

**【专家调查档案】**

拍婚纱、送玫瑰早已不是年轻人的专利。银发世界里的亲密关系一样可以浪漫瑰丽。放下年龄概念，放下所谓的应该不应该，我们会发现，原来有更多方式、更浪漫地表达感情。

**【事件回放】**

日前，在一影楼内，一对正打算补拍婚纱照的老人告诉记者，40多年前，拍结婚照会觉得很难为情，甚至会认为拍结婚照有“小资”之风，所以拍照的人并不多。如今，看着年轻人热热闹闹办婚礼，人生最甜蜜的瞬间凝结在一张张婚纱照中，羡慕之意油然而生，所以，在儿女的建议下，他们鼓起勇气走进了影楼。影楼工作人员介绍，拍婚纱照的老年人主要有两类：一类是为了纪念自己的金婚和银婚，以拍摄婚纱照的方式来追忆美好年华；另一类就是子女在他们这里拍摄过婚纱照，子女将影楼额外的附赠，送给了父母，让父母也体验一把披婚纱、穿礼服的感觉。

(来源：牡丹晚报)

**A 未完成情结 推动老年期浪漫**

如果，将人这一生对浪漫关系的态度，用一个曲线图来表示，那么，在这张图上，你会看到一个接近U形的曲线——老年人对于浪漫关系的信念和高中生阶段的一样高，反而是40岁左右的中年人，对于浪漫的关注、相信和追求都处于曲线的低位。所以，在老年人群中，渐渐流行起用浪漫的方式来体验和表达亲密关系，诸如拍婚纱照、吃烛光晚餐、过情人节等等，也就毫不奇怪了。

在观察老年人的浪漫关系时，另一有意思的心理学效应不可不提，那就是契可尼效应，通常也称之为未完成情结。俄国心理学家契可尼发现，一般人对已完成的、已有结果的事情极易忘怀；而对中断了的、未完成的、未达目标的事情总是记忆犹新。这种现象被叫作“契可尼效应”。对于现在的老年人来说，他们当初结婚的时代，往往只有简单的仪式，少有留下值得纪念的照片、视频，最多是到照相馆拍一张合影，摆几桌酒席宴请亲朋，然后就开始了很长时间的包含着诸多酸甜苦辣的婚姻生活。按照埃里克森的心理发展阶段论来分析，老年人的心理发展任务是自我整合，回顾陪伴自己多年的婚姻生活，当他们想要进行一个完整的了无遗憾的整合的时候，往往就会发现还有很多未完成情结。于是，有的人去补拍了婚纱照；有的人去补了蜜月旅行；有的人去补了烛光晚餐；还有的人去补了情人节……一方面是对一生的爱情生活的自我整合，一方面也带着未完成情结的完成。

对于老年人的这些追求浪漫的行为，廖丽娟表示：“这代表了老年人的生活状态的美好。从马斯洛的需要层次论来分析，人们往往最先需要满足的是生理需要和安全需要，然后再是爱与归属的需要，从这一点来说，说明我们的生活状态已经开始发生了很多变化，而且是朝向美好的方向变化，我们的物质生活已经得到比较好的改善，人们也感觉到了踏实，现在开始有可能有基础，也希望追寻精神生活的美好和幸福。”

# 原来夕阳可以更浪漫

专家支持：廖丽娟  
采访：朱砂

心理咨询师考评员  
上海市职业技能鉴定中心  
国家二级心理咨询师

**B 平凡事中寻找积极态度 经营良好亲密关系**

无论用什么方式，老人们在努力经营身边的关系，努力经营爱情和婚姻。送礼物，过情人节，拍婚纱照等等，这些形式的确很重要，对爱情和婚姻关系的经营会有帮助，不过这些还不是经营关系的核心。在廖丽娟看来，经营爱情和婚姻关系的核心在于两个人之间的沟通交流，面对问题的处理方式。

退休对于老年人而言，意味着和老伴之间有了更多的时间相处。有不少相安无事地相处了多年的夫妻，退休前各自忙着工作的事情，很少有时间交流，退休以后天天相对，反而不知道该怎么更好地交流了。“我曾看到过一对老年夫妻，在影楼拍婚纱照，

一直嘟嘟囔囔地吵架，其中一位差点脱掉婚纱，离开拍摄地点，最后工作人员好言相劝，才算是拍完。仔细观察那对老年夫妻，当初去拍婚纱照的时候，一定是带着很多美好的期待，可是，这些形式的部分毕竟无法替代两个人相处的模式的融洽和谐。”廖丽娟说。

相比之下，另一对老夫人的例子，似乎更能说明在柴米油盐的平常事中寻找积极的想法和感受，会更有助于经营良好的关系。这对老夫人的儿女都在国外，他们的晚餐几乎都是吃粥，各种各样的营养粥。每次夫妻俩吃完粥以后，就放下碗筷，不着急去洗碗，而是坐在一起交流，交流的内容非常宽泛，有老先生去公园下棋的战况，有老太太去跳舞碰到的趣事，还有今天新“研发”的粥如何，有哪些需要改进……

