

男左女右

夫妻之间“争执”技巧

◆ 冷汐

在广告公司
上班的J小姐找到我,
说她跟男友相恋四年,感情
很好,最近却因为一件小事,
结果越争越凶,甚至闹得要分
手。四年感情,抵不过一次争
吵?这听来有些不可思议,其
中却大有学问,想要捍卫
爱情,就先学学如何
争执吧!

人就一直僵在那里,谁也不搭理谁。你觉得像我老婆这样一吵就不停说的人,是不是你们说的“会吵架”的人呢?反正我觉得我肯定不是。

么事都挺淡定的,别说暴跳如雷,就连大声跟人讲话都很少见到。我一直觉得他是个情商很高的人,我自己平时性子比较急,跟他在一起久了,也变得越来越有耐心了。人家都说多争伤感情,我觉得我们还好。

{冷汐爱问答}

常常有人问我,如何判断一对情侣是否能够天长地久?答案很简单,不是看他们平时说多少句“我爱你”,也不是看他们微博上晒多少恩爱照,而是看他们如何吵架。爱情中的双方,从独自的个体,到形影不离的恋人或夫妻,是一个不断理解对方,适应彼此的过程,而争吵则是这个过程中必不可少的部分。吵架不一定是坏事,对于“会争吵”的人来说,它甚至是一个增进彼此关系的大好机会。我们每个人都来自不同的家庭,有着不同的经历,这些形成了我们各自独一无二的人生观和价值观,而这体现在我们生活中的方方面面。争执不是打嘴架,更不是为了谁赢谁输,其目的只有一个,帮助你更了解自己和对方。什么事情会让我生气?什么事情是TA介意的?什么情况下我们会出现矛盾?等等……如果你可以从这个角度去理解,同时反省你们的每次争执,找到这些问题的答案,从而和对方更好地相处,就会发现感情越争越好了。不信?试试看!

会争执是什么概念?我觉得任何争吵带来的伤害都是双方面的,没有人会成为争吵的赢家,特别是爱人之间。我跟我老公结婚3年多了,我们其实很少争,无论是外面,还是在家里,就算偶尔跟别人发生了点不愉快的事,仔细想想,其实也都挺无所谓的。在我印象中,我们上次争执是去年圣诞节的时候,他说好送我一个蒙奇奇玩偶,结果忘记了,我虽然知道他不是故意的,可的确有点不高兴,就争了两句,其实应该不算吵,因为基本只有我在生气,他一直都笑呵呵的,不停道歉,然后说:“我最近忙得都没时间剪头,你看我这头发是不是就挺像蒙奇奇的,你就当我是那个礼物,勉强收下吧。”一边说还一边逗我,弄得我到最后也气不起来了。我觉得我们一直相处得比较顺是因为他脾气比较好,想跟他吵架有点难,因为他不管遇到什

章诗瑶(女)
27岁
网络营销策划

庄乾(男)
32岁
外企人事

我觉得男人应该会少争吧?反正每次都是老婆不停地说,我就听着,反正她总有吵累的时候,等到她说累了,自己就停了。我一直都挺奇怪的,女人怎么总有说不完的话,特别是吵架的时候,我老婆生起气来讲话就跟连珠炮似的,不让她说都不行。我这人不太善于跟人吵架,公司里同事都觉得我脾气好,可我老婆不这么认为,总说我不讲话,越这样她越生气。通常她在气头上的时候,我都尽量忍着,但有时也有把我气急的时候。上周我们一起去吃饭,她非要吃一个什么新开张的西餐厅,一份牛排要500多,倒不是吃不起,只是我觉得没必要,那种牛排跟平时店里200多的也没什么区别,结果她就不高兴了,一直气到回家还没好,说我小气,天天不想着怎么赚钱,只想怎么省钱,一点都不男人。她这么说我就不爽了,那次就争得挺凶,后来差不多两三天她都没理我,她不说话,我也不太会特意开口,因为我本来就不是很善于讲话的人,也不觉得自己哪里错了,所以两个

