

别让不同文化背景

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

成为亲密关系的地雷

【专家调查档案】

沪上两地婚姻的比例连续十年增长,今年结婚的四万余对新人中,两地婚姻占到了近四成,这个数据恐怕会让那些在婚姻上保持着传统观念的上海人有点吃惊。不论是否愿意承认,跨地域跨文化的两地婚姻在上海越来越多。在“执子之手与子偕老”的人生路上,跨文化的两地婚,显然面临着更多的挑战。

【事件回放】

截至4月30日,今年沪上结婚登记人数同比减少了11.67%,据此预计,今年的结婚人数同比将减少17%左右。上海的结婚登记和人口出生数量在2011年至2020年的10年内将逐年下降。而与此形成鲜明对比的则是沪上的离婚人数,目前上海平均每天344对新人登记结婚的同时也有100对夫妻办理离婚登记。虽然结婚人数越来越少,但两地婚姻的比重却不断增高,在今年结婚的4万余对新人中两地婚姻的占到了37.5%,而这也是自2002年来沪上两地婚姻人数第10年连续增长。在两地婚姻的结构中,每4对两地婚姻包括1个异地女婿和3个异地媳妇。(来源:东方早报)

A 那些“不同”会成为破坏亲密关系的地雷

电视剧里常常爱拿来自不同地域有着不同的成长背景的小夫妻说事儿,在现实生活中,两地婚姻的确需要更多的磨合。因为人际关系的一个最基本的原则就是相似性——我们更容易喜欢彼此相像的人。

心理学研究发现,那些比较幸福的夫妻通常是各方面相像的夫妻。首先,他们往往在年龄、种族、受教育水平、宗教信仰和社会阶层等方面有着相似的地方,来自相同地域的人,往往这些外在刺激信息更相像。其次,那些比较幸福的夫妻往往在态度和价值观方面比较相近。研究发现,两个人对很多事情的态度和彼此的吸引力之间有着很直接的关系,态度和价值观相似处越多,彼此越喜欢。由于人的态度、价

B 预先尝试角色扮演让我们找到交集部分

对于新的伴侣,有三类信息影响着关系的发展,首先是刺激信息,包括年龄、性别和外表的吸引力等明显的特征。第二是价值信息,对彼此的吸引程度取决于态度和信仰上的相似,比如他们是否喜欢相同的度假方式等等;第三是“角色”信息,也就是在为人父母、事业和居家等各项生活任务方面的基本观点。廖丽娟指出,很多伴侣在恋爱的时候,对彼此的政治观点、娱乐观等完全满意,但他们可能根本没有意识到两个人对于怎样生活、怎样抚养孩子等有着根本不同的意见。而且,通常,这些重要的不同之处只有在进入婚姻甚至有了孩子以后才变得明显。所以,有时候,婚姻首先面临的困扰是来自于这些信息的相似与否和可能的冲突。

怎么面对这些可能的不同和碰撞?从心理学的角度出发,当然会建议在进入婚姻之前就有一定的探讨,而不是等出现问题的时候再来被动面对。对于

C 家务和照顾孩子是最需要公平的敏感问题

两地婚姻中,另一个容易积累矛盾的因素是夫妇之间付出和回报之间的不公平。因为夫妇俩来自不同的区域,所以,要么生活在某一方生活的区域,要么是第三方区域。如果是第三方区域,通常付出与回报之间的对比不明显。如果是生活在某一方父母所在的区域,就比较容易付出和回报不均等的现象。

曾有一对夫妻找到廖丽娟做关于婚姻问题的咨询。妻子对丈夫说:“结婚这么多年,大部分时间都是在你家过年,很少去我家过年。”

丈夫回答:“结婚这么多年,我父母为我们付出那么多,多陪陪他们过年不是应该的吗?而且你家里来的人都是住我们家,我们家亲戚就不存在那么多需要麻烦我们的地方。”这些话说得很直接,听的人不会太舒服,但这是客观事实,你不得不承认,这中间会有付出和回报之间的不平衡。公平理论认为,最令人满意的情形是对结果进行公平的分配。如果你感觉收益不足,可以改变伴侣的贡献,来恢复实际的公平,也可以要求更好的待遇来改善结果。比如,先

值观形成往往是在青年阶段,所以,那些虽然不在一个地方出生,但是在同样地方接受大学教育的异地夫妻,往往会拥有相似的态度和价值观,这使得他们的感情的亲密性比较容易维持。

在日常的心理咨询中,廖丽娟发现,很多夫妇的争执往往来自于态度和价值的差异,差异越大,往往争执越大。“曾有一对夫妻,一个人认为孩子只要散养,一个认为孩子需要严厉教育,这对夫妻经常吵得不可开交,谁都说服不了谁,吵到后来已经忘记他们是在讨论怎样做对孩子比较好,而陷入到夫妇俩谁更有道理上了。态度和价值,从心理学来说,没有很明显的对与错,如果一定要争出对错,就可能对感情受到很大的冲击。”

