家事多小事 “小事”酿大祸

近期本市发生多起家庭悲剧 专家把脉婚姻两性教育

本报记者 **王蔚**

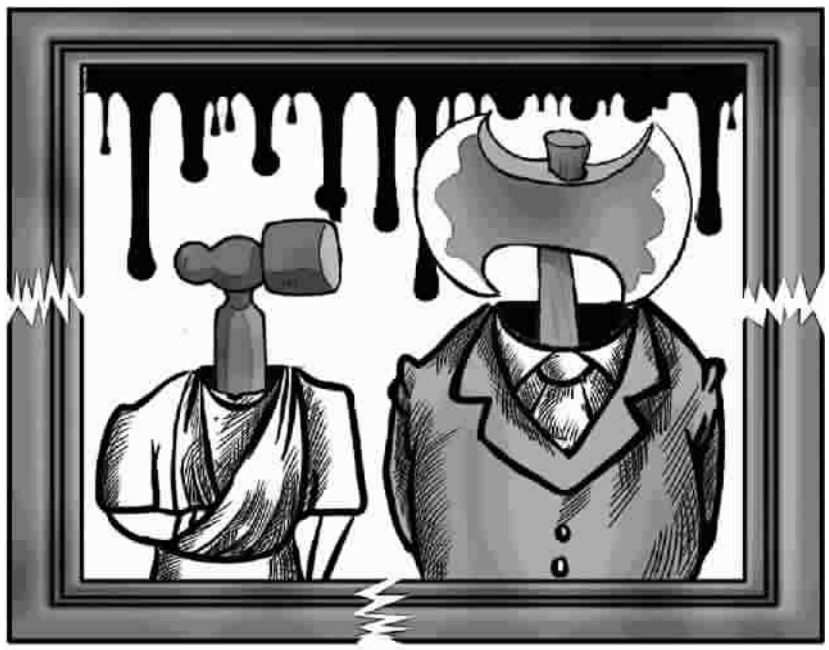
近日，本市接连发生多起因婚内纠纷引发的家庭凶杀血案，有的还殃及了无辜孩子的生命。心理专家指出，社会转型期的大都市快节奏生活，亟需夫妻乃至每个家庭成员学会包容和妥协，这样的家庭才会趋向稳定。教育专家则提出，婚姻两性教育也应当成为“从小抓起”的一项重要内容。

爱恨情仇积久爆发

综观近一个月来本市发生的多起家庭血案，为琐事争吵是主要诱因，一旦有一方情绪不能自控，便会做出丧心病狂的举动。并且，这些悲剧家庭几乎都有一个共同点，就是夫妻间的矛盾长年得不到有效化解，“爱恨情仇”日积月累地交织，最终陷入了非将对方置于死地的绝境。

“发生凶杀只是一个表象，夫妻关系和家庭关系的不稳定，才是事情的本质。”上海市心理咨询行业协会会长王裕如教授说，从心理学的角度来看，家庭里的事好像都是“小事”，但它却是最容易刺激到当事人的，也最容易使人失去理智。目前的家庭关系那么容易出现松动与裂痕，在相当程度上是受到夫妻双方人生观、价值观左右的。

在华东师大心理咨询中心咨询师陈默看来，现代人心理不健康现象比较普遍，比如，有的人能正常上下班，作为人的社会功能一点没丧失，但却常常感到十分压抑，这种压抑就往往在家庭生活中爆发出来。照理说，家庭是个人隐私最安全的地方，在所有人际关系中，亲情也应是最具包容性的，夫妻间很容易把所有的烦恼、压抑、委屈等，在家庭里全部释放出来，这就是许多夫妻容易发生矛盾的心理因素所在。



新民图表 制图 贺信

琐事位列争吵首因

“婚姻质量重在时时维护，日常关心和爱护是基础，心理、生理等细节方面的互相满足是核心。”王裕如教授说，生活中的细节是让夫妻感情朝着良好方向发展的决定因素。男人要学会“婆婆妈妈”，善用甜言蜜语。比如，妻子穿新衣服或换了新发型，丈夫要定睛多看两眼，说几句赞美的话；妻子在做家务时，即使插不上手，丈夫也不妨站在旁边说些好听的话，让她感到自己的劳动得到了认可与尊重。同样，家庭里良性的争吵是以不攻击对方为前提的，就事论事，吵完之后开个玩笑、送个礼物，烟消云散，这也是家庭生活的艺术性所在。

一般来说，在夫妻争吵的原因中，居前五位的依次是生活琐事、生活习惯、孩子、沟通交流不畅和金钱。陈默说，夫妻相处最重要的是磨合彼此的性格与脾气，但是，如果夫妻一方将不健康的心理带入家庭生活中，一旦在产生矛盾后彼此不能很好地沟通与调适，就会暴发激烈的冲突，特别是争吵时的口无遮拦，又特别容易激怒对方。对此，陈默建议，在家庭生活中妻子更应多一些智慧，因为夫妻情绪掌控的“钥匙”基本上是在妻子手中，男性在其一路走来的成长过程中，压抑往往多于女性，而宣泄的渠道也少于女性，这是由彼此的生理特征所决定的。如果妻子不善于掌握好夫妻争吵的临界点，很可能使矛盾朝着恶化方向发展。

婚恋教育普遍缺位

陈默说，婚姻家庭惨剧的接连发生，也给当下的青少年教育提出了新课题。因为，在步入婚姻殿堂之前，我国的青年男女绝大多数没有接受过科学的恋爱观、婚姻观和家庭观教育。至少，大学里应该开设一门选修课，教会已经到了婚恋年龄的大学生们，将来如何做个称职的丈夫或妻子。

