

你的婚姻也在『权利争斗』中触礁吗

专家支持:
采访: 王 晨

朔源夏东豪心理咨询中心特邀专家心理咨询师
上海心灵花园心理咨询中心

【专家调查档案】

你能想象因为便秘、打呼噜等原因导致婚姻解体吗?在80后们的婚姻中,这类看似荒唐的离婚理由却真的存在。当我们从心理学层面对亲密关系的发展进行解读时会发现,在浪漫期、权利争斗期、稳定期、承诺期和共同创造期,这5个阶段中,80后们的婚姻往往触礁于权利争斗期。

【事件回放】

近日,某社区网上有一个帖子《80后那些看似荒唐的离婚理由》,发帖人罗列了一些身边80后的离婚案例。

故事一,A女婚后发现丈夫严重便秘,每天早上霸占厕所40分钟以上,便要求两人重新安排清晨如厕顺序,可是丈夫不允。于是,清晨抢厕所成了每日一战,后来丈夫抢椅子砸门,再后来两人就离婚了。

故事二,小康男与B女结婚之后,不但给她买金饰、车子,还给丈母娘买金项链。可小康男睡觉打呼,害得B女严重失眠。B女提出去医院看一看,小康男没表态,第二天,B女就发现小康男给她买的金饰没了,后面几天,因为B女不再提打呼的事情,金饰又出现了。后来,B女字斟句酌地向小康男提出是否去医院看一下,小康男继续不表态,不过第二天B女发现车不见了……

(来源:现代快报)



A 不少80后婚姻在“争斗期”触礁

据说,早些年,香港有规定,结婚后两年内不许离婚,现在这个期限调整为一年。在王晨看来,这样的规定对于婚姻是有着积极作用的。“每一对刚刚进入婚姻的夫妻都需要磨合,柴米油盐的生活和浪漫的恋爱毕竟不同。他们需要在真实的相处过程中去沟通、交流、分享、调整、包容与妥协。一般来说,关系的发展可分五个阶段:从充满想象的浪漫期开始,接着是混乱的权利争斗期,之后是彼此更了解的整合期,

再到愿意共同投入活动的承诺期,然后是充满创意的共同创造期,如此循环。每一次循环会有更多的经验、更大的自由,所以会呈现出向上的螺旋发展。大部分伴侣在面对压力时,很容易返回权利争斗期。在现实生活中,有不少80后的婚姻就触礁于权利争斗期。”

在日常咨询中,王晨处理过很多80后年轻夫妻的婚姻问题,她表示,很多年轻人,特别是闪婚族,进入婚姻后还沉浸在“王子”与“公主”的童

话世界,把自己内心理想化的爱人形象投射在对方身上,以为对方就是自己最完美的爱人。但在共同生活后发现原来嫁(娶)的是另一个人,嫁的不是“王子”而是邋遢鬼,娶的不是“公主”而是懒惰虫。于是浪漫消退,进入充满硝烟的争斗期,试图把他(她)“改造成”自己理想的“王子”或“公主”。对此,王晨分析说:“这样做的实质是控制,没有一个成年人是喜欢被人控制、被人改造的,因此,双方都感觉不爽、感觉委屈,都忍不住抱怨,控制方抱怨自己的期待落空;被控制方则抱怨生活得很压抑。”

B 要警惕在“争斗期”发生偏离

作为中国的第一代独生子女,80后从小被身边的6位大人宠爱着,没有机会像父辈那样在和兄弟姐妹的相处中自然地学习到人际交往中的竞争与妥协。因此,他们在婚姻中,与另一半的关系发展到争斗期时,很容易发生偏离,王晨总结出了三种常见的情况。

第一种是冷漠。一方向另一方表面上有屈服,放弃争夺权利,看似进入和平,实质是没有真实地投入而失

去活力。比如有些女性结婚后完全放弃自己的工作,经济上需要依附于男性,当两人发生矛盾时,下意识地放弃自己的想法、屈从于对方的意志,久而久之,虽然觉得当前的生活似乎没有可以抱怨之处,但内心却体会不到愉悦与享受,更多的则是委屈、无奈;而对方也会因接触不到一个真实的人而产生疏离感。

第二种是超越。完全脱离现实生活,

把兴趣转移到精神或者虚拟的生活,比如网络。有不少80后面面对婚姻磨合的压力,不敢勇敢地去面对、去解决,而是采取了鸵鸟式的自欺欺人的方式,每天躲到网络世界,打游戏、与陌生人聊天,假装看不到现实生活中出现的问题。这会让对方产生极大的不满、愤怒,并陷入深深的沮丧、孤独之中。

