



日本富山婚姻家庭工作者联盟曾对当地部分家庭在节日期间的心情状况做过调查,分为“很好、好、一般、较差、差和很差”六个等级,而且所占比例基本均等,这说明人们的幸福感受不完全取决于生活水平的高低,更多取决于心理感受,取决于人们对情感和亲情的满足程度。

国庆七天假马上就要结束了,这七天大家过得怎么样?针对节日期间家庭的心情舒畅程度,中国一家专业的调查机构对部分家庭做了相关调查,结果显示家家有本不同的“经”。

他山之石

节日 最好 把心收回家

中国人非常注重传统的节假日,有道是“每逢佳节倍思亲”,平常大家忙于工作,无暇顾及妻儿老小是可以理解的,但过节了,还在找理由回避照顾亲情,那是不近人情的,更有悖伦理。梁实秋在他的散文集《槐园梦忆》中写道:人生真正的幸福和欢乐只有在亲密无间的家庭关系中,世界上不会有任何一个地方比自己的家更温暖,无论自己的家是多么的简陋和贫寒。

日本富山婚姻家庭工作者联盟曾对当地部分家庭在节日期间的心情状况做了调查,结果和中国的家庭相类似,也分为很好、好、一般、较差、差和很差六个等级,而且所占比例基本均等,这说明人们的幸福感受不完全取决于生活水平的高低,更多取决于心理感受,取决于人们对情感和亲情的满足程度。这个联盟对该地区的家庭在过节期间提出了八项要求:

一、坚决放下手头的工作,立刻投入家庭怀抱。

二、节日期间必须照顾好好老幼,关爱妻小,做到情与心的统一。

三、不得以任何理由远离家庭,除非遇有不可抗拒的集体利益。

四、失眠家庭要借节日机会改善家庭关系,做到互相关心,相互尊重,力争化解矛盾。

五、关爱晚辈,小尊父母,夫妻疼妻子,妻敬夫君,促使家庭关系和睦融洽。

六、丈夫要多承担家务,妻子要多鼓励支持。

七、要通过家庭活动、外出旅游、户外运动等方式改善家庭关系,促进身心健康。

八、杜绝一切不利于家庭关系的言行,坚决杜绝暴力与冷暴力,否则联盟将代为诉讼,将当事人绳之于法。

联盟将这些要求印发成传单,发送到辖区居民家中,并告诫大家,如有违背将处罚当事人做一整年度的社区义工。

该联盟负责人说,节日对每个家庭都至关重要,在这个特殊时期,每个市民都应该体现出对家庭的责任感,这对促进家庭关系和谐非常重要。社区联盟的职责就是制定居民行为规范并监督执行,让社区居民的生活幸福且有保障。

日本社区组织的做法值得借鉴,我们当下的生活虽然有了很大改善,但节日的快乐与幸福感受未必尽如人意,要想解决这个问题,不仅需要大家的自律,更需要社会的监督与关注,也需要社区基层组织的协调配合,只要上下形成规则和风气,想必幸福快乐、健康阳光的家庭生活就不只是体现在节日当中,一定会植入我们的日常生活,让每个家庭都变得幸福阳光,安康快乐。

过节,给您的心情打打分

□宋家玉:婚姻心理学专家、婚姻情感咨询专家

合家团聚,身心合一,幸福快乐过佳节

无论“五一”,中秋,还是国庆、春节,中国人对这些大小长假都是相当重视的,绝大多数家庭欢聚一堂,幸福快乐地和家人一起过节,只要不因公必须加班,都毫无例外地回家过节。

张先生和妻子孩子生活在广州,男方父母在济南,女方父母在西安,他们每年都要回两边父母家过节,今年国庆节他们回济南,春节计划回西安,毕竟夫妻俩都是独生子女,两边的老人都盼望他们回来团聚。虽然来回跑路费不菲舟车劳顿,但他们觉得这样心里踏实、快乐。张先生每次回济南,不光和父母团聚,叔叔、舅舅哪个也落不下,都跑一遍不说,还把大家请到一起,摆上两桌,叔叔和舅舅两边的亲戚也跟着一年聚一次,还有在济南的同学老朋友也是如此。对于张先生和妻子,一年一度的亲情聚会他们很珍惜,张先生每次和妻子回西安,那边的亲戚朋友也是一个不落,妻子坦言这很正常,过节不就是亲友相聚吗,只要少喝酒,多陪陪老人和亲友是理所应当的。