上海市学生心理健康教育发展中心主任吴增强也表示，在欧美国家，人格教育是学校教育十分重要的一个内容，与身体健康教育、学科知识教育处于同等重要地位，其中，正确的恋爱婚姻观教育，又是人格教育中相当重要的一部分。就拿我国台湾省来说，从小学起直至高中，都会对学生进行科学的两性关系教育、家庭相亲相爱教育，从而影响他们的一生。

现在，我国对青少年的两性关系教育，比较偏重的是性生理教育，相对来说，性心理、性伦理教育，包括如何在未来成年后扮演好各自的性别角色，这方面的教育还比较欠缺。就以指导青少年行为准则的《中小学生守则》及其配套的《中小学生日常行为规范》来看，涉及人际交往礼貌礼节的，也只有“不以大欺小，不欺侮同学，不戏弄他人”等规定，但现实生活中十分重要的尊重女生、保护女生、男女和谐平等相处等，却没有涉及。

对此，吴增强建议，将来在修订学生行为规范要求时，不妨加入一些包括如何与异性相处，如何树立科学恋爱观的具体操守要求，“从小抓起”、提早介入，可以为青少年将来成年后组织家庭和维系婚姻生活，打下良好的道德基础。吴增强表示，也不能指望这样的“提早教育”会一蹴而就，它是一个缓慢的改变过程，重在健全人格的养成，目的是促进家庭和社会的和谐。

健全人格 是幸福家庭的基础

“婚姻从来没有像今天这样不安全，但我们追求安全婚姻的心却从未改变过。”王裕如教授说，大多数家庭血案的起因都是家庭成员间不能理性、客观地对待矛盾与分歧。

观察近一个月来本市多起家庭悲剧，有为琐事争吵不息而酿成更大冲突的，也有因婚外恋引发的夫妻情仇。王裕如教授说，家庭是个轻松温情的场所，但也有其严肃性，特别是涉及两性关系的问题，更需要当事人严肃认真地对待，要守得住道德的底线，不能指望一方“潇洒”而另一方只求“忍受”，这样的家庭关系构成肯定不会牢靠的。

此外，每一个家庭成员都要十分注意培养自己的健全人格。分析各类问题家庭，不难发现问题的出现或多或少地都与家庭成员的不健全人格有关。一种是暴躁型，他们易怒冲动、情绪失控，甚至使用家庭暴力；第二种是任性型，他们爱使性子，以自我为中心，不顾他人感受；第三种是敏感多疑型，他们捕风捉影，哭闹不休，惹得家庭鸡犬不宁；第四种是淡漠型，他们缺乏爱心和责任心，对家里人不闻不问。人格不健全的一方容易在婚姻中失去理性。从许多个案中可以发现，家庭血案往往都是缘于一方的人格不健全。

对此，王裕如分析说，在我们现在这样一个生活与工作节奏加快、日常经济成本颇高的社会，很多夫妻会将生活的意义狭窄到钱与情两点上，舍去了生命的本来意义和生活真谛，从而产生失望和挫折感。可能有些家庭血案是突发事件，但家庭成员间这种冲动与丧失理智，是与其长期的不健康心理状态和价值判断错误密不可分的。

王裕如强调，为了避免悲剧的发生，人们应该学会控制情绪，及时调整和宣泄自己的内心纠结，或向专业的心理咨询机构、社区调解组织求助。

本报记者 **王蔚**

|相|关|链|接|

最近一月家庭悲剧

■ 9月18日，浦东新区听潮南路某小区，一男子撞见妻子与另一男子有奸情，遂拔刀将另一男子刺伤，因伤势过重，被刺者不治身亡。

■ 9月19日，杨浦区平凉路某弄一居民家发生悲剧。一对夫妻因琐事争执后，丈夫竟用电线勒死妻子，致其窒息身亡。后丈夫向警方投案。

■ 9月22日，杨浦区关山路某弄发生惨剧，一女子死于该小区居民楼内，事发地点一男子又被发现坠楼身亡，之前110接警时获悉两人有过斗殴。据了解，二人系离异夫妻。

■ 10月13日，浦东新区川沙镇一民宅内发生家庭纠纷，男子在对妻子和一双子女行凶后自伤。

■ 10月14日，宝山区顾村镇某户发生一起杀人事件，一名40多岁的男子被岳父杀死，岳父随即跳楼，不治身亡。

■ 10月14日，普陀区真北路某小区一对年轻夫妻发生争吵，女子用绳索将丈夫勒死后到派出所自首。

（以上信息均据新民网报道）

萬承志堂 始創于1875年
China Time-honored Brand 中华老字号

去万承志堂看百岁灵芝王
中华老字号万承志堂举办首届灵芝文化节

体验中医文化 关爱身体健康
10月19-21日每天免费送出100份千元大礼

为答谢客户厚爱，10月19日—21日连续三天，每天前100名来万承志堂首届灵芝文化节的新老顾客，均可获赠免费千元大礼，先到先得，送完为止。

赠 100元进口西洋参一罐！
380元冬令膏方名老中医专家号一个！
500元养生调理体验卡一张！

惠 全场灵芝产品买三送一！
购买产品满500元送100元优惠券！
提供现场免费熬制阿胶膏服务，免费提供辅料！

万承志堂地址：徐汇区斜土路2421号（近宛平南路）电话：4008206696 64285596