

学习爱 传递爱 珍惜爱

## 婚姻这道题

婚姻问题是当今最普遍最常见的社会问题，几乎每个人都要面对它，只是每个人每个家庭所表现出来的形式或内容性质不同而已。

有专家分析，婚姻问题大致可以分为婚外恋、精神出轨、家庭暴力、性格缺陷、人格障碍、婆媳关系、平淡婚姻、人际交往、文化差异等等。据有关方面调查统计数字表明，有75%的婚姻家庭存在这样或那样的问题，有15%的家庭处于濒临破碎的边缘或已经离婚，只有不到10%的家庭相

对和谐，这个数字充分表明现代家庭的婚姻质量不容乐观。

出现问题的家庭中，往往是夫妻双方至少有一方在个性或人格的某些方面存在问题，这些问题直接或间接地影响到了他们的婚姻和家庭关系。

当我们在解决自身婚姻问题和家庭矛盾时，也应该多从人格层面去检查自身的不足，只有解决了人格问题才能最终解决婚姻问题。 王玉/文



本栏目特邀专家：

安徽省阳光心健  
心理咨询中心主任  
安徽省心理咨询学会副会长  
江俊

## 情感面对面

# 当婚姻出现裂痕时

主人公：米雪



制图：王雪

和许多情侣一样，米雪和老公也是在大学校园里相遇、相恋，6年后相约走进了婚姻的殿堂。

恋爱时光是美好的，米雪只要不高兴，老公就会讨她开心，这纵容了米雪的小姐脾气。老公的好脾气，让米雪深深感觉自己很幸福。小两口的日子，还算平平安安，感情也维系得不错。

米雪说，谈恋爱时，老公就告诉她，自己的家人如何不好，对家人有诸多不满的情绪。受其影响，无形中米雪对老公的家人也有不少抵触情绪，不喜欢去他家，一直到结婚以后还是这样。

婚后的生活，相比恋爱时期，肯定要平淡许多。加上婚后米雪的工作压力大，小两口的家庭生活压力，让米雪感觉有些吃力。米雪的小姐脾气越来越严重，小脾气一发不可收拾。

几年后，米雪渐渐发现，老公对自己越来越没有耐心。以前凡事老公总是要跟米雪“汇报”，但是米雪已经许久没有听到汇报了。

米雪发现老公的变化不仅仅是这一点，以前老公每次出门前，总是像个孩子似的缠着米雪，“我今天穿这件衣服合适吗？”“这一身颜色搭配可有问题？”“我们今天出去吃饭吧。”又或者“回去看一部电影吧。”……米雪已经很久没有听到这样的询问了。偶尔，老公还会因为一些小是和米雪出现小争执。

一天，米雪因为工作很累，回来便和老

公撒娇，没想到此时老公却来句“你烦不烦？”一直以来只有米雪才能这样质问老公的。一点就着火的米雪，此时也愤怒了，面对着老公的突然改变，开始大声叫嚷，而此时的老公也没有示弱，竟然和米雪大吵一架。稍稍冷静后，老公很认真地对米雪说：“我们离婚吧。”

听到老公这句不温不火的话，米雪愣了许久。是什么让老公有这样的想法，原本一直被宠得跟公主似的米雪，第一次意识到老公这次生气了。

这之后，米雪的心思从工作上开始有所转移。之前由于自己年轻、任性，忽略了对家庭的照顾，对老公的温柔，从这之后，米雪都一一开始调整。可是米雪在细心改变时，却发现老公的心似乎已经不在这个家里了。老公开始找各种理由不回家，也不会再来关心米雪。

更让米雪惊讶的是，在一次和老公聊天的时候，却意外地听到老公说了一句：“当初结婚是出于好奇，自己根本没成熟到可以扛起婚姻。也没想到会弄成这样。”

米雪努力地让自己安静下来，她第一次意识到，这个家庭出了问题。“我发现以前确实是自己做得很过分，也很少顾忌过他的感受，不爱去他家也成了他跟我提离婚的理由。现在我想好好经营婚姻的时候，他却不需要了。”

米雪抽泣着说出自己现在的想法：“现在很努力想要改变，但是看他这样，我心里也不好受。面对老公，我做什么对他都是

没有感觉的，甚至在他看来，我是给他压力。不知道要怎么办才能换回老公冷漠的心，也不知道怎样才能让这个家庭能够继续存在。”

## 心理专家点评

有的女孩在男友面前肆意发挥自己的个性，当时感觉很爽。但这种不顾及他人感受、不体恤他人情绪的举动很让人受不了。短时间因为新鲜、因为爱还可以忍受，但时间长就不好说了。米雪的坏脾气让其老公一时迁就还可以，但如果一世迁就，就需要很大毅力了。

聪明的女孩都知道，老公和你说他家人怎么不好，那只是一时感言，你可千万不要当真。但可惜的是米雪当真了，并且还很少到老公家去。米雪没有了解男人的感受，一个家庭辛辛苦苦把孩子培养大，让这个儿子放弃和这个家庭接触，这可能吗？从伦理道德上去说，也说不过去啊！

对一个人的人格品行失望之极，就会引发米雪老公现在的表现。所以，米雪如若想挽回这段婚姻，就一定要坚持，并且对以前的所作所为、确实伤及到爱人的，要诚恳与老公沟通交流。要以诚意打动老公。

举个极端的例子来说明问题：一个惯偷，要想改变别人对他的印象，就需要很长时间的金盆洗手，做很多我已不偷的案例给别人看，才能彻底洗清别人对他的不好印象。

王玉/文

## 情感急诊室

Q1：我现在是一名高二的男生，最近发现我对班上一个女孩特别有好感，喜欢跟她聊天，喜欢对她笑。感觉她对我印象也不错。但是我们现在面临着学业压力，我觉得自己性格什么的也不够好配不上她。那我现在要表白么？

A1：听你的描述感觉你们彼此之间相处的时候内心是很快乐的。既然知道要以学业为重，那就先好好学习，性格方面的缺点可以慢慢改善，让自己逐步成长，等到有能力去爱的时候，再去表达你的爱。

Q2：最近有一个同学的朋友追求我，我对他印象还不错，觉得人挺好也聊得来。但有一点他比我个子要矮一点，我怕我朋友见到之后会笑话我。我好矛盾啊。

A2：这样的话就需要你静下心来好好地考虑掂量一下，究竟是怕朋友笑话对你比较重要，还是你更看重你对他的感情。只有找出自己内心真正在乎的事情，才能做出决定。

王玉/文

## 微情感

◎治愈系心理学：有时候，我们活得很累，并非生活过于刻薄，而是我们太容易被外界的氛围所感染，被他人的情绪所左右。行走人群中，我们总是感觉有无数穿心掠肺的目光，有很多飞短流长的冷言，最终乱了心神，渐渐被缚于自己编织的一团乱麻中。其实你是活给自己看的，没有多少人能够把你留在心上。

◎合肥全攻略：此生最美的愿望，是能牵着我的手，穿过岁月的流逝，从乌丝青发到白首苍苍，看花开花落年复一年，时光匆匆，珍重！

情感主持热线：

电话：0551-5140885(每日15:00~18:00)  
QQ：124424913(每周四上午9:00~11:00)  
微博：<http://weibo.com/2127420971>  
邮箱：[aiqinghaiscxb@126.com](mailto:aiqinghaiscxb@126.com)