谈谈情 说说爱

留下美好的回忆

◆ 朱云

从未曾想过,会在多年后遇见他,他的身边已然有个她。当他与我对视的时候,竟让我有着些许的恍惚。他轻声问:“这些年,还好吧。”我笑着说还好,并且告诉他,我已嫁为人妇。那天,站在街头与他聊了许久,临了,他说:“你不恨我就好,幸福就好。”他说这话的时候,脸上似乎还带有愧疚。
往事似乎也一幕幕地浮现在眼前,让我此时一想起,竟不知该说些什么。他所说的恨,对于当年的我来说,真是一时间无法面对。他离开了我,没有给我半点理由,就这样走了。他走后的日子里,让我一想到与他在一起的点点滴滴就心痛如割。只是心痛又能怎样,该面对的依旧要去面对。在那之后的日子,虽然,一再地让自己不再去想他,可是,我却总也管不住自己的心,总是在想着关于他的一切,想着他的好与不好,只是想多了,我发觉,在他陪我走过的这段日子,好竟然比不好要多得多。也就在那一刻,我在想,为什么不能多想想他的好,为什么一定要把他的无情记在心间。

两人在一起,有缘便相处,缘分尽了,就说明两人不适合,即使勉强在一起,也不会得到幸福。也就从那时起,我把这份美好的回忆,记在了心间,偶尔想起时,内心竟泛着暖暖的感觉。多年后,当我再次面对他的时候,我竟然也能够坦然地面对,而不是心怀怨恨。望着他与她离去的背影,我也在心底里祝福他能够拥有幸福。而我也渐渐地感悟到,两个曾经相恋的人,一旦分开,多想想对方曾经的好,多给自己留下美好的回忆,才不枉曾经相识相恋一场。

情爱测试

你是快速分手者吗? ◆ 小Q

假设你
决定和男朋
友说拜拜的
时候,你准备
把他写给你
的情书丢掉,
你会用什么
样的方式来
丢信呢?

- A.随手就丢到垃圾桶
- B.把信小心包扎好再丢
- C.把信折一折再丢
- D.把信撕碎再丢

解析:

选择A 一刀两断 分就分了吧!想那么多做什么呢。你是一个很干脆的女生,痛苦归痛苦,你才不想在分手后还傻傻的当一个付出感情的人呢!想得开,你,一切都是好聚好散啦!

选择B 独自品尝悲伤 你是一个心思细腻浪漫的女生,大概从没想过会有分手的一天吧!你会为分手流下不少眼泪,仔细品尝悲伤的滋味,虽然要埋葬了过去,不过,

属于你们的爱情会在你的心底藏上好一阵子才能释怀吧!

选择C 捉摸不定 你是比较情绪化啦,捉摸不定的特质,大约也是对方觉得难以相处的原因之一吧!人其实是很体贴温柔的,只是需要学着控制EQ,要不然走到分手的地步才想挽回,就真的太迟了。

选择D 复仇倾向 你的潜意识中有歇斯底里的倾向,遇到分手这样令人伤心的事,就会引爆性格中暴力的部分,如果你的分手状况令你很不堪,你甚至会想用手段来报复。看开一点吧,相信还会有更好的人在等你呢!

把爱唤醒

婆婆,请放开您的儿子吧

Q:小鹏老师您好!我每次跟老公志强外出,他都要打一个很长的电话哄婆婆。我从没想过自己婚后的生活,这么轻而易举地就被婆婆攻陷了。我们是通过朋友介绍认识的,相处不到一年就结婚了,是因为老公虽然从小在单亲家庭里长大,但性格还算乐观,人也勤奋踏实。婚后,准备享受两三年的二人世界后,再考虑生育女的问题,但这一切,都被婆婆的到来给打破了。

因为买了新房,婆婆说要从老家过来看看,自是无可厚非的事情,我也开心地接待。但是来了大半年了,婆婆越待越安逸,丝毫没有回老家的意思。这不是最让我头疼的事情,婆婆粘儿子,这才是我面对的最大的难题。“每天晚上吃完饭,婆婆都会拉着老公,要么去她的房间聊天,要么去楼下散步,聊聊天逛都要两三个小时”,我说自己在婆婆面前,似乎是一个透明人,而且有些行径,确实难以接受,“有的时候,我会带着婆婆去超市,除了买些水果蔬菜等必需品之外,她还特别关心她儿子是不是缺什么,刮胡子的刀片和内裤,她都会帮着挑选,这让我真的感觉很不舒服。我知道老公是她儿子,但是毕竟是成年人了啊,总该有点界限才对吧?”

