

“老少夫妻”相处之道



丈夫的女友

周五下班,我兴冲冲地赶回家。丈夫出差了,我准备带女儿一同逛街,却不见女儿像以前一样在门口迎接我。

打开房门,女儿趴在桌上哭泣,我不禁吃了一惊,中午上学时还欢天喜地像一只快乐的小鸟,出了什么意外?我搂着女儿的肩膀,抚慰她,轻轻地询问。不料女儿却越哭越伤心,许久才问我:“妈妈,爸爸好吗?”

我很诧异:“他当然好,他是天底下最好的爸爸!”

“你被他欺骗了,你还蒙在鼓里,你什么都不知道!”女儿气极了,话儿像连珠炮似的向我冲来,“爸爸虚伪,爸爸不是好人!”说完,从口袋里掏出一封拆开的信,甩在地上,“你看看,他背叛了你!”

我冷静地拾起信,看完信封上的邮戳,立即意识到是丈夫过去的恋人来的信。以前,这样的信也来过几封,出于对丈夫的尊重和信任,每次我都原封不动交给了他。但这一次,女儿的话让我的心打颤,我犹豫了半天,终于抽出了信笺。

信写得很冷静,但明显流露出两人很深的感情,那感情是彼此的关心和问候,但决无拆散各自家庭的意图。我沉思了片刻,清理了一下思绪,决定把这件并不太妙的事变成好事。我把女儿拉到沙发上坐下,平静地对她讲了爸爸往昔的一段故事。

那是十几年前,我和老公还在读大学。一天夜里,一个女孩被几个小流氓调戏,恰巧丈夫路过,挺身而出救了女孩,但自己却被打成了重伤,住院治疗需要输血,女孩的血型与丈夫相同,是她输血救了丈夫。当时,女孩并不知道我与丈夫在恋爱,事后曾偷偷向丈夫写过求爱信,但丈夫几经权衡,还是婉言拒绝了。此后,他们虽然天各一方,但友情永在。

女儿听完这段故事,发呆了许久,迟疑地问道:“那他们为什么还在书信往来?”

我说:“孩子,男女之间除了爱情还有友谊,她是你爸爸的女朋友,通信有什么不可以呢?爸爸有权保留自己秘密的权利,你私拆爸爸的信是不应该的。”

几天后,丈夫出差回来,女儿把信交给爸爸,并转述了我对她的一番教诲。我坐在卧室梳妆台边,看见丈夫眼中流出了热泪。(张文娟)

曾有媒体报道“夫妻年龄差距越小,离婚率越高”的新闻,使得同龄婚姻成为离婚率最高的高危组合。为何会出现这种情况呢?无论“老夫少妻”、“老妻少夫”、同龄夫妻,该怎样经营自己的婚姻呢?

同龄婚姻难宽容

在绝大多数人眼中,同龄夫妻指的是年龄相同的夫妻,不过在婚姻问题专家眼中,同龄夫妻的概念有所延伸。即从传统婚姻观念的角度来看,不管男女大小,只要夫妻年龄相差在3岁以内,双方会有相似的心理成熟度,都算同龄。

为什么同龄婚姻离婚率高?心理医生李炜指出,夫妻年龄相差比较大的话,年龄大的一方在处理离婚问题时更慎重。而同龄夫妻相对比较容易冲动,互不相让。

同龄夫妻离婚主要是因为年轻人心理上有幼稚化倾向,缺乏应有的耐心和宽容度,婚后处理问题和化解矛盾的能力都不强。由于两人都处在相同的人生阶段中,面临的工作、生活压力也相同,遇到矛盾后双方互不让步,就容易把小问题上升到“离婚”的程度。夫妻缺乏交流,两人的感情自然会降温,导致两三年便离婚者增多。

“老夫少妻”难理解

曾有一位26岁的女性连续半年找李炜咨询,她每次倾诉自己婚姻的不幸和苦恼都会泪流满面。她说,丈夫比她

大13岁,总是很晚回家,对她也很少关心,让她一个人面对患有先天性心脏病的3岁女儿,她几乎天天晚上都失眠。“嫁给一个不回家的男人”成为她的心病。

李炜建议她把丈夫也叫来,和病人的丈夫进行单独沟通。原来,病人的丈夫自己开公司非常辛苦,创业阶段的他总是要最后一个离开公司。每天回家之后本来就累,可妻子却在不停地数落他,责备他,更让他感觉筋疲力尽。李炜认为,老夫少妻的婚姻组合中,丈夫要承担更多的家庭责任,往往忽视妻子的感受,或者缺乏浪漫;而妻子年龄相对较小,还有很多的浪漫幻想和憧憬,同时缺乏对丈夫的体贴和照顾,相互之间比较难站在对方的角度去理解对方。

