

<<倾诉>>

图书基本信息

书名：<<倾诉>>

13位ISBN编号：9787227038306

10位ISBN编号：7227038300

出版时间：2008-7

出版时间：宁夏人民出版社

作者：于小龙

页数：356

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>

## &lt;&lt;倾诉&gt;&gt;

## 前言

沟通心灵 呵护情感 人的爱与恨、思想与情感均来自于心灵。

心灵需要沟通，情感需要呵护。

作为媒体，在由以传者为中心转变为以受者为中心的过程中，其所担当的人文使命日益显现，因而，人文关怀也便成了新闻工作者努力践行的使命之一。

2003年末，银川晚报社专副刊中心紧随现代生活的节奏，推出《倾诉》专版，作为服务读者的固定栏目，成为人们沟通心灵、呵护情感的平台。

《倾诉》版从心理视角解读个案故事，具体分析当事人的心理困惑与冲突，从心理学的角度以通俗的文字在大家有相似经历或能产生共鸣的故事中帮助人们认知自己的情绪、心理和行为并给予适当的指导和建议，充分体现了版面的贴近性、服务性和实用性，为那些亟须抚慰与疏导的心灵提供了一个栖息的园地。

四年多来，许许多多的外来务工者、家庭主妇、教师、军人等身份和职业各异的倾诉者走进《倾诉》，敞开心扉，把记忆深层最痛楚最隐秘的部分呈现出来，并由此解脱痛苦，开始新生活的起点。一个又一个引人思索的故事，记载了倾诉者对《倾诉》的支持与信赖。

《倾诉》搭建起了一座媒体与读者沟通的桥梁。

从《倾诉》刚刚开办时晚报副刊编辑轮流接听热线电话，到后来举办“心理氧吧”志愿者培训班，再到与电信118168聊天室合作征集线索，以及后来开通“情感信箱”“温心茶坊”，《倾诉》版的每一任责任编辑都付出了极大的热情与努力。

当读者打来求助电话，每一个热线接听编辑都会调动自身的心理学、社会学知识、人生经验予以力所能及的抚慰和扶助，这种付出源自责任感、使命感，更源自对民生的关注和对生命的尊重，以及对人性的理解与包容。

四年多来，《倾诉》不仅吸引了宁夏相当数量的读者，还被国内其他媒体大量转载。

很多读者期待《倾诉》结集成册，以便回味咀嚼、永久留存。

2008年，适逢宁夏回族自治区成立50周年大庆，同时又值银川晚报创刊20周年纪念，银川晚报社策划出版一系列反映银川人现实生活和历史发展变化的新闻作品集，《倾诉》位列其中。

顺应读者的呼声，社委会精心细致安排，遴选出四年来见报的多数篇目编辑成书，呈现给喜爱《倾诉》专版的读者，真诚答谢广大读者的信任与支持！

在这里，感谢资深心理咨询师夏君的全力协助，使《倾诉》得以以较高的专业水平为读者解疑释惑、指点迷津。

《倾诉》版“大墙内的忏悔”系列报道，承蒙银川监狱教育改造科、宁夏女子监狱教育改造科大力协助，在此深表谢意。

同时感谢为本书出版付出辛勤努力的同仁！

清晨，太阳总会升起，温暖的阳光依然照耀着前行的路。

风雨终将过去，心灵的创伤一定会被爱心抚平！

在真情铸造的屋檐下，让我们彼此珍惜，彼此激励，一起携手迎接明天绚丽的彩虹！

银川晚报社 2008年5月

## <<倾诉>>

### 内容概要

《倾诉》是《银川晚报》一品牌栏目“倾诉”作品的精选。  
丰富的情感故事，实用的心理解析——透过一个个真实故事，你也许能更清晰地发现自己。  
雅俗共赏，既有可读性又不乏厚重感。  
敞开心扉，把记忆深层最痛楚最隐秘的部分呈现出来，并由此解脱痛苦，开始新生活的起点。

