

春节也是矛盾暴发高峰期,心理专家告诫—— 夫妻擦出“火”话不妨冷处理



健康热线新春速递④

春节是个祥和的日子,但由上海市心理咨询行业协会会长王裕如教授领衔的知音心理咨询中心,66059873 心理热线电话却铃声不断,夫妻吵架或相互怄气,成了个别家庭的假日“颤音”。心理专家表示,放长假为夫妻暴发矛盾提供了时间和空间,如果调适得当,就会冰释前嫌,否则就有可能“山崩地裂”。

夫妻矛盾说不尽

有位男士在热线电话中坚决要求离婚,接线的专家在听取双方的陈述后却发现,女方完全没有离婚的念头。原来,事情的起因只是老婆在年

前逛街购物时,给自己的爸妈买了新衣服,准备拜年时作为孝敬老人的礼物,但当老公提出给自己的父母买礼物时,老婆却不肯结账。

还有一位女士来电诉说,前夫一边在与自己谈论复婚,一边却与其他女人谈恋爱。但男方的说法却相反,认为女方家庭自恃家财万贯,看不起他,过年过节时也几乎不让他与娘家的其他亲朋好友平起平坐。所以,每到春节他越感到自己十分孤单,常常会有无名火直蹿脑门的感觉。

争争吵吵皆琐事

王裕如教授在分析了众多咨询电话后,总结出了每逢春节长假成为夫妻矛盾暴发高峰期的原因。她说:

“下沙烧卖”好吃又好看 浦东新区非遗食品有传承

本报讯(记者 孙云)2011年入选浦东新区非物质文化遗产后,流传百年的下沙烧卖在2012年春季成为了微博上炙手可热的特色食品。蛇年新春,下沙烧卖第三代传人周丽娟和第四代传人郑玉霞母女为了将在航头镇下沙地区建成的非遗传承基地忙进忙出。“要让参观者能看到现场包制的过程哦!”力求把浦东新区首个食品类非遗传承基地搞得像模像样。

下沙烧卖是浦东南汇地区特色点心,自明代沿袭至今。烧卖皮用特殊擀面杖手工擀制,与普通烧卖以糯米为馅不同,下沙烧卖的代表品种是汤汁鲜美的鲜笋肉馅,还用一种用豆沙、核桃肉、瓜子肉和陈皮橘制馅。每

年仅在春季上市,品尝时间通常不足两个月,尤以第一场春雨后至清明前春笋上市时风味最佳。

不过,由于种种原因,已经正式注册“下沙烧卖”商标的下沙烧卖反而在下沙难觅踪影,仅在浦东新区惠南、周浦、航头等镇设立了七八个代销点,使得许多市民难饱口福,也不利于下沙烧卖的传承发展。

近日,航头镇文化中心非遗办与下沙烧卖两代传承人携手,春节后,传承基地将在下沙揭开盖头,不仅将常年展示宣传下沙地区的传统食品,也有望引入浦东新区其他非遗食品,将具有浓郁乡土特色的饮食文化发扬光大。



洋太太过春节

浦东新区仁恒滨江园可谓“小联合国”,1900多户居民来自60多个国家,六成多来自境外,巴西“洋太太”罗萨娜(Rosana)也是一员。

在中国春节,“洋太太”们相约一起参加小区舞龙舞狮活动,罗萨娜还在家里开起“小联合国”派对,邀请朋友们来家里过个热闹的中国年。

罗萨娜见到居委会社工陈谊,第一个动作就是来了一个“熊抱”,她的热情马上感染了周围的每个人,“在巴西,大家见面都是这样打招呼的。刚来

上海时,我发现大家见面只是点头示意,或者握握手,很快,我把巴西式见面方式‘传染’给周围许多人了!”

