

事业男追求小学妹

他追得越紧 她逃得越远

□记者 闫卫利

绘图 吴芳

阿海
(化名)34岁,体态微胖、气定神闲,可是一谈到倾心的姑娘,他就唉声叹气、怅然若失。

求助者自述

追不到的女神

我很执着,对事业、爱情都如此。大学毕业后,我为创业投入了所有的精力。如今,我34岁了,事业已经稳定下来,经济状况也不错。

虽然得到了物质上的回报,但我也失去了很多。我谈过一个女朋友,但因为忙于创业,对她不怎么上心,她就跟我分手了。去年年底,我回母校参加了一次大型聚会,学妹小青引起了我的注意。

小青比我小6岁,很安静,妆容淡雅、清纯质朴,让我怦然心动。我找机会和她聊了起来。令我意外的是,她也在洛阳,目前单身,我觉得我要抓住这个机会,结束单身生活。

回到洛阳后,我开始频繁和小青联系,约她吃饭,我们聊得很投机,于是我加快追求的步伐,每天给她送一束花,谁知她却开始对我若即若离。我以为自己还需要加把劲儿,于是开始每星期都送她很实用的礼物,比如包、围巾、巧克力等,我把自己能想到的女孩子喜欢的东西都买来送给她。

出乎我的意料,小青不但没有对我投怀送抱,反而要求我以后别再给她买东西,连吃饭也找各种借口拒绝,让我摸不着头脑。“你不喜欢我吗?”“我送你东西你不喜欢吗?”我频繁追问她,她的回答是:“你人挺好的,但我们不是一类人。”

真兮把脉 征服性追求让对方想逃离

王真兮联系了小青,了解小青的真实想法。小青出生在一个普通家庭,小时候爸爸下岗,妈妈靠给人缝补衣服挣钱贴补家用,生活过得很拮据。小青说,家里最艰难的时候,连菜都买不起,妈妈经常骑自行车大老远跑到蔬菜批发市场,捡菜贩子们丢弃的菜叶。阿海家境优越,又是独子,他永远无法理解穷人家孩子的内心。

王真兮让小青具体说一说两个人在一起到底哪方面不合适,小青却说不清。由此,王真兮判断,小青对

这段关系的看法,更多的只是一种主观判断。

王真兮分析,小青在成长中经历了许多挫折,她没有信心去面对这份感情,所以才会担忧、焦虑。

通过和阿海接触,王真兮发现,阿海家境优越,父母很宠爱他,不仅在物质上满足他,精神上也很照顾他,这种过度的呵护,导致阿海对他人的情绪感知能力比较差,遇到不易得到的东西,会产生征服的欲望。阿海的征服欲让自卑的小青不知所措。他一味地按照自己的想法追求小青,却丝毫体会不到小青的感受。

真兮出击 多一分理解,多一分自信

王真兮决定先从小青的自卑入手,逐步增强她的自信。王真兮为小青分析了她的心结所在:“其实,早年的家境,不论是富裕还是贫穷,并不代表什么,真正的心结在于你的自信。不管你最终是不是决定和阿海在一起,你都需要增强自信,这会让你变得更好。”

小青也坦诚地表达了自己的想法:“我承认自己很自卑,很多时候我甚至不敢跟别人说话,也曾因此错过自己喜欢的人,所以我很愿意改变自己。”

王真兮先从小青的外在形象入手,根据她的性格特点及个人爱好,为她设计了文艺田园风的服装搭配,同时设计了发型和妆容。外在形象发生了变化,小青立马多了一分自信。

小青的内在自尊水平、自我认知都需要调整。王真兮为小青准备了自信训练课程。“我欣赏我自己,我有很多优点,我待人诚恳,我肯吃苦……”通过自信训练语、情绪表达、沟通方式的学习等,小青的自信得到了很大的增强。

小青的问题逐步得到解决,阿海也需要循序渐进地改变。阿海很自我,对

他人的情感变化感知能力较差,王真兮用“情绪卡片”帮助他寻找精确的情绪感受的表达方式。

王真兮:小青不理你的时候,你有什么感受?

阿海:挺烦的。

王真兮:还有其他感受吗?看看手里的情绪卡片,有没有符合的词汇?

阿海:(认真看了看卡片)我会生气,还有一点儿尴尬,忐忑不安,可能还有点儿委屈吧。原来我有这么多情绪。

王真兮:如果你被人强势进攻,你会有什么感受?

阿海:不安全、害怕、逃避……

王真兮:现在你能体会小青的感受了吗?

阿海:以前我认为,小青不理我是在考验我,我就觉得女人很复杂,难以理解。现在我觉得,那是因为她需要安全感,我要多理解她,而不是步步紧逼。

通过学习提升,阿海懂得了如何通过情感沟通去拉近彼此的距离;小青也有了自信,开始享受被阿海追求的感觉——幸福、甜蜜。

心理课堂

婚恋男女起冲突 真兮教你如何化解

可现场咨询,还能获赠《婚姻急救手册》

□记者 闫卫利

通过《洛阳晚报》,知名情感咨询师王真兮与读者见面已有两三个月了,不少读者很想与王真兮近距离接触,咨询一些情感问题,这下机会来了!

本周六(29日)下午,王真兮将为本报读者奉上一堂公益心理课《婚恋男女矛盾的本质及处理方法》。围绕婚恋关系中常见的几种问题,委屈、争吵、冷战、婚外情等各种糟糕的状态及负面情绪,王真兮将为读者解读矛盾的根源、本质,以及如何调整关系、巧妙化解矛盾等。

课后,王真兮及其团队将在现场接受

咨询,针对读者的个性问题进行解答。

凡到现场的读者,王真兮将赠送一本内部婚恋实战攻略——《婚姻急救手册》,让读者随时随地都能找到婚恋“急诊医生”。

如果想进一步改善婚恋关系,欢迎报名参加!

●活动时间:周六(29日)下午3点到6点

●活动地点:洛龙区九鼎中和湾6号楼1单元2002室

●报名电话:18637911589

●交通方式:乘坐34路、60路、68路公交车到英才路凝碧北街下车



王真兮

真兮微言

谈恋爱不能像打仗一样一味地进攻,因为女性需要的是安全感、理解和陪伴。在感情中,第一,要学会换位思考,多站在对方的角度理解对方,而不是以自我为中心审视对方;第二,要多反省和自我觉察,抽身出来看看自己在做什么,否则一旦陷入其中,就很容易变得盲目;第三,要多征求别人的意见和建议,很多时候当局者迷旁观者清,如果没有合适的朋友,可以寻求专业人士的帮助。

真兮情感咨询

18538851221

真兮公司成立于2015年,由洛阳资深心理咨询师王真兮一手创办,是面向全国家庭提供情感咨询与心理辅导的专业机构。

与一般心理咨询机构不同的是,真兮公司打破传统“医不叩门”的理念,把心理咨询理论与情感咨询理论相结合,把心理咨询与行动指导相结合,组建了一支专业心理咨询师团队。该团队根据求助内容,利用心理学知识,分析研判问题根源,制订解决方案,派出心理咨询师,分兵几路,走进求助者家庭,调解家庭矛盾,化解情感危机,尤其在劝退第三者方面成功率很高。其相关事迹曾被《洛阳晚报》、新浪、网易、腾讯、今日头条等媒体报道,引起社会广泛关注。

经营范围:情感矛盾调解、婚姻心理咨询、外遇行为矫正、两性情感疏导、爱情修复挽回等

地址:洛龙区九鼎中和湾6号楼1单元2002室



真兮情感咨询