后来,李炜开导病人说:“你看你的丈夫工作多累啊,他到这个家也付出了不少,回到家你没有一杯水、一个问候,甚至是一句温暖的话。夫妻不能总是抱怨对方。”最后夫妻两人尽释前嫌。

老妻少夫有压力

老妻少夫的结合有其社会心理因素,对于年轻男性来说,面临这个竞争激烈的社会,他们与同龄女孩的交往中会有压力,而年长的女性对于他们的要求相比年轻女孩更低,这会令男孩感觉更轻松。而其中的女性往往不甘平凡的生活,一方面在面对社会时

表现成熟,而另一方面,内心深处却仍藏着一个小女孩般的纯真。这种反差,更会打动年轻的男孩子。

但随着年龄的增长,女性则要克服自己自卑感的增长。在李炜所经办的婚恋咨询案例中,也有过这样的夫妻。

他们在男方22岁的时候相识,当时女方已经35岁。这段年龄悬殊的恋情,经历了很多反对的声音。婚后,当年的男孩历练成了成熟的男人,事业也做得一帆风顺,他的成熟魅力吸引了周围的年轻女孩们。而青春渐逝的妻子在这个过程中,越来越敏感、不自信,总怀疑丈夫不是真心爱她,怕老公被年轻女性吸引而抛弃她。

李炜说:“在这类女大男小的关系中,女方往往要承受更大的心理压力和困扰,有时一句无意的话,就可能给对方带来伤害。”

夫妻怎样才幸福?

从人类角度看,任何情爱模式都有其合理之处。重要的是两个人要一起成长。培养共同的价值观、信念和理想,这样夫妻感情才更稳固。李炜指出,年龄的差距不是婚姻幸福的根本条件,真正幸福的婚姻需要经营。

“不少夫妻之间的矛盾都是因为认知障碍引起,即两个人的思维方式不一样,很多误会就会因此产生。”李炜强调,此时,就需要夫妻双方多一些

反向思维和换位思考。夫妻之间本来没有什么特别大的矛盾,都是因为认知障碍导致一些日常生活的小矛盾,不去及时沟通就会让误会长期积累,最终影响到彼此的感情。夫妻怎么克服认知障碍?李炜指出,宽容与沟通是“法宝”。宽容是一种美德,是人际关系的黏合剂,夫妻战争快要打响时,不要和他(她)吵,不要去激化矛盾,彼此冷静下来,多一点宽容,多一点理解。

(陈艳)



近七成人爱翻看爱人短信 夫妻应该学学“刺猬法则”

中央电视台《东方时空》栏目做过一项1500人的调查,竟有68%的人承认自己翻看过爱人的短信和通话记录。为什么如此多的人喜欢通过短信窥视伴侣的内心私语呢?在《东方时空》的调查中,抱着“看看有没有好玩的短信”的初衷的人占40%，“没有明确目的”的人占31%。结婚2年的丽丽(化名)告诉笔者,和老公在一起时,自己会随手拿起他的手机看短信,“我是无意识的,就像整理他的衬衫、领带一样自然。”

从心理学角度看,这是想了解伴侣心中那个“私人自我”。心理学家指出,人人都有“公众自我”和“私人自我”,也就是说,我们在人前是一个模样,而内心又存在另一个自我。即使面对伴侣,也会隐藏一部分“私人自我”。丽丽就是想最大限度地触碰和占有爱人,因此会通过短信更多地了解丈夫。

“肯定有见不得光的私情”。相比传统信件,手机短信更具有隐秘性,因此也就成了传递暧昧的工具。“沈雪和费墨的太太到营业厅打

出长长的通话和短信记录”,这是电影《手机》的片段。生活中不少人翻看短信也持有同样的动机。调查显示,33%的人翻看短信的目的就是“了解对方和谁联系,通信内容是什么”。

其实,这类人更深的心理动机则是人历来把婚姻当成博弈。在这场博弈中,经济收入与社会地位对男性尤为重要,而长相和身材对女



性很重要。于是,收入少、地位低的男性,和长相不漂亮或身材不好的女性通常会在博弈中处于劣势。他们常常会因自卑而心生猜疑,捕捉对方出轨的蛛丝马迹。因此,他们千方百计地查看伴侣的短信就不足为奇了。

调查中发现,如果爱人查看自己的短信,62.8%的男性和51.4%的女性会感觉对方不信任自己。心理学博士程乐华说,翻看短信引起的“婚姻地震”可不是危言耸听。一来觉得对方翻看短信本身就是不信任自己;二来有人说过,这年头手机和内衣一样私密,谁愿意把内衣公开示人呢?

