

## ▶▶ 城内心语

## “七年之痒”谁先痒？

□ 记者 吴彬

近日，北京市海淀区法院公布的离婚调研结果验证了“七年之痒”的说法，且超过六成的离婚是由女方提出的。那么，七年之痒，谁先痒？

上周，北京市海淀区法院公布了对受理离婚案件的调研结果：2009年受理的离婚案件比2008年暴涨九成，在所有婚龄段的离婚案件中，婚龄6年到8年的夫妻接近四成，是比例最高的。这与现实生活中“七年之痒”的说法不谋而合。

法官因此提醒，在这个婚龄段，婚姻中的男女的确容易因求新、求变而造成裂变，属于婚姻的相对不稳定期，夫妻双方更提高警惕，用心经营婚姻。此外调查数据显示，有62%的离婚诉讼由女性提起，这说明妇女在经济和精神上对男性的依附性逐步降低。同时，妇女应加强捍卫婚姻的意识，避免因一时冲动而离婚。

那么，面对“七年之痒”，夫妻双方处于什么样的心态？如何调整才更有利于婚姻健康延续？

我市国家注册心理咨询师张素霞认为：在婚姻关系中，男女双方的需求是有差异的。稳定的婚姻，通常具备性爱、情爱、相互依附这三种功能。在婚姻早期，男女双方通常都沉浸在性、情之爱的



激情中，随着时间的推移，婚姻生活被岁月慢慢磨砺，在柴米油盐的平淡中，性、情之爱给男女双方带来的新奇渐渐淡去，相互依附的功能开始凸显。

从女性心理来看，她总是寻求一种被保护的安全感，一旦男方让女方看不到生活的前景和保障，满足不了女方的依附心理，女方就会对自己选择的男人失望，继而将对这段婚姻产生悲观情绪。

历和经济基础，具备成熟魅力和吸引力。再加上女方疲于家务和孩子教育，对男方性生理需求相对忽视，甚至厌恶。这就缺少了两性关系的润滑剂，而这也是婚姻搁浅，甚至走向破裂的一个非常重要的原因。

因此，面对“七年之痒”，双方都有“痒”的“潜质”。张素霞建议：一、夫妻双方要同心协力去经营家庭，互相理解和支持，培养情趣，寻找生活中的亮点，以增加婚姻中的幸福感。“有情人终成眷属，眷属都是有情人”才是美满婚姻的牢固保障。二、性爱是和谐夫妻关系的润滑剂，要注重关注双方身心需求，以良好心态对待性爱，营造和谐夫妻关系。三、双方都要不要草率言弃，幻想通过婚姻解体来获得新的幸福。因为在不适宜的年龄去做不适宜的事情，会受到各种局限，结果未必像自己预想的那么理想。

对于女性朋友，张素霞还建议，要注重不断提高自身修养，让自己赏心悦目，从而尽量保持婚姻的新鲜度。另外，要客观审视自己的婚姻，物质上不要攀比，多体谅丈夫的辛苦，一旦这个婚姻不能满足“依附”需求的时候，要用坦诚和勇气，力争使双方共同来拯救婚姻。

从男性心理上看，雄性求新、求奇的心理比较强。随着男女双方年龄的变化，尤其女方哺育子女后，淡化了对自身的修饰，使男方视觉上产生审美疲劳。而此时男人有了一定社会阅

## ▼▼ 两性聊吧

其实我想留(网名):我家庭条件一般,在一家公司做文员,结婚两年了,老公是个普通职员,我们是大学同学,感情基础还是很好的,老公对金钱的欲望不是很强,比较安于现状。我几个要好的朋友都有私家车,我很羡慕她们。后来遇到了公司客户柳今,交往中,我们互有好感,后来,就不顾各自有家,走到了一起,他来的那几天就是我的节日。他让我眼界大开。每次告别灯红酒绿,再回到现实生活中,就会感觉落差越来越大。我明知道不太可能有结果,但还是忍不住想入非非。我想过柳今那样的生活,但是凭我现在的能力是遥不可及的,我老公更是指不上,所以我很苦恼。

人生谁人不过客(网名):刚结婚两年,您的几个朋友都有车,过强的“物欲”催生了您的烦恼。

您追求高品质的生活,这一点没有错,关键是采用什么样的方法,走什么样的路径。《蜗居》中海萍和海藻两姐妹都在追求高品质的生活,海萍靠自己的努力最后得到了,而海藻把希望寄托在宋思明身上的结局却是悲惨的,希望对您有所启发。

因此,我建议:

一、和柳今好好谈谈,给他足够的时间思考,如果他不能离婚娶您,建议您还是尽快结束这种危险的关系。

二、假如他愿意离婚娶您,您也要有充分的思想准备,“吃着碗里看着锅里”是这类有钱男人的通病。在带给您物质享受的同时,他也会把这种享受带给第二、第三个像您一样的女人,这样您会觉得幸福吗?这样的生活是您想要的吗?