## &lt;&lt;倾诉&gt;&gt;

## 书籍目录

第一辑 挚爱亲情二十天二十年\003爱情独角戏\008爱人,走好!  
\013爱在异乡的日子\018明天我要出嫁了\022“作女”小涓\027乡下女孩与打工仔的初恋\031离  
婚了我们仍在同一屋檐下\035老马的烦心事\038水中的花朵\042撒手吧宝贝\048请让我来陪伴你  
\052情到深处人孤独\057午夜情人\061我是不是一个傻女孩\066我后悔将过去告诉他\071我很丑  
,可是我很温柔\075网恋阴霾\078同居“苦果”\083天使的眼泪\087老公,你为什么不回家\091  
“艾滋”男友\096不为爱情结婚\100救救我的前夫\105出卖身体的女友\109男人为白血病妻子“  
乞讨”\113原来你什么都不想要\117我真的不是故意的\122疑心阴影下的妻子\127一声叹息\132  
一个中年男人的爱情觉悟\137一场网恋情劫\140我要离婚\144闲聊波尔卡\148嫁给“坏心人”  
\152两个人的战争\157有一种爱叫做放手\161中年女人今晚有约\164张燕,你在哪里\169给我一  
个空间\172亲亲,我的宝贝\175“孤儿”心情\181悲情花季少女\187隔膜的母爱\192 孤儿小储  
\197劫后弱女堪怜\201妈妈,你在哪里\206陪读,难言的痛\210让我见见孩子\214我想上学\217  
第二辑 异类情感我想做男人\225《传奇》中的传奇故事\231不“安分”的女人\236当他爱上他  
\240我的另类生活\245附录:没有明天的女孩\250门背后的男人\254第三辑 大墙内的忏悔剪不  
断的脐带\261囚犯母亲\268被毒魔攫住的女孩\272被毒品冻结的心\279坠落的青春\285“失足”  
的优秀大学生\289荒唐抢劫案的背后\294看不见自己影子的人\298舞者的噩梦\302一个服刑人员  
的心理自述\306爱已成灰\311第四辑 温“心”茶坊“惹祸”的手机短信\317出门挣钱的丈夫遭遇  
背叛\322受伤的花蕾\327“王”的女人\332跳出取悦他人的陷阱\336为了孩子再婚(7不婚?)  
\340为什么玩博客?  
\344精神艳遇,婚姻的“滋补品”?  
\349跋 让我走近你\353

## &lt;&lt;倾诉&gt;&gt;

## 章节摘录

离婚了我们仍在同一屋檐下 倾诉人 / 赵珍30j~会计 时间 / 2004年12月27日 实录 / 晚报记者 曹海英

八年前，我刚参加工作。我是单位里的会计，上班的第三天，单位就让我去市里相关部门送报表。那时候，刚上班，对银川也不熟悉，心里挺怯的。等我把报表送到地方，一溜房子都是空的，最里面那间挺热闹的，像是在聊天，我就敲了敲门，没有听到里头说“请进”，我也就特老实，隔了一会再敲门，终于听到有人说“请进”了，我推开门说“送报表”。

里面有五六个人，连头都不抬就说送错了，在楼上。我说楼上没人，他们就说那明天再来。我正在犹豫着该怎么办时，他从外面走过来：“说，留我这儿吧，我给你转交。”那种机关单位，个个面孔都是冷冰冰的，唯有他待人接物的热情劲儿给我留下了很深的印象。这是我和他相见的第一面。

女孩子一上班就总有人给介绍对象，我也一样，同办公室的一个大姐就说要给介绍一个，巧的是就是他。再后来，单位同事每次在一块玩也就老叫上他。一开始我们彼此印象都挺好，我也觉得和他很有缘分，也就开始相处起来。他是那种特别会搞气氛的人，只要他在就特别热闹。我这个人比较安静，所以，那时候，就觉得挺好的，性格互补。他在的时候，很热闹也很乐和。孤单一人的我那时候特别需要那样的温暖和热闹。

我家不是银川的，单位也没有宿舍。我刚上班时，就借住在以前一个亲戚那儿。他家是银川的，工作年限又比我长，单位福利也好些，他那会刚从单位弄了一间宿舍，虽说只有二十个平方米，但麻雀虽小五脏俱全，有卫生间，还有一个小厨房。我就是在那个厨房里学会做饭的。那时候，我的工资每月不到二百块钱，也租不到合适的房子，他的宿舍离我上班的地方很近。两个人好到难舍难分的时候，我也就搬过来住了。

过了没多久，我就怀孕了。那段时间，因为这事，我们开始生气、吵架。他觉得这事挺丢脸的，让我去做流产手术。我不愿意去做，以前就听周围的同事和朋友说过，第一个孩子是质量最好的，如果第一个做掉的话，会影响以后的生育。我那时候也挺难受的，就觉得他这个人挺自私的。

