

不愿别人分享的
隐秘嗜好

案例:我叫于敏,今年31岁,和我老公已经结婚4年了,他是个不善言辞的人,我嫁给他就是看中他老实巴交,虽然他不怎么会说甜言蜜语,但是这样的男人让人放心,没有花花肠子。

和一个闷葫芦在一起生活,我才知道生活中也真是让人抓狂,什么事情都得不到沟通,很多时候都是靠猜的。

老公没事就喜欢待在书房,感觉书房就是他的天。有次我打扫卫生,看到他书桌很脏,我想把抽屉拉开打扫,结果是锁的。我让老公打开,他说那里面都是工作的文件,不用打扫,如果不小心弄丢了重要文件就麻烦了。看他闪烁的眼神我就知道他在撒谎。

我当面不想揭穿他,因为来硬的,肯定是没用的。我就暗暗的看他把钥匙放在哪里,经过一段时间的观察,我知道他在书橱里的一本书里藏了钥匙。

一天趁老公出差,我偷偷找到钥匙,打开了抽屉,里面有一些文件和一个厚的笔记本。就是这个笔记本有问题,我打开了看看,里面是他的随笔。他把在生活和工作的不快乐写在里面,写得很详细,言语很激烈,还写了好些对我的不满和抱怨。看完我真的有些生气,这完全不像他写得出来的,还是因为他平时伪装得再好。

无意中发现了他有我没看到过的那一面,我以后该怎么处理这件事?



男人不愿分享的私密 夫妻相处千万别踩雷区

都说夫妻亲密无间,可以无话不谈。其实,也正因为是夫妻,有些话题倒成了他们之间的“雷区”不能轻易碰。任何的感情都需要去经营,夫妻之间的感情更是如此。

C 在回忆里追寻爱的往事

手里穿过笔记本,生气地问我为什么翻他的东西。我俩大吵了一架——

“我们结婚前她把这东西寄给你是什么意思?你还一直留着她的照片和日记,你心里还有她,是不是?”

“我要是没忘了她,就不会和你结婚,你别无理取闹了,赶紧把东西还给我!”

“你当我是傻子吗?最后那句话是你写的吧?”

“是我写的,但都已经过去这么长时间了!”

“原来你跟我在一起那段时间,甚至结婚后,心里还一直想着她!”

分析:每个人都有完美的回忆,男人不是拿不起放不下,大多数人只是在怀念曾经的美好。记住,他选择了你,就有他的理由——他想和你一起生活。也许过一段时间,他会把自己的一切都告诉你。如果你觉得这些你没必要知道,也相信他会处理好的,给他个回忆的空间。



网络时代,智能手机已经成为了很多人离不开的伙伴,而QQ、微信、陌陌等聊天工具的普及,在给人们生活带来方便、乐趣的同时,诱惑也随处可见。你会偷偷查看自己另一半的手机吗?发现他或她与她或他有些过火语言,你又该怎么办?有调查显示,绝大部分人会有意或无意偷看伴侣的手机。

当你决定去看对方手机的时候,你本身就是抱着怀疑的态度去看的,你是以怀疑的心态去看的话,你就会发现很多蛛丝马迹。不管对方是否有问题,你已经不信任他了。

④不要认为爱人为你做的事理所当然。

对爱人表达感激非常重要,要消除三大消极态度:权利感、不切实际的期待和故作健忘。

建议:写下爱人为你所做的大事小事。自问是否对这些事情表达过感谢,表达方式如何。坚持表达感谢一周,你会发现其中的变化。

⑤不要胡乱解释。

“我现在算是理解你为啥这么挑剔了,你就像你爸爸。”这类貌似理解爱人行为动机的分析只会导致愤怒。

建议:先了解自己生气的理由,学会以开放和爱护的方式去倾听爱人的观点,以目光等非言语方式让爱人明白你在认真倾听,最后提出建设性意见。

⑥不要害怕说“不”。

牺牲自我感受而一味满足对方的做法,看似有益,实则是不真诚的表现。而缺乏真诚的婚姻很难有亲密可言。

建议:实话实说更能赢得爱人的信任,加深夫妻感情。不妨按难易程度列出所有害怕告诉爱人的事。之后,从最简单的一件开始,试着告诉爱人真相。

①不要相互埋怨。

“全是你的错!”“你让我做的,因为你,事情才弄得一塌糊涂!”这样的埋怨很容易说出口。而“我该负什么责任”之类的话却很少说。埋怨实际表达的是指责和威胁,对方也自然会以牙还牙,导致矛盾升级。