三、要珍惜目前的婚姻,您和老公是大学同学,感情基础很好,有感情的婚姻就有希望。不要小看自己的男人,你们毕竟才结婚两年,未来是充满变数的,与其把希望寄托在别的男人身上,不如好好鼓励丈夫,和他一起打拼,像海萍一样,通过奋斗,您想要的优质生活会越来越接近。

讷讷与艾艾(网名):我和同居女友春节前就已经出现问题了,过年后,她把一些衣物丢到我这儿后,就很少见到她人了,我们都知道彼此在一起并不快乐。我想主动提出结束这段感情,但实在张不开口。

云因风起(网名):同居女友?轻率加草率的苦果。在绝大多数人看来,男人遇到情感问题时,比女人更坚强。但相关调查显示,男性在感情上常常是假装快乐,哪怕他们内心饱受煎熬也不愿意有所表现。

据台湾东海大学副教授彭怀真发现,在爱人情感破裂时,男人比女人更怕分手,“因为在他们看来,分手、离婚都是失败的象征”。他说,男人都非常爱面子,当情感出现问题时,男人不愿意主动说分手,怕给别人留下不负责任的印象。因此,建议,男性在遇到情感问题时,要敢于说出自己的感受,正视问题的存在,积极解决。

有心事?倾诉!有痛苦?宣泄!千滋百味的人生体验,难以言喻的私密言语……在QQ1057681157,你也许能找到忠实的倾听者,真诚的解答者。

## ▶▶ 情爱空间

## 用灯光点亮性爱

灯光对我们的情绪有潜移默化的影响,据美国著名两性网站近日报道,夫妻们完全可以用灯光来装饰爱巢,营造情爱氛围。著名灯光设计师丽贝卡·皮切拉克对此提出了几点建议。

要意识到每个空间都是不同的,包括房间大小、家具摆放、墙的面积和角度以及天花板的高度等,都会影响到灯光效果。有时,伴侣们要花些时间、反复试验,才能找到最适合自己的效果。

卧室灯光也有主题,你希望营造的性爱气氛,是毫无禁忌的疯狂,还是略带神秘色彩的撩拨,或是那种让人慢慢卸下防御、情不自禁的舒适?不同的气氛,需要不同的搭配。如泛着光泽的银色能让人癫狂,深紫色和暗红意味着撩拨,淡绿色和蓝色让人感觉舒适。

不要满屋都洒满灯光,只需点亮特定的位置即可。最好在灯上安装调光器,它会方便你调节光线强弱。尽量不要用荧光灯,因为它不够稳定,容易导致眼睛不适。

过于明亮的顶灯会让身体缺陷暴露无余。不妨有创意地使用台灯或阅读灯。如将光打向墙壁、植物或一幅画,你会发现光线会使房间别有情调。这样做也可以突出体形,专业的舞蹈家都是这样利用光线的。

蜡烛有助于营造浪漫气氛。可以选择带玻璃托的烛台,那种忽明忽暗的闪烁最能让女性动情。若将光打向墙壁,可以将灯罩换成彩色玻璃,这样能在墙上勾勒出美丽的图案,让你们更上旌神摇。(吴惟)

## 旅行“试金”婚姻

钱钟书先生在《围城》中曾说:认识一个人最好的方式就是和他去旅行。台湾《康健》杂志近日撰文指出,虽然婚后的蜜月旅行十分美妙,但若只有一个假期的话,不妨把旅行安排在婚前,有充当“婚姻试金石”的作用。

在从事各种户外体能活动时,不论是高海拔登山、泛舟或骑自行车,都能使伴侣展现出日常生活中看不到的一面。旅行中的陌生环境和体能挑战相当于一种高度压力情境。完成挑战之后发展出的“革命情感”,会成为两人关系中独有且难忘的记忆。这种紧密的“情感资产”,是别的方式无法取代的。所以,许多邀请情侣参加的户外挑战节目都发现,参加完节目后伴侣之间的关系都会产生变化,要么变得更

亲密,要么干脆散伙。

旅行是如何考验感情的?从旅行,特别是有一定挑战的户外运动中,可以对伴侣“掘宝”和“挑剔”:亲和力。对方是否善于与同行者沟通、交流,并构建融洽的氛围。抗压力。钱包被偷或遗忘东西时,对方是否能够心态平和地处理。体贴性。他在游戏或运动中是否尽可能地保护你,她是否在你腾不出手时细心地帮你接过外套。自制力。对那些吸引人的纪念品,是否能收得住手。反思力。对旅行中已经发生的不快,对方是否能做一些善后工作,让你感觉愉快。

另外,旅行中,你也有可能遇到更富吸引力的异性,这也是对双方感情的考验。(周波)

## ▶▶ 性爱新知

## 睡前,听听伴侣心跳

很多夫妻感叹,结婚久了,有时躺在床上,你分不清身边的那个人和枕头有什么差别。但并非每段婚姻都会走向淡漠。据报道,有一对美国夫妻,结婚80多年来,始终和睦、互相关爱,他们的爱情秘诀就是每天睡前必须有一个亲吻和拥抱。

平时多一些这样的亲密,不仅能滋养爱情,还可以让伴侣在大发雷霆时尽快偃旗息鼓。除亲吻、拥抱外,重视彼此在床上共享的时光,睡前趴在伴侣的胸膛上、聆听对方的心跳,也是很好的办法。

自古以来,文学作品就不断

地将聆听心跳,作为表达浓烈爱意的重要桥段。因为心脏是身体最珍贵且娇嫩的器官,只有在充分相信对方的时候,你才会允许如此亲密的动作。而且,听着伴侣的心跳,你会不自觉地模拟对方的呼吸节奏,这也会让彼此感觉更同步,达到你中有我、我中有你的状态。

这一举动和性爱前戏极为相似,但前戏的目的是为了让彼此慢慢向性爱过渡,而这些亲昵行为是为了让两人更放松。这些动作需要经常重复,每一次并不要求持续很长时间。重复得越多,彼此越能感到轻松和甜蜜,也会意

识到亲密未必必要导致性爱。尤其对女性来说,她们需要无时无刻

的亲密感,但并非每次都在要求性爱。(王楠)