后来，我怀孕四个月了，只有硬着头皮告诉他家里人和我家里人，婚礼匆匆举行，办得仓促至极。也许，这个不得已的理由一开始就为我们的婚姻埋下了不和谐的声音。

孩子一出生，他这个人的毛病就全出来了，我在家坐月子，我妈专门来银川伺候月子，他倒好，说是休假陪我，却天天出去，不是下棋就是去打球。一直到孩子现在这么大了，他几乎没有为孩子做过什么，孩子要跟他玩，没几分钟他就不耐烦了，所以，直到现在孩子跟他一点都不亲，甚至还有点怵他。他是一个不安于现状的人，在机关呆久了，就非得折腾折腾。后来就托人调到区上一家单位，在办公室当个副主任，几乎天天应酬，一年在家吃不了几顿饭，比总理还忙。一年下来，没见他干出几件正事来，但就是忙得不行。为这个，我们没少吵架，开始我还跟他约法三章，一周必须在家吃三天饭，晚上必须十点前回家，但没用，他根本做不到。

## &lt;&lt;倾诉&gt;&gt;

开始我还生气，吵了架，甚至动手，可还是一点用都没有，我发现，他就喜欢酒桌上的那种热闹，特别满足于那种酒肉穿肠、呼朋唤友的气氛。

吵来吵去没什么用，也就累了累了，我何苦要跟着他提心吊胆呢，他在外面多风光多快乐，我干吗还那么费劲呢。

我也有我的事干，上班，带孩子，上网。

我也不太喜欢打球什么的，就上网。

时间一长，在网上就有那么一两个特别聊得来的朋友。

有时候，一上上到一两点钟。

而他在外面喝酒也一两点钟才回来。

有时候，喝得烂醉。

喝醉了，倒也省事，也不闹，就直接睡觉了，反正，面对我的话越来越少，但要是一出去应酬，一到酒桌上，他的话比谁的都多。

这两年，我们已经很久没有吵过架了。

以前，我挺害怕吵架的，那时候，住在他们单位的家属楼里，我怕我俩一吵架他们单位的人都知道。

那时，我还挺好面子的，所以，每次他一开始大吵，开始砸东西时我就赶快偃旗息鼓。

后来，知道了我这个弱点，他就专门这样干，以此让我难堪。

我这个人也挺好强的，不甘心待在原来的小单位，除上班、上网，我的业余生活就是学习。

后来，我就考到一家金融单位。

因为能力强，加上也踏实努力，后来就成了单位的中坚力量，每天的工作也很忙，业务压力也越来越大。

但我很少和他说起，一是没有机会说，再者，他也懒得听，他自己也有自己的一摊事。

虽说结了婚，但我觉得我的感情的空白越来越大。

也就在这个时候，我和一个同事有了一种说不清的感觉。

多数中午，我们都不回去，有时候，我更愿意把最近的想法告诉他。

其实他也有家有孩子，我也不想破坏他的家庭。

后来，我们之间就迈出了最后一步。

其实一开始，我的丈夫一直都不知道，但是我心里特别不自在，我不愿意欺骗他，何况我们之间已经没有感情了，我就告诉了我的丈夫。

我记得，那天晚上，我们长谈了一夜，好多年都没有时间没有机会说的话，我都告诉了他。

天亮的时候，我们俩就把离婚协议书写好了，都签好了。

其实我也挺难受的，那么多年的感情一夜化为乌有，变成了一张解除婚姻合约的纸，我心里特别伤心。

但我也知道，他心里也早就没有这份感情了。

离婚的事，直到现在，我们没有告诉任何人，想着等找到房子，他搬出去再说。

可是房子并不好找，到现在也没有眉目。

现在，我很尴尬，我不喜欢这种中间状态。

真想有一个阳光下的新开始，开始我想要的那种自由自在的生活，但不知道还要等多久。

心理点评：心理咨询师夏君赵珍与丈夫在还没有做好结婚准备的情况下奉子成婚，就丈夫这一方来说，因为不是心甘情愿，就会有或明或暗的抵触情绪，甚至怨恨。

赵珍忍耐、宽容长达八年，都没有使丈夫回心转意，足可见要消除一个男人对婚姻的抵触有多大难度。

屡屡受挫的赵珍在失望之极，心灰意冷之下，将感情投向另一个男人，无异于宣判了婚姻的死亡。

<<倾诉>>

#### 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>