

<<新农村心理健康读本>>

图书基本信息

书名：<<新农村心理健康读本>>

13位ISBN编号：9787030325020

10位ISBN编号：7030325028

出版时间：2011-10

出版时间：科学出版社

作者：段鑫星 等编著

页数：156

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<新农村心理健康读本>>

内容概要

“新农村心理健康读本”丛书以时间为线，依次针对农民兄弟成长、成熟、成家、育儿等一系列人生课题，通过案例分析和讲解的形式，与农民兄弟拉家常，为广大农民兄弟排忧解难。

《新农村心理健康读本：家庭篇》由“事例描述”、“过来人支招”、“心理师和你聊”三部分组成。

“事例描述”中主要列举了农民结婚风俗、婆媳关系等方面容易出现的种种心理问题案例，“过来人支招”则再现了农民兄弟独自处理问题的经验，“心理师和你聊”则从心理师的专业角度出发，用通俗、易懂、易学的方式来给予农民兄弟细致入微的帮助。

《新农村心理健康读本：家庭篇》适合广大农民朋友，尤其是进城务工人员、留守妈妈阅读，也适合农村地方干部、农村问题研究人士参阅。

<<新农村心理健康读本>>

作者简介

段鑫星，著名心理学专家，中国矿业大学教授、博士生导师，全国心理咨询师培训师，中国心理学会注册心理师（注册号X-12-006），曾获全国首届“大学生心理健康教育先进个人”荣誉称号。

<<新农村心理健康读本>>

书籍目录

丛书序（林崇德）
自序：农家人眼亮心明
第一章 男人的累
 都是“儿子”惹的祸
 离家出走的外省媳妇
 摩登媳妇惹流言
 我是一个“妻管严”
 家有疑心病妻子
 早起的母亲晚起的妻
 娶了媳妇忘了娘
 妹妹成了“啃兄族”
 我有一个城市梦
第二章 媳妇的苦
 “邋遢”婆婆难忍受
 单身婆婆干预多
 流产经历惹麻烦
 婆婆是个“啃小族”
 隐忍媳妇多苦闷
 谁来照顾我的孩子
 我被逼出“抑郁症”
 婆婆偏袒小姑子
 我的孩子我来教
 吝啬婆婆难相处
 家务重担真难忍
 爱找茬的婆婆
 婆婆是个管家婆
第三章 婆婆的怨
 举止亲昵惹人厌
 身高问题深埋隐患
 婆婆难忍误解之痛
 辛苦农忙不讨好
 婆婆盼孙心太切
 两头小猪引发的纠纷
 咒骂声中慌报警
 婆婆没有亲妈好
 家中“童心”儿媳
 儿媳凶悍婆婆难
第四章 家里家外
 无地可种没法活
 新房地基惹矛盾
 不问地界割我麦
 我的池塘谁的树
 多管闲事遭咒骂
 勤俭节约的父母亲

<<新农村心理健康读本>>

章节摘录

版权页：插图：第一章男人的累 在中国，传统意义上的男人被赋予了更多的责任与重担。他们是顶天立地的男子汉，是家庭的顶梁柱。

上至双亲，下至妻小，他要为家人撑起一片天。

“男儿有泪不轻弹”影响着世代代的男人，他们的酸甜苦辣，只有独自咀嚼，咽下肚去。

闷了的时候抽口烟，烦了的时候喝口酒，无论肩上的担子有多重，依然扛起来坚强地往前走；孤独的时候想想昔日的朋友，睡不着的时候摸摸孩子的头，无论生活的滋味有多苦，仍要一个人咽下去，一滴不漏；高兴的时候不言不语，难过的时候也不会把泪流，无论远方的道路多艰险，既然选择了就不会回头；工作的时候暗自加油，疲惫的时候将家放心头，无论心底装了多少忧愁，总是挺起身板不甘落后。