自己也跟老公沟通过关于婆婆的事情,但是老公却劝我要多理解,“我从小就跟我妈相依为命,她依赖我对我好,都是正常的嘛,你理解一下啦,老人家都是小孩子,你就哄哄她嘛。”面对老公的解释,也确实不能多说什么,毕竟我自认还是个孝顺的女孩。不过,在忍耐了很长一段时间,我还是有点坚持不住了。因为,我跟老公只要稍微晚一点回去,婆婆就会不断打电话回来问,怎么还不回来。有的时候,我和老公要看电影,在开场前,老公就会打电话回去交代一下,但在看电影过程中,婆婆还是不断发信息过来问,电影演完了没有?如果我跟老公出去周边玩几天,他每天都要给婆婆打电话,安慰她哄她,而且每个电话都要持续至少一个小时。面对这样的情况,真的不知道该如何是好。 小薇

A:儿行千里母担忧。担忧什么呢?会不会出车祸呀?会不会没有吃的饿坏呀?会不会生病呀?会不会被人骗呀?

于是当妈的坐卧不安,日夜煎熬。古人没有办法,只能在家里自己熬着。今天呢,电话短信微信,于是儿子的电话短信不停地响起,妈妈不停地叮嘱,开车慢点啊别撞了人撞了车,逛街注意别被偷被抢,吃东西要注意别吃坏肚子……

等儿子结婚了,这种担心不但没有减弱,反而更加强烈。因为儿子跟一个陌生女人生活在一起,这个女人能不能照顾好儿子?她会不会忘记给儿子带雨伞?会不会忘记给儿子买内衣?会不会忘记给儿子做夜宵?

于是就像小薇和志强一样,志强妈妈的担心日益加重,甚至干脆住在儿子家,亲自动手,取代儿媳。

妈妈们,你们不是帮儿子,你们是在诅咒他们!有这么几句话深得大家同感。“如果一个父母常常担心他的孩子,他的孩子会没有福气;因为福气都被父母给担心掉了。”

心理学上有一个消极暗示和积极暗示。比如我们把一件价值高达20万元的水晶工艺品交给同事,如果我们这么说:千万别摔坏了,咱们赔不起,走路看着点,别滑倒了;过门框的时候看着点,别碰碎了。

于是同事战战兢兢地端着走,脑子里全是摔,赔,滑倒,碰碎等等词语,于是在楼梯的拐角,他终于摔倒了,20万元化为一堆碎片。

但是如果我们这么说:端稳了,走路注意脚下和头顶,保护好边边角角,慢一些,轻轻地放在桌子上。

于是同事脑子里的词变成了,稳,保护,慢,轻。结果工艺品安然保存。

妈妈对儿子的担心也是这个道理。各种担心最后变成对儿子的各种消极暗示,你老婆会亏待你,你老婆不会照顾你,你老婆只会花你钱……到最后,老婆忍无可忍,于是真的拿老公撒气,不去照顾老公,故意气他,乱花钱以求心理平衡……最后离婚了事。

于是妈妈的担心变成了诅咒,而且实现了。

还是那句话:“如果父母希望他的孩子有福气,就要多多祝福他的孩子,而不是担心他的孩子。”如果真的希望孩子好,不发疯,不跳楼,不离婚,那就收起你的各种担心,每天祝福自己的儿子和儿媳,在自己和儿子儿媳的脑子里全是积极的词语,和睦啦,恩爱啦,安定啦,美满啦,儿子不幸福才怪呢。

周小鹏:中科院心理所发展及教育心理学硕士、百合网首席婚恋专家、国家职业资格培训婚姻家庭咨询师三级教材编委。邮箱:zhouxp@baihe.com