分手就是缘分尽了，不管是朋友、夫妻、还是父母，什么关系就是上帝决定你们的缘份只能这段时间，任何人无法改变！有的父子断绝关系，有的子妹反目为仇等，都是缘分尽了。走好以后的路，才是至关重要的，从新开始新生活吧！女人要学会爱自己。

二、做个会对老公撒谎的女人

善意谎我的一天英语作文言都是为了使夫妻生活更加和谐更加美满的，但要切记，不能影响到夫妻感情，否则就得不偿失了，因此要把握好谎言的度。

如果被问及“你最不能忍受男朋友或者老公的哪一点”，相信很多女性朋友都会不假思索地脱口而出：“撒谎”！

撒谎，在不少女性朋友看来，是不忠诚的行为。但是据调查，很多男性朋友却不把撒谎看得很严重，他们认为人一辈子不可能不撒谎，况且有很多谎言都是善意的，因此不存在欺骗或者不忠诚的问题。同时，过度的撒娇更让男人接受不了。

很多女性朋友认为撒娇是女人的专利，没有撒娇换不来的东西。跟男朋友闹别宣传推广方案扭了，只要一撒娇，男朋友马上就跑过来哄你了；想要得到某样礼物，只要跟男朋友撒娇，就会到手……。可是过于诚实的女人，从不刻意去掩饰自己的内心，在男人面前过度撒娇，所以，男人们害怕了，女人一撒娇就只能投降，但是内心却有着千百个不愿意。

女性朋友们，要谨记啊，别太诚实了，撒谎比撒娇更能吸引你的那个他！要知道，成功的婚姻是谎言与爱的产物。虽然双方的情绪和态度可以互相补足，但两个人的感受不可能无时无刻完全一致。完全坦诚的做法，将使他们暴露一切真相，造成不必要的伤害，破坏夫妻之间爱的微妙平衡。因此，有时，“撒谎”比“撒娇”更可贵，那是一种婚姻智慧。

曾有书记载，男人的谎言多为自尊，女人的谎言则多为作秀，特别是在床上的性爱谎言上，女人的谎言比较有修饰作用。

女人说“不”的时候，往往是一种情绪，或是一种情趣的需求。她们知道，逗男人玩，最简单的就是说“不要”，然后再半推半就。在半推半就中让丈夫有面子，最能满足丈夫心理的谎言，当然就是妻子的快乐感受了。

性是男人的终身大事，他们非常在意，所以男人或多或少都对自己的性有过焦虑。但是这是个天大的秘密，是不可以让女人知道的。如果说年龄是女性的秘密数字的话，生殖器的尺寸则是男人的心灵密码，所以一般男人都喜欢夸大自己的“尺寸”。男人喜欢数字思维，所以动不动就以“量化”来看问题，在持续时间方面，男人也是守口如瓶。性爱谎言这个时候就显得尤为重要了。

。

因此，理性成熟的夫妻应该学会区分床上语言与卧室外的用语的不同。不可以拿激情时的性爱谎言去求证什么，或者要求对方在现实生活里兑现。性爱谎言有点像戏剧里的台词，如果照搬到现实生活里，显然是荒唐的。另外性爱谎言应该只是一种枕边“礼仪”，是为增加夫妻情趣服务的，所以也不能过分地、不着边际地瞎吹或乱编。可见，性爱谎言只是锦上添花的东西，最根本的还是深厚的爱情。没有深厚的感情基础，夫妻间就会变成有性无爱，名不副实。

可能有人会说，生活中是不是像在枕边一样，都需要很多的谎言呢？这个问题应是见仁见智的，如果出于保护对方而撒了善意的谎言，还是可以原谅的，但是千万不要拿着这个鸡毛当令箭，让谎言充斥于自己的生活中。性爱谎言或者一般的谎言，其实都是为了使夫妻生活更加和谐、更加美满的，如果让谎言影响到夫妻感情，那就得不偿失了，因此要把握好谎言这个度。

掌控好谎言的度，你会发现，撒谎比撒娇更能吸引他！

总之，离婚不是什么好事，也不是什么坏事，佛说：分手就是缘分尽了，不管是朋友、夫妻、还是父母，什么关系就是上帝决定你们的缘份只能这段时间，任何人无法改变！有的父子断绝关系，有的子妹反目为仇等，都是缘分尽了。走好以后的路，才是至关重要的，从新开始新生活吧！女人要学会爱自己。

以上就是离异
女性心理健康培养的解答，希望
对您有帮助。想要了解更多关于女性心理安全小知识及
女功率等于性如何培养积极的心理的知识请您关注<https://www.882682.com/>！

更多 作文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](http://www.wtabcd.cn/)开发