

## 家庭矛盾系列——

## 夫妻间多念情少讲理

□ 记者 朱娜 实习生 王敏

谁都渴望有一个幸福的家庭,夫妻关系融洽。可是,两口子在一起过日子,免不了磕磕碰碰。为啥有的夫妻能白头偕老,而有的夫妻却说离就离,这其中有何秘诀?

## 恋爱、结婚两码事

“谈恋爱的时候,总以为有了爱情,就能过好小日子。”涧西区王先生说,“可现在才发现,结婚和谈恋爱真是两码事。”

王先生今年32岁,由朋友介绍与妻子魏女士认识并结婚。夫妻二人相恋多年,原本以为相互很了解,可婚后还是出现了一些小摩擦,尤其是有了孩子之后,二人的矛盾不断升级。原来,王先生的玩心较大,喜欢与同事们一起喝酒、唱歌、打牌。刚结婚没有孩子时,他经常出去玩,妻子并没有太多怨言。可是,有了孩子之后,情况发生了改变。有几次孩子生病了,在家哇哇大哭,魏女士在家怎么哄也不行。可当时王先生却在外面玩,魏女士很伤心,甚至想到要离婚。魏女士说:“孩子小,家里事多,可他一点也不体谅我,玩心一点都不减。都说结了婚有了孩子的男人会变得成熟,可他怎么一点责任感也没有?”

对此,王先生也感到很委屈,他说:“我也没有干啥出格的事,有些应酬真的推不掉。孩子生病了,我在家呆着,他就能痊愈吗?我出来之前,都是先把饭做好,有时我加班回家晚,妻子也有意见。她整天看我不顺眼,就知道挑我毛病。难道我真的一无是处?”



## 安全度过夫妻三阶段

夫妻关系是人一生中维系时间最长的关系,也是人际关系中最复杂和敏感的一种。洛阳市心理咨询研究会常务理事、国家二级心理咨询师吕甫表示,夫妻关系受社会文化传统和经济发展状况的影响,就是通常人们所说的家庭是社会的缩影,同时,也受夫妻个体不同成长经历的影响。夫妻二人结婚,不单是两个人的结合,更是两个家庭的结合,是两种不同思想观念的交流与碰撞。

夫妻关系从心理角度可划分为感觉、知觉、意象三个阶段。所谓感觉阶段就是夫妻的热恋期、激情期。一个人为什么

会喜欢另外一个人,然后决定把终身托付给这个人?除了外在的社会原因和生理因素外,从心理层面来看是个人的成长经历中受到父母,特别是异性父母和父母关系的影响,慢慢形成理想中的白马王子或白雪公主的形象。但这是一种自我感觉,当自己所爱的人身上有一些甚至只是某一点和理想中的形象不谋而合时,就会产生强烈的光环效应,把对方想象成一个完美的意中人。当激情过后进入知觉阶段,会理性和全面地认识对方。这是夫妻关系的关键阶段,当对方的表现与最初认识时有所不同时,有些人会说“我看错人了”、“我上当受骗了”等之类的话。进入意象阶段,夫妻逐渐从内心深处真正认可和接纳对方,

并调整自己角色重新适应对方,会感受到古人所说的心心相印。

## 以包容之心看对方

人无完人,每个人都会有缺点。自己也有缺点,为什么不能容忍别人有缺点呢?

市资深心理咨询师杜彬说,夫妻相处要多念情。夫妻地位以及在家庭中承担的事务,没有绝对的平等,它总是围绕着爱情和亲情上下波动,有时妻子宽容一点,有时丈夫后退一步,这应该是夫妻地位的正常状态。尤其是妻子要多看丈夫的优点,学会赏识丈夫,丈夫也不要吝啬自己的语言,要多赞美自己的妻子。当夫妻二人的人生观、价值观出现碰撞时,两人常会觉得意见不一致,甚至有时觉得对方很陌生。这是一种正常现象,是必须经历的过程。当夫妻二人努力渡过这个时期,感情会进一步深厚。“你还是不是男人”、“你真像个老太婆”、“离婚”等之类伤人的话,不要轻易出口。要知道话一出口就收不回来。不是这个人变了,而是激情过后你看到了更真实的对方。

“有些人在婚姻中遇到冲突、矛盾时,用婚外恋的方式来应对,靠此来宣泄压抑的负面情绪。”吕甫说,这样做只会让夫妻关系恶化,自己也更加痛苦。这是对已经形成的自我概念和定位的冲击与挑战。如果夫妻关系出现矛盾,二人要主动找出问题的症结,并有针对性地解决。

网友热议玉凤征婚,专家提醒:

## 求成功,投机心理不可取

□ 记者 朱娜 实习生 王敏 通讯员 卢俊喆

这是一个张扬个性的时代,也是一个网络化的时代。当个性遭遇网络,便有一个个网络红人被催生出来,比如芙蓉姐姐、罗玉凤等。

罗玉凤,一个出生于赣江的普通女孩,以高调征婚迅速蹿红网络。她身高1.46米,大专学历,是上海某超市的一名收银员。她自称“9岁就博览群书,20岁达

到顶峰,前后300年无人超越”。她曾在上海发放上万份征婚传单,也曾某电视节目上公布7大极为苛刻的征婚条件,“必须为清华、北大硕士,精通经济学,有国际视野,身高1.76米到1.83米”等。由于个人条件的普通及其令人咋舌的征婚条件,罗玉凤一炮走红,引起了各媒体及众网民的关注。

