

把爱唤醒

孤独的外来媳妇

Q: 严博士,我是别人所说的外来媳妇,和老公在上海打工时相识,现在孩子已七岁了,老公仍然在上海打工,而孩子三岁多时我就回了老公的老家,一边工作一边照看孩子读书。老公工作很忙,只有法定假期才回来一两天。我现在和公公婆婆住在一起,认识的人不多,觉得无亲无故,时时觉得很孤独,觉得自己很可怜,在外漂泊打工十年,结了婚还是要一个人过。

老公家乡这里男人比较霸道,老公也是这样的,话不多,不会体贴也不会关心人。我为人也比较内敛,不善于沟通。本想带着孩子和老公生活在一起,可老公不同意,觉得在外不是长久之计,终究是要回来的,需要我先扎下根来。我很迷茫,没有言语的交流,没有身体的接触,这样的生活我能坚持多久?我很苦闷,不知该何去何从。

A: 谢谢你的来信和倾诉。以你内敛和个性,这样的倾诉是不容易的。从你简单的话语中,仿佛可以看到孤寂的你蜷缩起来,想用婴儿式的姿势给自己一点温暖感和存在感。同时你又那么无助,像是在汪洋大海中漂流的孤岛,没有稳定的根基,也没有明确的方向。

我不太清楚当年你和老公是怎样决定分居两地,并且回到他的老家的。这个决定对形成你们现在的状况是非常重要的。也许当时你以为只是临时性的一个决定,老公会很快回到他的老家,但现在看起来已经过去四年了,你仍然看不到老公回家的可能性。大多数情况下,夫妻双方和孩子在一起,可能是较好的一种生活方式。如果现在你已经无法忍受长期分居、独自住在老公老家的现状,你需要和老公好好沟通一下,也许需要改变现状了。

在你的信中虽有对老公的不满,但似乎你并没有考虑过结束婚姻——可能那对你是很可怕的一面,那我们就在维持目前婚姻的基础上来看你可以做些什么——因为你无法改变老公。

有几条路可以走:一是你带着孩子和老公生活在一起。你可以先了解一下上海外来务工人员子女入学就读的信息,因为你们的孩子正是就读小学的年龄。上海是一座开放而人性化的城市,它向所有的人敞开怀抱,从2010年秋天外来务工人员子女就可以在上海就读小学了。你可以认真地考虑带着孩子到上海来可能遇到的情况、如何解决,然后和老公好好沟通,让他了解你的想法、你的感受,让他设身处地地替你想一想。如果将来需要回来,那就全家人再一起回来就可以了,有他在,你更容易扎根。这样具体地去谈,可能要比只是粗略地谈是否来上海效果更好。二是即使由于各种原因,一时半会儿你无法带着孩子来上海,也可以要求老公经常回家去看你们,增加你们彼此见面的机会和在一起的时间。三是你和孩子也可以来上海看老公,孩子可以增长见识,多和爸爸在一起,你也可以和老公增进感情,多了解上海,为未来是在上海还是在老家做打算。

以上谈的是你和老公之间的沟通。还有另外一些事情你可以做,如果还需要在目前的住一段时间,你可以试着多认识一些人,多了解和接受当地的习俗和民情,多和周围的家人亲戚沟通。不论怎样,你在那里已经住了四年,有一定的适应能力了。把它只当成冷冰冰的老公的老家,还是把它当成你的温馨的第二个故乡,取决于你自己。有时候,一个念头,就会让你用不同的方式看待周围。

你有权利享受生活,而不只是坚持着生活。

严文华,心理学学者。行走心理学与生活之间。欢迎您把自己的问题和困惑发至:yanwenhua2010@163.com。那些有代表性的问题将在本专栏回复。

中国知名直营海参品牌
宫品海参
400-680-6661

抵挡世界的小幸福

男左女右

◆ 蛐蛐

曾有哪句话瞬间温暖了你的心?曾有哪个举动令你无言感动?曾有哪件事让你将心托付?若不是因为爱,为何要对你那么好?当你们的感情遭遇危机时,请记起对方给予过的那些幸福。

说多流汗就会少流泪。

现在我们结婚快六年,争吵和不愉快经常有,他对我也远远不如以前那么耐心。每次冷静下来,想想他曾在最困难时那么真心地对我好,世上再找不出第二个人——算了,选择原谅吧。



薛辉(男)
29岁
市场推广

前两天同女朋友吵翻,她说了很多难听的话,把对我的不满一股脑全发泄了出来,严重伤了我的自尊:什么我没上进心啦,跟我在一起没安全感啦,为了我她牺牲太多,太累了不想再这样下去了……我当时气急败坏,让她马上滚,现在真心后悔。

当初她为了我,不顾家人反对,孤身来上海,两人挤在个煤卫都要合用的小房间里;她是外地院校本科毕业,没有竞争优势,工作难找,每天得做好几份兼职;为了节省钱,她还从网上慢慢学会了烧饭。第一次吃

她为我特地做的可乐鸡翅,真的很感动,不过后来也就习以为常了。

说实话,她比我勤奋也比我珍惜机会,当我抱怨公司里这不好那不好时,她老劝我要忍耐:“我想做这个工作还捞不着做呢!”因为担心我上班被老板骂,她熬通宵帮我做过很多PPT;而我当时在干什么呢?在打通宵游戏,还吃着她做的粥!