新时代下的中国男人，尤其是传统的中国农村男人，面对家庭与工作，仍有述不尽的酸甜苦辣与悲欢离合。

都是“儿子”惹的祸 毛毛和小华是通过相亲认识的，两人当初一见钟情，相处三个月后双方家庭在征求他们两人的同意后就把婚事给办了。

毛毛上面还有两个哥哥，都已成家立室，并且都在离父母家不远的地方盖了房子。

依照惯例，毛毛和小华结婚后，也单独住进打工挣钱盖起来的楼房里。

一年半后，小华产下一个女孩儿并做了结扎手术，公婆知道后十分不满，并表示十分希望毛毛可以有儿子。

这些都成为日后小华与公婆冷热战交替的伏笔与导火索。

这边，小华经常在毛毛面前抱怨公婆偏心，只会疼大哥、二哥的儿子，完全不照顾自己的小女儿；对这一点，毛毛也有些埋怨父母，但也不能明说。

那边，父母经常在毛毛面前施加压力，软硬兼施地劝毛毛考虑再生个儿子，并表示他们会仔细照看。

面对父母与妻子的双重压力，毛毛感觉自己像一个双面胶，无法调和妻子与父母之间的矛盾。

毛毛想知道怎样才能解决妻子与父母之间多年的“恩怨”。

这种事情，让谁遇见谁都头疼。

像毛毛这样，积极尽责地扮演着儿子与丈夫的角色还算是好的，他还想着怎么让妻子和父母和好如初，还想着让这个大家庭和睦相处。

在农村遇到这种情况，首先，大多数儿子是偏向自己媳妇这边的，和自己的媳妇站在同一条战线上，不管、不问父母的感受。

大家一般都会谴责像小华这样的小媳妇，说她不孝顺。

这样反而更加激发小华对公婆的厌恶心理，问题只会愈加严重。

其次，周围邻居多是以看笑话的心态看待这种婆婆与媳妇之间的战争的。

婆婆想要孙子的心情可以理解，但年轻的80后小华只想要一个孩子也是可以理解的。

要解决这种僵持的局势，毛毛应该努力协调媳妇和父母之间的关系，多让他们站在对方立场上考虑一下，打开心扉，真诚相待，说出彼此所愿，然后相互退让、折中一下就好了。

关键是婆媳两人都要踏出那一步，坚冰就会融化。

有这么一个小故事：一座厚实的城门上挂着一把沉重的巨锁，铁棒、钢锯都想打开这把巨锁，它们一会儿撬一会儿砸，就是打不开那把锁。

一把小钥匙轻巧地钻进锁孔，“咔嚓”一声打开了巨锁。

铁棒和钢锯都很不解地问小钥匙是怎么做到的，小钥匙温柔地说“因为我懂它的心”。

这在心理学上称之为“钥匙理论”。

小华因为结扎问题与婆婆有了过节，这就像一把沉重的锁。

毛毛要想结束家庭中的这场大战，就要寻找解锁的钥匙，要充分发挥自身在小华和母亲之间的桥梁作用。

第一，让母亲能够站在小华的立场上，考虑小华为什么会反感自己，是因为当初反对小华做结扎手术，还是一直要求小华再生个儿子，抑或是自己真的一直偏心老大和老二的儿子？

<<新农村心理健康读本>>

第二，让小华也能够站在母亲的立场上，考虑为什么婆婆不喜欢自己，是因为她没有给婆婆生个孙子，还是自己也从没有给过婆婆好脸色？

第三，解铃还需系铃人，只有让小华与婆婆相互之间都打开心扉，真心交流，才能化解所有的矛盾与埋怨。

毛毛可以协助小华创造机会，开展一次婆媳优缺点大讨论，诚心弄清楚彼此之间存在的问题。

第四，毛毛也可以发动家族里比较有威望的亲戚前来劝说，有效的影响力也许可以让婆媳双方静下心来，冷静地看待关系僵化至今的原因及解决策略。

离家出走的外省媳妇小李是四川女子，15年前外出打工，后来在姑姑的说服下“裸婚”嫁给了春雷。小李和春雷都是憨厚老实的人，平时对父母也是毕恭毕敬，算是孝子。

小李一直未能怀上孩子，这成了她和婆婆之间的敏感话题。

春雷有个弟弟叫春亮，成年后的春亮娶了泼辣的媳妇小桃，春亮、小桃和父母一起住，春雷和小李搬出去单住。

争气的小桃两年多内给家里添了两个孩子，这更是增长了她的气焰，她不仅时常对公婆趾高气扬，还经常明里暗里踩在小李头上。

这些小李都忍着，谁让自己的肚子不争气呢……婆婆把所有的时间都用在了照顾小桃的两个孩子和小桃家田地上了，对自己和春雷不闻不问。

时间久了，小李开始对婆婆抱怨起来，对婆婆的怨气也慢慢积压起来。

多年寻医治病，终于守得云开见月明，小李生下了一个儿子。

本以为婆婆也会像当初照顾小桃一样伺候自己坐月子，可没想婆婆还是被小桃那边牵扯着离不开半步。

这些小李都看在眼里、记在心里。

前不久，小李因为地界的原因跟小桃争执起来。

回到家里，春雷不做声，一边是自己的父母与兄弟，一边是自己的老婆……小李闹着要离家出走，婆婆无奈说了一句“走就走吧”，却真的让小李带着孩子离家出走了。

已经一个星期过去了，小李还是没有音信，憨厚的春雷不知该去何处寻回自己的妻子。

对于处理和婆婆、小姑、弟妹之间的关系，干练点的媳妇会选择从大家庭中搬出来住，自食其力，和她们保持一定距离；懦弱点的就只能看她们的脸色，还企盼着她们有一天能改头换面，真心相待。

像小李这种情况，在本地无亲无故，我们作为邻居也不好多说什么。

首先，我们只能劝她别招惹小桃那样的厉害媳妇，好好照顾孩子就得了。

其次，对自己婆婆也不要有太多怨言，毕竟小儿媳太厉害，轻则骂重则打，婆婆也惹不起，还是相互体谅的好。

最后，像春雷这样憨厚的农村男人面对这样的事情时，夹在中间也确实是很困难，既不能埋怨父母偏心，也不能怪自己媳妇胡闹，只能忍气做和事佬。

美国心理学家埃利斯创建了ABC理论，具体指的是：……

<<新农村心理健康读本>>

媒体关注与评论

人们总是觉得农民亲近大自然，应该不会有什么心理健康问题，但令人吃惊的是，有调查显示，农村自杀率是城市的3倍，我国90%的自杀事件发生在农村。

随着城镇化进程的加快，农民逐渐面临着同都市人群一样的生活压力，在其相对单调乏味的生活方式下，各种积压的情绪却得不到及时排解宣泄。

都市人有了心理问题可以去心理咨询机构，可农民的不良情绪的出口在哪里？

所幸的是，新农村建设当中出现的留守儿童、农民工、隔代抚养等问题，已经逐渐引起了全社会心理学工作者的重视。

对我们而言，能有机会为农村朋友写点实用、易学、易懂的心理调节书，是一件发自内心感到高兴的事情。

——林崇德全国心理学会理事长、北京师范大学终身教授

<<新农村心理健康读本>>

编辑推荐

《新农村心理健康读本:家庭篇》适合广大农民朋友，尤其是进城务工人员、留守妈妈阅读，也适合农村地方干部、农村问题研究人士参阅。

<<新农村心理健康读本>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>