建议:写下你对爱人埋怨的话,然后打心自问,自查责任,最后双方商量寻求解决办法。

②不要胡乱猜疑。

不要以为你对爱人的想法和感觉了如指掌,十有八九,你会出错。在婚姻危机中,常常出现这种情景:捕风捉影的怀疑让两个人都变得愤怒、难以沟通,最后关系破裂。

建议:取一张纸,按照直觉完成句子“我猜爱人会____认为我(对我)”。然后,跟爱人验证猜测的正确性。结果你会发现很多猜想都是错的。遇到疑问时,最好的办法是直接问他。

③不要把沉默当武器。

夫妻关系中,沉默是致命武器。

建议:给爱人写封信,表达生气的原因和自己的困扰,用积极的态度争取夫妻的沟通理解。



夫妻相处 谨记六个「不」

B 面临挑战 独自规划

案例1:丽云的老公开着一个公司,家里经济条件挺不错,所以,丽云怀孕后就辞职在家安心养胎了。可是正在这个时候,老公有一个很重要的项目要泡汤了,对方不接他电话也不回他短信。老公回到家里,丽云都感觉得到他的失落,但老公什么也不跟丽云说。丽云也不知道该怎么安慰老公。“我知道他的压力很大,现在家里的房子正在装修,需要钱,我们的孩子也快出生了。”丽云无奈地说。

案例2:网友@我是风中一片云说,我和老公去年2月领的证,从交往开始至今一直是异地。老公作为民警,工作忙、任务重,尤其最近很顺利,没日没夜的上班、值班、出警,连和我打电话的时间都只有一两分钟。我们感情特别好,但他就是不怎么和我谈工作上的事情,有时谈到工作上不顺心的事,他就会说,“放心吧,我自己知道的。”我觉得他是在嫌我管闲事,就会跟他吵,是我想错了?我很心疼他,却偏偏嘴笨,“工作辛苦了”之类的话都已经是陈词滥调了。

分析:男人喜欢打有把握的仗,在没有做成功之前他不想告诉别人。“不想说”可能是因为他在做重要的规划。

男性的世界充满了挑战和压力,当他们面临人生的重大转折或压力时,总是习惯一个人做决定,然后将结果告诉别人。其实他并不是要隐瞒什么,只是不想让亲爱的人也来承受本应由自己承受的压力和烦恼,所以妻子一定要给予理解。

D 虚拟世界里的帝王

案例:艾媛和赵磊的感情很好。婚前,赵磊就喜欢打游戏,但不是沉迷得什么都不管的那种。婚后,赵磊外派到国外工作,夫妻俩一年里,至少有一半的时候是异国分居。

赵磊在国外无聊打游戏,艾媛也就不管了,但回国的那半年,赵磊属于半放假半工作状态,工作很闲,上班时经常和同事联网玩,在家就自己单机打游戏,对于这些艾媛并没有抱怨。可是到了节假日周末,赵磊也要出去到公司或同事家玩网络游戏,为这些事他俩吵过很多次。

艾媛说,“你难得回来,上班一周五天你都可以玩,周末就应该在家和我一起。”赵磊也说,“我难得回来,一共才出去玩几次啊。”后来吵多了,赵磊就找借口堂而皇之地出去打游戏。开始艾媛也相信他干别的去了,但两个人在一起久了,说谎的话还是会感觉到不对劲,艾媛根本没有去调查追踪,赵磊自己就露馅了。

为了打游戏的事,他俩吵得太多,也伤感情。有的朋友建议让艾媛和老

公一起玩,可是艾媛平时不玩游戏,甚至斗地主都不会,她对这些完全不感兴趣。也有朋友出主意,让艾媛逛街看电影去。可是时间一长,一定要在赵磊打游戏的时候干点什么事和他对着干,又觉得没意思。艾媛真的不知道该怎么办了,心里很难过,谈也谈了,吵也吵了,是老公对自己没感情了吗?

分析:几乎所有男生都喜欢电玩,那属于青春附属品。他们坐在电脑前就忘记了世界的存在,玩得天昏地暗,而且不愿意任何人来打扰。游戏的代入感符合男性的英雄主义情结和理想主义情结。男生潜在的不安因子,喜欢格斗和暴力,而游戏的虚拟的世界,正好满足了他的这种内心需求。他可以扮演一个暴虐的帝王,一个多情的浪子,一个落难的公子,这些角色的变化诱惑着男人,是男人的一种心理需求。在这外人无法干涉的空间里,他获得了许多自己想要的东西,得到了快感。