{ 蛐蛐嘎三胡 }

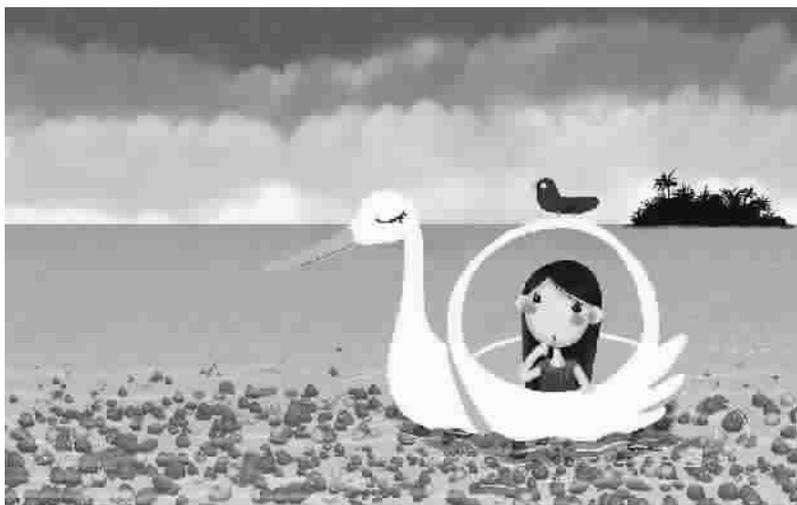
在男女关系非常紧张的时候,双方情绪往往处于极端状态之中,一般很难找出对方现时此刻的“好”,那么,就想想过去的“好”吧。

不管今天的关系有多么糟糕,你们的感情一定有过美好而幸福的时刻,想一下,在过去那些愉快或和睦的时光,对方曾做过些什么令你感动的事,而你的行为与反应又与现在有哪些不同?

别光顾着抱怨,努力回忆一下过去的好时光,让与对方有关的好情绪和好感觉重新回来,这样你才会知道对方对于你的意义所在,也才能重获力量和勇气,有信心和兴趣去改善你们之间的关系。

情爱测试

你结婚前提是什么? ◆ 小Q



如果你要和朋友一起去郊游,下面介绍了四种路线,你会选:

- 需要花钱却省力的缆车
- 面向登山者的崎岖山路
- 虽然花时间却能带孩子一起步行的平坦山路
- 拥挤却很受欢迎的观光路线

解析:

A. 不管你多么喜欢对方,如果他/她没有经济实力或者工作不稳定的话,你绝对不会和他/她走到一起。

B. 你认为只要双方有好感,能够真诚交往,自然会走向婚姻的殿堂。你不排斥通过相亲等方式选择一个父母也喜欢的伴侣,只为努力营造一个和谐家庭。

C. 你不希望自己的人生充满波折,也没有太多欲望,认为和普通人一样结婚,过安定的生活就是人生的幸福。

D. 你一直感觉单身生活很不踏实,结了婚之后才能取得社会的认同,因此,你会为了过无忧无虑的生活而结婚。

专家支招

时下关于相亲的话题可谓十分火热,电视剧里讲相亲,亲戚朋友催相亲,而各大便于相亲的婚恋网站也是忙得不亦乐乎。日前,中国婚恋交友运营平台世纪佳缘发布了第四季度中国男女婚恋观调查报告《相亲那些事儿(下)》,调查了中国男女相亲最看重的几大细节。据情感专家龚海燕介绍,调查中82%的女性和75%的男性认为在与相亲对象见面前应当进行先期沟通;其中90%的人使用即时聊天工具进行在线沟通。

而对于相亲中重要的印象一关,男女表现出了对细节关注的不同,其中在“刮胡子”和“换衣服”这最基本的两项上,男性的准备程度和女性的关注程度均较高;但是在“指甲”、“袜子颜色”、“鼻毛”、“香水”等细节方面,女性的关注度高于男性。其中,上海女性最讨厌有体味的男性。龚海燕认为,在相亲这件事上,女性对另一伴的要求往往太细致、具体。建议广大单身女性特别是“剩女”们不要对男性苛求太多,从爱情小说中寻找自己梦中情人的模样,而现实中“完美男人”并不存在。

相亲结束后,男方感觉好的话一定要勇敢、积极主动地联系女方,表达自己的诚意;而女生这时候则可适度矜持,考验一下男方的诚意。另外,在此次的报告中,还有一个有趣的数据是,上海男性最希望结账时女方抢着买单,希望相亲时采用AA制的男生占比居全国之首。

相亲结束后,男方感觉好的话一定要勇敢、积极主动地联系女方,表达自己的诚意;而女生这时候则可适度矜持,考验一下男方的诚意。另外,在此次的报告中,还有一个有趣的数据是,上海男性最希望结账时女方抢着买单,希望相亲时采用AA制的男生占比居全国之首。

解读相亲那点事儿

◆ 小莹