

# 窗外依然有蓝天



[窗外依然有蓝天\\_下载链接1\\_](#)

著者:黄维仁

出版者:中国轻工业出版社

出版时间:2002-11

装帧:精装（带盘）

isbn:9787501938100

本书对下列读者有帮助：经历离婚、外遇或婚姻暴力者，专业婚姻辅导或亲友遭遇婚变者，单身或婚姻美满者。

没有幸福的家庭生活，人不能拥有真正快乐与光明的远景。在人的一生中，任何成功都不能弥补婚姻家庭的失败。离婚、外遇与婚姻暴力都是人生重大的变故和失落。其中的震惊、迷惘、孤寂、无助、抑郁、愤怒、苦毒等强烈情绪，往往不是局外人所能了解的。这段人生旅程固然极度痛苦，却充满了心理成熟、健全的契机。如果当事人懂得探索

自己的心理需求、发掘原生家庭对婚姻的影响，积极重建人际关系，以全新的心理展开生活，终将发现：苦难是人生化妆的祝福，窗外仍然有蓝天明媚。

随书附赠光盘一张。

作者介绍:

目录: 第一部 离婚后的创痛与调适

第一章 剧痛期的心理历程

第二章 剧痛期的调适重点

第三章 调适成功的因素——从离婚研究综合报告分析

第四章 复建期的调适重点一 解析

第五章 复建期的调适重点二 落幕

第六章 复建期的调适重点三 交友

第七章 复建期的调适重点四 成长

第二部 特殊婚姻问题的处理

第八章 挥别婚姻暴力

第九章 外遇有救吗

第三部 婚姻的探索与重建

第十章 现代中国人所面临的挑战

第十一章 原生家庭知多少

第十二章 婚姻的旅程

第十三章 探索婚姻的蓝图

第十四章 婚姻重建七要素

结束语 又见蓝天

• • • • • ([收起](#))

[窗外依然有蓝天\\_下载链接1](#)

标签

心理学

黄维仁

心理治疗

爱情心理

婚姻

爱情

心理

家庭

## 评论

如果当事人懂得探索自己的心理需求、发掘原生家庭对婚姻的影响，积极重建人际关系，终将发现：苦难是人生化妆的祝福，窗外仍然有蓝天明媚。

最早是在2006年的大一的时候，选修课堂上听到他的录音；2009年6月，在某个书店偶然又发现这本书，延续了我对于《爱的艺术》的思考，也解开了我的很多心结，这本书的临床案例也比较多，更加印证了弗洛姆的很多观点，书中也引用过弗洛姆的观点。

不只适用于离婚后的心理调适，也适合亲密关系的维护、修复。

少年时看过 记得很喜欢 黄维仁是很棒的婚姻心理专家

不做“只要我乖，人就爱我”的小孩子。爱情是乘法不是加法。爱情不是两个50%的人互补，而是两个独立的人在一起， $1*1=1$ 。如果不能做一个快乐的单身者，也不能在婚姻中保持快乐。

感谢黄博士的这本书，在困难时刻给予了心灵上的支撑。

in party,some cards with topic or in vacant,to talk sth;if less 6, a special seat in turn to say sth.

-----  
认真学习才会有能力爱自己爱他人

-----  
家

-----  
在木兰围场的夜里读

-----  
不错的书，有如一位温厚、智慧的长者，既语重心长，有包含心理学原理。第二次看了。  
缺点：有些部分是作者在国外华文报刊上发表的文章集结起来的，稍显凌乱。

-----  
送给朋友的。

-----  
主要讲离婚、婚外情怎么办。下不到有声读物。有Word转txt。20120220越洋没有库存，  
20120124新华没有库存。看了第9章。

-----  
像慈父的手抚摸你 和你说 孩子不要怕 你拥有的所有感受都是正常的  
有那么多人和你一样 你并不孤独

-----  
以后还要读一遍

-----  
很多理论已不再新鲜，不过还是有一些不错的论点值得传颂。

-----  
书中是说婚姻离婚后怎么去复原自己，可操作性强，也建议我们需要走出门，窗外依然有蓝天。  
我想看这本书是因为觉得自己在恋爱关系方面不善言辞，需要成熟一点。关于两个人相处和些论点有很多是亲密关系里面或其他书中，离婚了也需要自己走出阴影，建立人际关系或锻炼身体，写日记等等方法。关于婚姻因为我们有不切实际想法或期望

太高，或要求太严，妥协在年龄未婚先孕等这些都是导致离婚的动因，应该给别人和自己成长空间，两个人在一起相遇不容易，接受不完美，会让两个人的生活更具有魅力才能绽放其光彩。促其相长，生活也有滋有味的。

站在女性的角度来谈论现当代婚姻家庭问题，很切实很诚恳。当你无力去改变某些事情时，不妨试着看此书改变一下自己的观念和视角。

帮助失婚人士重新面对生活 重新建立信心 医治破碎的心

操作性不足，但方向挺好^\_^

[窗外依然有蓝天 下载链接1](#)

## 书评

又是偶然邂逅的一本好书，台湾出的，繁体字，从右往左翻，文字排列从上往下，中国传统古书排版风格。主题是讲述解决离婚心态问题的，但是从比较专业的心理学角度开始讲的。从语言风格看来，作者是基督教背景。七个丰年之后必定有七个荒年。你的另一半不是50%，而是...

黄维仁是很成功的婚姻心理专家。可以看到他的博客，幸运者还能参加他组织的一些活动。虽说受了伤害，伤了情，害了心，无论是情感还是心灵，都有恢复的必要。窗外依然有晴空，要在救心。

家庭是社会组成的最基本单位，而维系家庭的纽带就是感情。这本书里告诫我们如何领悟感情，如何分享感情，更如何去珍惜感情。在生活中我们不可能一帆风顺，无烦无恼，而这本书能让我们明白当烦恼来临时，当挫折降临后，我们应该怎样去调整自己，看到自己的问题，直面自己的落...

-----  
[窗外依然有蓝天\\_下载链接1](#)