第三种是分离。即选择放弃对方、放弃现有的关系,或者干脆离婚,或者在婚姻外找寻一段新的浪漫关系。

C 离婚后别忙着躲进新的感情中

80后群体的婚姻,一直都备受关注。年轻的他们似乎并不像父辈那样对离婚有着太多的顾虑。闪离,似乎成了这个群体婚姻状态中,算不上太稀奇的现象。从心理层面来看,离婚意味着结束一段不开心甚至痛苦的关系,如果确实是觉得彼此不适合,离婚未尝不是一种明智的选择——让曾经的伤痛画上句号,重新开始新的生活,给彼此一个获得真正幸福的机会。但是,无论80后的成长环境和观念跟父辈们有多大的不同,离婚会对涉及其中的每个人造成重大创伤这一事实依然不

变。

“作为咨询师,我们不会代替来访者做出继续婚姻还是离婚的选择,每个成年人都完全可以独立、自由地做出自己的选择,同时也需要记得必须为自己选择的所有结果负责。”王晨说,“我发现,闪离族在感叹自己的婚姻时,常会表示:当时是被对方的甜言蜜语冲昏了头脑;父母给到的催婚压力过大等等,却忽略了自己在其中应承担的责任。”

对于那些还来不及生育孩子便选择了离婚的80后们,王晨建议道:“千万不要急急忙忙躲到新的感情生

活中,虽然,那或许可以缓解一点眼前的痛苦,但也有可能埋下新的隐患。先疗伤再开启新的征途,让自己在这个过程中得到成长,未来才会离幸福更近。”

在走出离异阴霾的过程中,家人、朋友的支持也十分重要。王晨提醒说:“如果你的朋友正被离异的阴影笼罩,请耐心倾听他的感受、想法,给他们足够的心理与情感支持,而非一味批评、指责或者不断惋惜。尽量为当事人分担些生活中具体的实际困难,也可以邀请他参加一些社交活动。但是,需要注意的是,你给的一切支持和帮助,都要在尊重当事人自我疗愈的节奏的基础上,过分勉强反而会适得其反。”



蛇为什么会飞

◎ 罗西

朋友从法国给我带回一件礼物,叫“巴黎空气”,装饰精美,云在蓝天水在瓶,本是一种景致,浪漫而富有想象力的法国人,却把它转化为一件礼物,平凡而有智慧,妙于“想得美”。

英国人出一本新书叫《性之外,男人想些什么?》(What Every Man Thinks About Apart From Sex),全书厚达200页,但除了书皮外每1页都是空白,究竟何意,恐怕各人理解不尽相同。不料这本售价4.69英镑“凭空”想象的“无字天书”却卖断了货。

某校艺考的一个面试题是:“半瓶红酒,不能打开瓶塞,不能钻孔,你怎么喝?”一个同学从物理学的角度分析了其不可能性,被鼓励直接参加普通高考,别走艺术路,最后被刷了;另一个同学说:“问刘谦啊!”结果呢?过了。很多时候,表现出你的能力的,不是知识,而是想象力;很多时候,表现你的风采的,不是你有多规矩,而是你有多灵活。

小儿子问我个脑筋急转弯:“只”字加一笔是个啥字?我比划了半天,还是画不出,他后来提醒我:为什么不把“只”字躺下再想?哦,想象力是要敢于颠覆,于是就有了答案,它是“冲”字。

公司老总有一天在办公室问其他同事问题,第一问:老鼠为什么会飞?同事答:因为是蝙蝠。老总说,错,因为老鼠吃了仙丹。第二问,蛇为什么会飞?同事答,因为蛇吃了仙丹。老总说,又错,笨,因为蛇吃了老鼠。第三问,鹰为什么会飞?同事答,因为鹰吃了蛇,老总大笑,说,真笨,鹰本来就会飞!想象力有个宿敌叫习惯性,它常常会把你的思维带进沟里。

著名灵狮广告公司全球董事长 Martin Puris 说过:“从A到C过程中,我们从来没有考虑过B。”杰出的思维需要跳跃,而给思维于翅膀,就是想象力。创新的灵魂就是你有没有想象力,你有没有一对隐形的翅膀?因为有了卓越想象力,科学家也变成了艺术家,最杰出的代表之一就是“苹果”创始人乔布斯,他那个被咬掉一口的苹果,几乎引发全世界的人在想:谁咬的?想象力最得意之处,就是有“缺口”,不追求圆满,起码圆满不是第一需求。



创新有时就是在不停地说不,“是”是肯定,是满足,是圆满,但也意味结束;“不”的背后是无限可能,是解放,是给你挥洒的空间。

乔布斯说:“实际上,让我感到自豪的不但有那些我们做到的事情,还有那些我们选择不去做的事情。创新,就是对一千条创意说‘不’。”

上海富民冬虫夏草销售有限公司批发部
总发一部: 南京城金水区东方路93号 50771196
总发二部: 世博金虹桥区上海路1071号 60708803
总发三部: 金浦开发区金口路272号 50753209
每克50-268元,为客户提供免费三城一部