

康健园 / 心理·情感

男左女右



“虐恋”情结

◆ 冷汐

不知什么时候开始,“虐恋”成了荧屏热播剧的必备元素,看着主人公被骂被打被误会,观众也跟着又哭又怨又揪心。明明看得很难受,却又偏偏欲罢不能,“虐恋”的魅力到底在哪里呢?



本来我对“虐恋”没什么感觉,这几年不是泰剧流行嘛,我老婆天天看,有时半夜还在那儿边看边哭,把我弄得莫名其妙。后来又有什么《宫》《步步惊心》什么的,反正她一部也没落下,有时还拉我一起看,说什么男主角多帅多帅,女主角多可怜之类的。在我看来这都是给小女生看的,就应了那句话——“男人不坏,女人不爱”。可能女生都希望有段轰轰烈烈的爱情,谈恋爱的时候还好,大家对彼此都挺上心的,也会想着说经常约会看电影什么的,但结婚久了就很难。像我和我老婆,结婚已经7年了,人家都说七年之痒,我们虽然没那么严重,但肯定也不如谈恋爱时那么浪漫那么有激情,为这我老婆总抱怨我,说我对她没以前好,你说这大家天天都上班挺累的,哪还会想那么多啊。我老婆还总拿电视剧里的男主角教育我,“看人家四爷还为若曦挡箭呢,老公,如果是你,会吗?”我有时真不知道女人怎么想的,那明明就是电视,都是假的,有什么可比的?两口子过日子,哪家不是平平淡淡的,都像电视剧那样两天一小吵,五天一大吵,不累吗?难道非要弄得要死要活的才叫爱?

我大学读的是设计,现在在一家广告公司做创意,收入虽不算高,但养活自己没问题。像我这种年纪还没结婚的,应该叫剩女吧。可我觉得无所谓,自己过得好就行,而且我们这个圈子的男生真挺不靠谱的,花花心思都很多,很难遇到靠谱的。我平时就上班,回家就看看电视,韩剧、泰剧都挺喜欢的,你说人家那男主角怎么就能那么帅呢?对女主角多专一啊,我

希望自己未来的老公也能这样对我。我身边很多女生都喜欢看那种很虐的剧,觉得很过瘾,有时看着女主角受伤就好像自己是她一样。但看到她和男主角那种生死相许的感情又会被打动,觉得再苦再虐都值得了。我觉得现实中这种什么都不顾的感情太少了,很多人谈婚论嫁都讲条件,男生挑女生年轻漂亮,女生挑男生有车有房,好像什么都是交易一样。我还是挺希望自己以后能谈一段真挚的恋爱,跟自己喜欢的人结婚,我看到过很多同事朋友结婚了也不算开心,都说年龄到了差不多了,我觉得这样很没意思,可能是因为学艺术的吧,总觉得很多东西还是纯粹点好,爱情也一样!

【冷汐爱问答】
让人痛并快乐的“虐恋”你经

历过吗?是不是至今仍记忆犹新呢?其实,我们对痛苦的感受能力要强于快乐,这也是为什么往往悲剧更容易成为经典。但“虐恋”剧流行真的代表我们渴望被虐吗?也许未必。现代社会让许多人不得不为工作和生活而奔走,有时难免忽略或压抑内心的感受。情感奔放,大起大落的虐剧让观众在看的同时也跟随一起释放情感,某种程度上达到了舒压的效果。另一方面,无论男人还是女人,都渴望在两性关系中获得被关注被关心的满足,虐剧的盛行在另一个侧面反映了现代男女对真爱的渴望。如果你的另一半最近喜欢上了看虐剧,千万不要抱怨,这对你可能是个信号,提醒你该多花点时间经营彼此的情感了。不妨带TA出去吃吃饭,约个会,或者设计个小惊喜,重新找回彼此的热爱时光。

把爱唤醒

好朋友转变成男朋友,靠谱吗?

Q: 我的好朋友是一个男生,我们从小在一起长大,我和他的关系特别像我是他的好哥们,他是我的蓝颜知己。我们知根知底,什么事儿都告诉对方,我帮他追过女孩,我失恋时找他哭诉过,但就是从来没有想到过成为男朋友和女朋友。家里人看我工作两三年了还没有男朋友,就逼我相亲。我很配合,但相了几次后实在失望,不愿意再去,爸妈的脸上开始挂愁容了。有一次实在怕了妈妈的唠叨,我把他拽着充当男朋友回家。结果爸妈对他考察一番非常满意。那天晚上拽着他的手,我好像也有点感觉不一样,觉得有他当男朋友也挺不错。跟他说了这种感觉,他哈哈一笑,说“可以啊!我来当你的男朋友!”现在每一天我都感觉很甜蜜。但我的闺蜜却说这不靠谱,说我们这只是权宜之计,要不了多久,我们的爱情就会到头的,我们的友谊也不复存在。我被这种结局吓坏了。我想问一下,好朋友转变成男朋友,真的不靠谱吗?