已经步入婚姻的夫妻,廖丽娟建议说:“最佳的应对方式是进行预先的探讨和角色扮演。这通常能帮助彼此形成更好的了解和沟通,形成一个相对共同的区域——双方都能接受的一种不同于彼此,但是又能彼此和谐自在的方式。”

对金钱的观念,对孩子教育的观念等,可能是许多夫妻会产生分歧的焦点。“很多来我这边的夫妻,意识到伴侣对孩子的教育理念和自己如此不同的时候,很容易产生愤怒甚至指责等情绪和行为,这使得双方都进入了对错之争,却没有意识到这本身真的很难有对错。”廖丽娟说,自己通常会建议这些夫妻,先各自充分表达自己的观点,彼此有了一定的了解之后,不再纠结于谁对谁错的分析,而是思考,怎样是对孩子比较好?我需要调整哪部分,保留哪部分来更好地帮助孩子,你需要调整哪部分,保留哪部分,然后在这个家庭里面形成对孩子教育的基本规范和操作。

生的父母照顾孩子比较多,妻子可以增加家务等方面的付出,让先生感觉到平衡。

心理学的研究发现,在家庭中有两个敏感问题最需要公平,那就是家务的分配和照顾孩子。当这些家务琐事被公平地分担,配偶们往往更容易感觉到满意。不过,在很多时候,妻子往往很难在这两件事情上获得公平,所以心理学研究者会提醒丈夫们:“如果男人想要一个幸福快乐的妻子,他可以多吃一些家务,帮助照管孩子,始终保持自己的热情!”

插画 孔雀



时光心语

从了解抵达爱

◎ 章红

报章杂志上,常见这样一种亲情故事:

在“我”成长过程中,父亲忙于自己的功名事业,对“我”疏于闻问;他又不善流露感情的男人,所以“我”很少感受到父爱的温暖。自进入叛逆的青春期后“我”与父亲发生剧烈冲突,身为父子(或父女),彼此之间从来不知该如何对话。后来,因为一件意外的事或在某个特定的场合,“我”窥见到父亲内心是深爱着“我”的……于是释然、感动。

总是这样,父母与孩子,长期处于隔膜中,互不理解中,然后某一个瞬间的真情流露,使得身为儿女的意识到父母的爱,不由得为亲情的伟大潸然泪下,所有的遗憾仿佛都可以一笔勾销……在亲情故事中,这是我最不喜欢的一类,它对人对人有一种误导作用,以为血缘亲情是一种凝固不动的东西,不需要栽培不需要浇灌,不管你在不在意,它都在那里。

事实呢?和一切感情一样,亲情首先是人与人之间的关系。而人与人之间就需要相处,需要彼此付出时间与心力,才可能收获情感的硕果。

龙应台女士曾经写过她与儿子安德烈之间的故事:

安德烈十四岁的时候,龙应台离开欧洲,前往台北任职。等她卸任回到儿子身边,安德烈已经是十八岁小伙子,身材高大,眼神宁静深沉,坐在桌子另一边,有一点“冷”地看着妈妈。

就好像突然砰的一声,婴儿长成了青年。龙应台感到极大的不适应,“我的可爱的安安哪里去了?”

她走近他,他退后;她要跟他谈天,他说,谈什么?一开口,他发现即便他愿意,她也不知道说什么好,因为十八岁的儿子,已经是个她不认识的人。

龙应台清醒地说:“我知道他爱我,但是,爱,不等于喜欢,爱,不等于认识。爱,其实是很多不喜欢、不认识、不沟通的借口。因为有爱,所以正常的沟通仿佛可以不必了。”

就是这样,爱有时候是个陷阱。孩子与父母之间血缘带来的亲密联系从来是毋庸置疑的,但是,你们之间相互了解吗?你们的心灵彼此沟通吗?答案却远不那么确定。这世上,有多少无法对话的父子,相互怨怼的母女?多少父母与儿女,深爱彼此却无话可谈,亲情犹在却形同陌路。



龙应台后来花了巨大的心力,重建与儿子的联结。她要认识长大的安德烈。她要认识这个人。亲情与生俱来,在血液中自动运行;而了解、认识一个人,却需要付出耐心与智慧,就像汪洋中的两只船,要靠拢在一起,需要彼此做出何等艰难的努力!

但爱的真正价值正在于这种努力。努力去了解一个人,这是一种尊重的姿态。光有爱不够,还要有了解。有了了解的爱才能穿越蒙昧,穿越本能,在爱中灌注以明澈自由的理性之光。