罗玉凤为何会选择令人咋舌的方式来征婚?市中心医院心理咨询科医生史静杰分析,一是其个人选择,二是这种方式有市场。近年来,社会上涌现出一批青年才俊,年纪轻轻便颇有成就,这大大刺激了普通青年对成功的渴望。但在时不我待的社会环境中,有相当一部分人渴望成功,但他们不踏实做事,而是希望走捷径,渴望一夜成名或一夜暴富。再加上的确有芙蓉姐姐之流,通过极端的方式出了名。于是,就有步其后尘者将此作为一条谋生之路,或者说是成功、出名之路。而大众对于这类人或事,虽然反感,但又异常关注。这是因为,在高速发展的社会中,人们需要面对上学、就业、工作、生活等种种压力,内心常常处于一种紧张状态。各种新奇另类的人或事,都能激起人们的好奇心,起到娱乐大众、舒缓其内心压力的作用。人们在对其表示反感和厌恶的同时,也能宣泄自己的不良情绪。其实,现实生活中也有一些自我感觉良好的人,他们往往过分夸大自己,而忽视了

别人的感受。

对罗玉凤征婚一类的事件,我们该如何看待?史静杰说,社会上的人本就形形色色,对于一些超正常的人或事,只要不损害他人及社会利益,都应宽容看待。如罗玉凤征婚,无论其目的是追求爱情或是一夜成名,都是其个人选择。我们还是应该以包容的心态来看待,不参与,不批评。

那么,什么才是健康的成功之路呢?史静杰说,首先要对成功有一个正确的认识。一夜成名或一夜暴富并不等于成功。在追求人生目标的过程中,能得到成长、体验快乐与充实才更重要。应学会感受家庭生活带来的快乐和温暖,体验学习、或工作带来的成就与满足,还可以根据个人情况,制定学习、工作等短期目标及人生长远目标。其中可以有策划,但要以自己的人生规划为基础,一定是选择切合实际的,而非极端的、哗众取宠的。只有一步一个脚印走出的成功之路才是真实的,否则即使能一夜成名,也只是昙花一现。



## 职场心理

心理陪护  
≠  
陪聊

□ 记者 李永高

据媒体报道,春节过后,注册心理陪护师作为一种新事物在上海诞生了。设立这种“提供心灵护理,帮助他人心理健康”的工作有什么现实意义呢?我们该如何看待“职业陪聊”“登堂入室”呢?

作为一名自由职业者,魏女士对生活快节奏、社会大压力下,人们的心理亚健康状况很有感触,“注册心理陪护师的出现意味着心理亚健康得到了社会的关注,是社会进步的体现,具有其社会需要的合理性”。

市民金先生更是乐观地认为,能把对空巢老人、独生子女等人群的陪护上升到心理疏导层面,肯定会有好的社会效果,而且随着中国老龄化速度的加快,这一职业会越来越吃香。

不过,对这一新生事物并非一片叫好声,受访者中持怀疑态度的人数超过赞成与观望人数的总和。其看法也很集中,就是担心“变色”、“聊出问题”,影响家庭和谐、社会安定。

到底该如何正确看待这一新职业呢?

市心理咨询师协会副理事长、高级心理咨询师李曙亮指出,这一新事物引发广泛争议是好事,说明国民素质提高了,大家的社会责任感增强了,全社会都在积极关注精神文明建设。

李曙亮接着纠正道,据上海市政府新闻发言人陈启伟2月25日表示,新职业必须由人力资源和社会保障部门发布,任何地方行业及其他组织无权发布,所以,注册心理陪护师目前并未列入职业范围。

“注册心理陪护师的‘陪聊’,与一般意义上的陪聊有本质不同,可以说是一项结合了医学护理与心理精神慰藉于一体的新型工作。他们要凭借所拥有的专业心理知识,以心理沟通的方式为服务对象提供心灵护理。”据李曙亮介绍,要想获得注册心理陪护师从业资格,必须通过400课时的专业学习与考核,内容包括社会心理学、教育心理学、危机干预理论与技巧、心理陪护技能操作等。行业协会要对注册心理陪护师进行业务指导与监督,并制定相关的执业守则,通过培训持证上岗者,不得涉及陪旅游、陪购物之类超范围服务。

李曙亮还呼吁大家,不要误解了注册心理陪护师,不能因噎而废食。既然“注册”就意味着有专门监管,政府和行业协会决不会让一些色情服务在注册心理陪护师诞生之后趁虚而入的。假如有极个别人在执业过程中有违背职业道德、违背行业伦理的行为,那么他将被吊销执照,清理出行业队伍,而且终生再也不能从事这一职业。