**C 关注共同的社交圈 让夫妻关系更紧密**

年轻时，由于工作领域和兴趣爱好等原因，夫妻俩大多有着各自的社交圈，廖丽娟提醒说，老年人在退休后不妨关注共同的朋友和亲密关系，可以在相对稳定但又有一定的开放性的朋友圈之间交往。“我曾经接触到一对老年夫妻，老太太向我抱怨老先生的过分之处。老先生的文化水平比较高，喜欢看书，喜静。老太太喜欢热闹，交往的朋友也相对比较话多。每次老太太的朋友来到家中，老先生都坐在房间里，坚决不出来，当然更谈不上打一声招呼。甚至用鄙夷的语气希望老

太太不要和这些低俗的朋友交往。这使得老太太格外伤心。”廖丽娟说，“老年夫妻之间，很可能都有相对不同的社交圈，有时候甚至有很多不同，但是仍然可以寻找到相对相同的关系空间，这往往会帮到夫妻关系的经营。这时候，参与一些共同的活动，往往可以帮助老年夫妻形成彼此社会关系的交集。”

社会心理学的研究发现，有一定交集的关系和社交圈往往会使得夫妻之间的关系更紧密。因为每一种关系的程度几乎都会需要参照体系。这对老夫人们后来找到了共同的交集，那就是一起参加摄影协会的活动，老先生喜欢拍风景，老太太喜欢拍风景中的人物。一动一静，有了别样的和谐。

**D 调整家务分担模式 有助于消除不平衡感**

老年夫妻，往往会有更多的时间相处，加上这么多年形成了一种相对稳定的家务分担模式，这种分担模式往往和当初彼此的的职业特性相联系。如果先生的工作忙碌一些，在家时间少一些，往往分担的家务就会少一些，反之亦然。但是夫妻俩都退休以后，如果还是固有的家务分担模式，就容易

产生一些不平衡感和矛盾。这时就需要通过沟通协调，形成一种重新分担模式。这是很多老年夫妻都需要面对，但同时又感觉到头痛的部分。

有一位老太太曾经向廖丽娟抱怨：“这么多年以来，我一直服侍着他的生活起居，那是因为他没空，现在每天看他无所事事，凭什么都还是我包揽啊？说不会，但总有他会的吧，总有他能学会的吧。”但是也有另外一位常年烧菜的老先生告诉廖丽娟：“我退休以后最大的成就就是把我家老太太培养成了‘高级厨师’。”



## 别装着坚强

◎ 罗西

看天象，看百花开，就是不见范冰冰的爱情迹象，她炫目，妖艳，美得惊心动魄，却黯淡于爱情。女王落单，如皓月当空，美得寂寞，圆得心碎。



去年情人节范冰冰和范晓萱一起过，俩人在录音棚里工作，今年呢？范爷高不可攀的寂寞，历历在目，难道还坚持“短期间之内不会

谈感情”？她似乎没有女性爱情状态里特有的那低于尘埃的谦卑、小家子气，以及被爱情冲昏头脑的小天真，她总出手豪迈，出口浩荡！

翻阅这位广告女王的很多广告语，似乎就是在写她，比如“稀有”、“比如‘坚韧’……最近看她在电视里，用力扯自己的秀发，再次发狠赞美坚韧，“其实我的个性里面有很多勇敢和坚强的东西”，即使摘下皇冠，她还是佩着野心的徽章，闪着妖艳、强势、欲望和名利的光泽，有着“范爷”一直保留的范儿，“她不过是想自己掌握一些主动”，因为爱情还没有真正光临，所以要刻意穿着裤子而不是裙子来表达坚强？都那么强大了，为什么还要孜孜表演坚强？高高的女王宝座，显得宽大而落寞，没有爱情左右，那座位倍感冷清。

再看看微博女王姚晨，分手过后，她的眼睛更大了，嘴巴更大了，肩膀更宽了……这些，我怎么看都是“饿”的荒凉与“空洞”的寂寥，而不是因为心气大了、格局大了。如果说，女王范冰冰被剩下，是“王得太绝对”；那么，微博女王姚晨被落单，则更显“王的被动”。女王，女强者，女明星，女精英，怎么也摆脱不了一个“女”字的沉重，爱情是女人的第一妆容，幸福是要爱情打扮的。有个数据说，女人的幸福指数，85%是身边的男人赋予的，只是女王怎么办？女王怎么可以是那难堪的15%的存在？

“女王式的姑娘”大都把自己高高地树立，其实也是把自己高高吊起来，哪怕林志玲的娃娃音如此无辜地想稀释自己的女王之冷僻，也没有用，她一样高在那里，事业辉煌，爱情垂危。

“我总是害怕，有一天你会发现，我没你想的那么好”，这是忧患女王的心声，还有更多冷傲女王高估自己的好、大、坚强与耐心。女王想下嫁，如同仙女想下凡，但是总是放不下那黄金架子。

在爱情面前，女人往往不想坚强的，只想半推半就的缴械和舒服地就范；让女王装着坚强、无所谓、无所惧，情何以堪！本是温润的水，装着坚强，就成了坚硬的冰，如范冰冰。尝遍百草后，才知真爱真痛，却无药。