热情的罗萨娜原本在巴西开办了一所学校,并担任瑜伽和素食烹饪老师。2010年,在香港汇丰银行工作的丈夫调到上海,罗萨娜也一起来到上海生活,2个儿子中的1个也来到上海,子承“母”业,在上海当瑜伽老师。

“平时大家都忙于工作,即使有矛盾、有隔阂甚至有较严重的分歧,也不一定有时间大吵。比如,有的男方或女方会选择用工作、应酬消磨掉业余时间,回家时已是精疲力竭,但春节就不同了,两个人24小时呆在一起,一旦遇到芝麻绿豆的琐事做导火索,就会将所有的怒气和怨恨都发泄出来。”

王裕如说,假日使得夫妻由“太忙”一下子转入了“太闲”的状态,也为“寻相骂”留下了时空。

“红线”绝不可逾越

在听取了倾诉者的委屈后,知音心理咨询中心的专家会耐心地启发发生矛盾的夫妻,不妨利用假日相对空闲和私密的时空,为充分沟通意

见、化解矛盾提供一个契机。有些问题不妨先冷处理一下,切莫采取“以暴制暴”的方式。

“牙齿和舌头也会打架,夫妻争争吵吵本是正常事。”王裕如告诫来电寻求帮助的夫妻,有时,偶尔的“良性”争吵还能增进感情呢,一是能听到真话,因为吵架时双方会把平时藏着掖着的话都一吐为快,这有利于了解对方的真实想法,以便吵架后能互相解释、调整自己的行为。二是有利于负面情绪的宣泄。但她表示,夫妻争吵是要有底线的,即不能动辄把“离婚”作为口头禅,不能殃及双方老人和孩子,老公更不能动手打老婆,这是绝对不能逾越的“红线”。

本报记者 王蔚



“小上海”播放老唱片

蛇年新春里,古镇周浦“小上海”步行街热闹非凡,充满了浓郁的文化气息,剪窗花、画葫芦、老上海

上世纪三四十年代的歌曲也随着老留声机的播放而在人们的耳边萦绕。

图为收藏爱好者鲁老伯用老留声机播放当年的老唱片

杨建正 摄影报道

感受中国年味:拜年拜佛敲花鼓

巴西太太把“熊抱”传给居民

大年初一,罗萨娜和法国“洋太太”夏泰尔(Chantal)等相约,一起和家人参加小区组织的舞龙舞狮迎新活动。“敲起大花鼓,福祿寿三星给我们拜年,热闹极了!”罗萨娜和邻居们玩得不亦乐乎,“洋太太”们又相约,还要参加小区的元宵家庭联谊会,还要让孩子上台献艺呢!

因为小区的居民来自世界各地,

罗萨娜并没有背井离乡的孤单感。“我已经去过3次北京、3次西安,还去过桂林、云南等35个中国的景点,几乎每个月都有旅行计划!”

在春节期间,罗萨娜也把自己的生活安排得“满满当当”,去静安寺拜佛,在家里开派对,“朋友们来自世界各地,阿根廷、加拿大、日本,当然,还有中国!” 本报记者 宋宁华

今晚电视节目预告

(电视节目预告仅供参考
以电视台当天预告为准)

央视一套

14:26 电视剧:东西宫略(5-8)
17:50 吉尼斯中国之夜
19:00 新闻联播
19:38 焦点访谈
20:05 电视剧:全家福(36、37)
22:00 晚间新闻
22:40 百花迎春-中国文学艺术界2013年春节大联欢

新闻综合频道

19:14 法制春节特别节目《温暖·城事》三《心灵之约》
19:45 连续剧:猎杀(22、23)
21:30 新闻夜线
22:05 名医话养生(春节特辑):抗衰老 老排排毒
22:33 连续剧:浮沉(18、19)

星尚频道

19:00 人气美食
20:00 甲方乙方
21:00 今日印象
22:00 行走的美味
23:00 生活全接触-从心美
23:30 生活全接触-星尚精选

电视剧频道

19:02 连续剧:雅典娜女神(3、4)
20:44 连续剧:战狼(36)
21:35 连续剧:隋唐演义(15-17)
0:04 连续剧:步步杀机(22、23)
1:43 连续剧:箭在弦上(14-18)

五星体育

19:00 体育新闻
20:00 专题片:斯篮搏2012中国全明星赛(1)
21:30 直播:2013斯诺克威尔士公开赛第二轮(7局)
0:00 弈棋耍大牌春节特别节目(3)

东方卫视

19:00 新闻联播
19:32 《顶级厨师》春节特别节目
22:30 今晚80后贺岁剧极品大作战(3)