因此,夫妻双方该学学“刺猬法则”。两个人就像刺猬,在一起可以相互取暖,但抱得太紧反而会刺伤对方。因而,给予对方充分信任和尊重,如果生活中没有异常现象,就给对方一些私人空间,别人为地破坏这份平静。如果你实在想看,可以先把自己的短信主动给爱人看,然后再要求看对方的短信。

(张晓)

随着生活节奏的加快,生活在都市里的人们越来越多地经历着一种“鸡犬之声相闻,老死不相往来”的疏远的邻里关系。邻里关系紧张、疏远是由不健康的心理造成的,它同时对人的生活也是有害的。

案例一,怕邻居是坏人。55岁的朱女士是一居民小区的普通居民,她是一年前

满了压倒邻居的豪气。此后,他经常在物质上和生活享受上与邻居攀比,而且一定要占到上风。

以上都是不健康的邻里关系。心理专家为此提出了一些建议:

将邻居当成朋友,相信对方,真诚待之。这样才能有效地防止相互猜疑和不信任,彼此才有交往和互相帮

建立友好的邻里关系

搬进这个小区的。因为这个小区的居民大都是外地人,朱女士总担心邻居是坏人。因此,她整天紧闭大门,拒绝和邻居说话。

案例二,总把邻家当自家。与朱女士的做法相反,魏女士却是一个极喜欢和邻居交往的人。只要一有空闲,她就到邻居家串串门儿,有时会待上三四个小时。她还特别喜欢借邻居家的东西或求邻居帮她做一些事情,出于礼尚往来,她也经常给邻居拿点好吃的,并愿意提供力所能及的帮助。

案例三,把邻居当成竞争对手。席先生住在一个高档小区里。入住后,看到邻居的轿车比自家的轿车豪华,很快就卖掉旧车买了一辆上百万元的豪华轿车。车开进小区后,他举手投足间都充

助的感情基础。尊重邻居的生活习惯、兴趣爱好和个性特点,不可强求邻居遵从自己的意愿和习惯,以便维护邻居之间的平等意识。这样可以使大家和平相处,避免因生活习惯和兴趣爱好不同所造成的冲突。不可歧视邻居,也不可嫉妒邻居。有条件地分担邻居的困难和分享邻居在各方面所取得的成就。谨记“过密之隙”的道理,也就是人际关系过于密切反而导致产生裂隙。邻居不是一家人,过于随便和密切反而易引发矛盾。民间有句俗语“有多好,有多歹”,就是这个道理。在可能的情况下,多与邻居进行沟通,加深彼此的了解。彼此的了解多了,误解与猜疑、嫉恨、疏远自然就减少了。

(辛龙)

便民服务电话

- 淇河家政洗涤公司:清洗宾馆、酒店、单位、家庭布草、窗帘、台布等;13939258180
- 利民家政(保洁、搬家、洗地毯、疏通等):3298881 15939231199
- 专业疏通大中型污水管道、清理化粪池:13030393419
- 淇河家政:3360777

- 东方家政(水电安装、钻孔、清洁打蜡):3951778 13569631600
- 鹤壁市汽校:3367050 13939207503
- 鑫昌汽修 24小时急救:3338572 13343928572
- 京鹤汽车修理厂清障车、吊车 24小时救援:3311326 3314348
- 市中医院急救:3353120 3378503(康复科) 2659562(精神科) 2673078(朝阳分院)

- 鹤煤集团第二职工医院急救:2816120 2916666
- 按摩医院肛肠科(马佩凯):2647015(老区)3320085(新区)
- 东海渔港订餐:3382222
- 老根山庄订餐:3366666
- 百翼蜂产品销售:3308229 3308186
- 佳能数码相机销售:13939279001
- 水宜生微电解制水器:13323926333
- 法律服务、法律顾问:13569646398

- 法律服务、法律咨询:13939290016
- 各种液压平台、铝合金梯:13603929964
- 日报编辑部:3313871 3313873(热线)
- 晚报编辑部:3312941 3313880(热线)
- 报纸广告:3313877
- 报纸发行:3319180
- 供水投诉:3368855
- 印刷:2189908 3189936
- 大河鹤壁网:13503929602