A: “好朋友”和“男朋友”虽然只有一字之差,但却有很大的区别:好朋友是以友谊为纽带的,关系可以亲近、可以离开得远一些,但男朋友是以爱情为纽带的,建立的是亲密关系,在心灵上的距离更近。人们可以对好朋友没有任何要求、非常宽容,但对男朋友却有很多要求,对男朋友误解自己会更加难过和伤心。

好朋友可以转变为男朋友,其优势是相互了解、熟悉、真诚和信任,拥有很多共同的记忆和时光。这几点本来就是爱情长久的基础。但也有不好之处:缺乏激情和新鲜感,缺乏迷恋感。很多年轻人都会把激情、迷恋作为爱情的基本元素,把探索和了解对方当作恋爱的必经过程,而像你在信中提到的好朋友关系,已相处多年,即使转变为男女朋友,也不再会有多少激情,对探索彼此的好奇心可能也没有那么强。有时候会因为过于熟悉而不做掩饰,或较少付出努力去进行印象管理,反而会让对方无法接受这种真实。

每个人需要的恋爱类型不同,有人看重激情,有人看重迷恋,有人看重双方的基本条件,有人看重物质基础。不知道你们两人看重的会是什么?如果你们看重的是信任、安心,我相信你们的恋爱是非常甜蜜的。但如果你或他要的是激情,你们的恋爱不会持续太久。

你的闺蜜警告你有可能恋爱不成,好朋友也做不成。有可能,从亲密关系退回去,仍然能够做成好朋友,这是一件比较难的事情,需要双方的配合和经营。但不是做不到。恋爱是一座很好的大学,不论结局是怎样的,都会修到学分。现在很多人是不敢爱、害怕爱,你现在感觉很甜蜜,不妨让自己继续甜蜜下去。如果将来能够修成正果,那是一桩佳缘。即使将来各奔前程,这样的经历也是有意义的。不必害怕和担心。放心去爱。

严文华 华东师范大学心理与认知科学学院副教授、心理学博士。硕士生导师,上海心理协会理事。

谈谈情 说说爱

单身的你可曾孤单?

◆ 莹儿

单身的你可曾孤单?这听起来是个悖论,既然是单身,自然很孤单。然而,现代男女对“单身”和“孤单”却早已不再单纯地画等号。那么单身状态中是男性更想早日“脱光”,还是女性更觉得孤单呢?在最近世纪佳缘发布的《突破“阻爱”,不孤单》中国单身男女孤独指数中,我们发现,单身男性的孤独感指数高达78.0,远远高出单身女性的68.9。感受力往往更强的女性却在感受孤单方面具有更强的抵抗力,这样的结果多少让人有些大跌眼镜。报告指出,尽管在世俗眼光里男人通常是爱情中占据主动的一方,但是“男追女如隔山”的难度却让不少男性望而却步,选择观望。对情感和婚姻的慎重让他们在承受巨大社会压力的同时,对孤独的感受也越发强烈。而面对多数女性在物质条件和精神需求上的“双高”标准,经济能力成了男性追寻真爱的一大阻碍。看来,无论男女,想要摆脱如影随形的孤单感,突破局限,勇敢去爱,才是各位单身男女的第一要诀。人觉得有些无趣。鲜花和礼物都是很好的帮手,可以帮你蜕变成贴心又周到的浪漫情人。

情爱测试

你是爱情狂徒吗?

◆ 小Q

每时每刻都希望对方想着自己,会因为TA的异性好友而吃醋发火,总是好奇伴侣的行踪和动向……恋爱中总有一些狂热分子,他们爱得轰轰烈烈,却也往往伤痕累累。你是爱情狂徒吗?也许只有走进魔法森林才能知道。

经过长途跋涉,穿越荒芜的土地,你来到了寻找已久的魔法树林。这里林荫茂密,静谧安宁,沿着羊肠小道蜿蜒而上,眼前豁然开朗,你终于找到了传说中的能量之境。你觉得它会是什么样子呢?

- A. 喷涌而出的能量喷泉
- B. 熊熊燃烧的能量火焰
- C. 静谧泛光的能量湖水

解析:
选择A: 爱情狂徒指数 60%
恋爱中的你活泼而阳光,总能带给人意想不到的惊喜。你对爱情期望很高,认为爱情就该是快乐而有趣味的,喜欢花心思制造浪漫,也很享受跟对方一起研究如何过得浪漫。跟这样的你在一起从不会感到无聊,总能在恋爱中获得饱满的满足感。偶尔,你会因为意见分歧而与对方发生不快,影响恋爱心情。其实,在恋爱中,争吵和不快在所难免,而这也是一种浪漫,真实而可贵。

选择B: 爱情狂徒指数 90%
“我觉得你控制欲太强了,跟你在一起很辛苦。”恋爱中的你收到过这样的投诉吗?爱情狂徒往往让人觉得霸道而强势,其实他们往往是最没安全感的那一个。因为担心失去,于是将控制等同于爱,结果恋情往往无法长久,发现自己离爱



情越来越远。爱源于尊重,喜欢对方,就该尊重TA的状态和样子。如果你是爱情狂徒,建议先学着放松自己,给对方更多信任和空间,做个懂得尊重又讨人喜欢的另一半。

选择C: 爱情狂徒指数 30%
你离爱情狂徒实在有些距离,因为其实你是个绅士。对另一半

来说你是安抚人心的高手,和你在一起总能觉得温暖和踏实,充满安全感。你信守着爱情中相濡以沫的永恒法则,很少发火或嫉妒,总能平静应对彼此的问题。只是,这样的你有时少了些许激情和浪漫,让人觉得有些无趣。鲜花和礼物都是很好的帮手,可以帮你蜕变成贴心又周到的浪漫情人。