23:30 子午线

纪实频道

17:30 寰宇地理:寻找亚洲象
18:30 探索
19:25 中国珍稀物种-震旦鸟雀
20:01 眼界:亚马逊兄弟
20:30 往事:那歌·那人系列二“天后”王菲
21:00 档案:《新搜神记》系列3:财神传奇
21:27 真实第25小时:回味·舌尖上的中国(三)
22:30 沙场:舰载机飞行员是如何炼成的
23:00 传奇:魔术大揭秘(1)

娱乐频道

19:00 开心七天乐-主持人与笑星迎新春
20:30 开心七天乐·笑林盛典-欢欢笑笑迎财神

外语频道

19:00 Real Fun 秀真集
20:00 少年魔法师
20:30 City Beat 城市节拍

21:00 Shanghai Live 直播上海
21:15 on the red carpet 红毯秀
21:45 ITO 白领白话
22:03 High Drama 影视总动员-魔法奇缘

艺术人文频道

19:00 万象
19:30 星光现场精选
20:30 魔法偶像精选
21:37 新青年剧场:乱世佳人(14、15)
23:25 晓松说
23:35 光阴的歌精选·我和春天有个约会

东方电影频道

19:00 黄金强档剧场:武林猛虎(17-19)
22:00 环球影院:黑客帝国2
0:45 午夜经典:白发魔女传
2:25 国产影院:新十字街头
4:20 国产影院:天龙八部

哈哈少儿频道

12:54 动画片:奇思妙想喜羊羊(4-6)

一线修理工六成为外来务工人员
本报讯(记者 张欣平 特约通讯员 吕高生)随着城市公交的发展,不少外来务工人员加入到公交行业中,成为新上海人。蛇年春节期

间,许多新上海人放弃了回家与亲人团圆,与广大公交从业人员一起坚守岗位。昨天晚上,记者来到巴士三汽真南修理厂,只见车间里灯火通明,为确保凌晨公交车准时正常出场,工人们正在对一辆辆刚“进场”的车辆进行检修。修理厂党支部书记薛明浩告诉我们,现在厂里一线工人中有百分之六十多是外来务工人员,一旦他们集体返乡过年,会给公交车的机务保障带来影响。今年许多外来维修人员,都能顾全大局放弃返乡,主动留下加班。来自安徽六安的新成海,是厂里的生产骨干,也是农民工中唯一的技师。他的妻子身患疾病急需照料,为保证春节期间的工作,他节前提前回家将妻子安顿妥当

后,立即返回了工作岗位。来自江苏盐城的党员韩春山,到公交企业工作已十多个年头了,每逢节假日,他知道修理厂人手紧缺,都会主动请缨,要求加班。今年春节韩师傅也不例外,前三天他先后为七辆公交车排除了大小故障。

长宁家庭医生送“福”到家

本报讯(通讯员 凌妍 记者 施捷)春节前夕,长宁区卫生局开展“迎新春,送健康,家庭医生送‘福’上门”活动,家庭医生上门向区域内签约家庭送上新春福袋共计1万份,以便居民们能更多地了解政府为辖区内居民建立的惠民健康服务团队,享受到更为便捷、高效的健康管理服务和基本医疗服务,让家庭医生真正成为居民的医生朋友。

福袋内含物品包括春联、“福瑞驻门百岁长,安康伴人万日宁”的福字贴、家庭医生宣传单页、惠民服务礼券、年夜饭健康菜谱、小药箱、口罩、湿巾、婴儿牙刷(部分)等。

15:57 动画片:海绵宝宝(71、72)
18:00 动画片:数学荒岛历险记(3)
19:00 动画片:果宝特攻2(12)
20:00 情景剧:课间好时光(20)
20:30 动画片:宝贝女儿好妈妈之快乐的家庭(15)
21:30 为何逗精选
22:03 哈哈小店

炫动卡通卫视

18:00 动画片:小魔女蒙娜(9-11)
19:30 动画片:喜羊羊与灰太狼之开心日记(16)
20:30 动画片:斗龙战士(8-10)
22:00 动画片:家有外星人(23、24)
23:00 动画片:加菲猫的幸福生活(52)

上海教视

19:35 夫妻天下:春节特别节目《追爱锦囊》
20:25 帮女郎
21:15 特别传真:我该不该拯救你
22:05 精品剧场:一场风花雪月的事(13、14)