家庭节日心情调查结果:幸福,快乐,没有不满和缺憾。幸福指数:很高。

过节也在忙工作,不满当中有快乐

小王买了辆二手车跑货运,平常业务还算充实,但干这行不分平常假日,有活就出车,没活就在家做饭带孩子,孩子刚上小学,需要接送。小王妻子在租住的小区里开了一家不到十平米的洗涤用品店,就雇了一个员工,家在外地,平常不回家,过节怎么也得让人家放几天假吧,无奈国庆期间就只能小王妻子一个人上班了。别看过节这几天顾客不多,但每天也能进账个百八十块,几天下来一个月的房租就挣出来了,小本生意就得精打细算。过节这几天小王也呆在店里,一面帮着照看生意,一面看孩子。他们对当下的生活现状虽有些不满,但心态还算乐观。他们正准备攒钱买房呢,在城里能有套属于自己的房子,哪怕小点也没关系,这是小两口最大的愿望。

家庭节日心情调查结果:过不过节无所谓,因为生活有压力,所以不会给自己放假。幸福指数:一般。

人回来了,心却不知在何处

魏先生在一家事业单位工作,职位副科,基本上属于无职无权的工种,妻子在街道办事处工作,孩子上初中,要说这也不算个不错的家庭了,但夫妻关系一直有些问题,用丈夫的话说,妻子比较强势,脾气不好,对他横挑鼻子竖挑眼,他在家感觉不到温暖。用妻子的话说,丈夫的心不在家,对家庭没有责任感,整天心不在焉,人即便回到家里,心不知道在何处,从来就不关心妻子和孩子,回家就是上网看电视,连跟妻子说话的欲望都没有,别说是同房了,才三十三岁的年纪,早已和妻子分房睡多年。用孩子的话说,爸爸妈妈感情不好,见面多是吵架,分开反目相安无事,虽不希望他们离婚,但也不想看到他们整天横眉冷目的样子。人家过节一家人其乐融融的,有的出去旅游,有的家人出去吃饭看电影,总之高高兴兴,快快乐乐的,而自己的家庭永远都只有沉闷。

国庆节这几天,魏先生虽然天天在家里,但基本上是心事重重,闷闷不乐,想出去散散心,又怕妻子数落自己,只能一天到晚看电视上网,偶尔上街买买菜,妻子看他愁眉苦脸,真想让他赶紧出去,离自己越远越好。但妻子知道他的心事,也知道他外面有惦记的人,两口子为此没少吵架,但丈夫死活不承认。既然他不承认外面有人,那就老老实实待在家里吧,结果是人在家里,心不知去了何处,国庆七天假,魏先生像是坐了七天牢,每天过得魂不守舍,十分难熬。

家庭节日心情调查结果:不快乐,不舒心,放假不如上班。幸福指数:低。

节日期间老人家里儿女不断

李大爷今年81岁,老伴77岁,老两口身板还算硬朗,一直都自己生活。膝下两双儿女,加上下一代,一大家子全到齐了整整20口子,可谓满堂子孙福寿双全。

老两口也不是没有烦心事,只是不去计较罢了。孩子们之间也有矛盾,婆媳之间也有摩擦,但大家大面上过得去,甚至表现得还算融洽,老两口也就挺满意的。别说这么一大家子人,就是夫妻两个人不洽,老两口也就挺满意的。想一碗水端平,让每个人都满意,那是不可想象的。李大爷也会闹矛盾吗,想一碗水端平,让每个人都满意,那是不可想象的。李大爷老两口就本着这个原则,求大同存小异,愿意来看看,老两口欢迎,不愿来,老两口也不埋怨不强求,老两口就图个安心,只要不让老两口生气,比什么都强。说实在话,孩子们也算不错,意见归意见,成见归成见,对老人,孩子们还是尽心尽力的,不光节假日会聚在老人身边,平时谁有空谁回去看看,不买东西是小事,心里想着老人就足够了。节日聚会给老人带来了无比的快乐,老人说不图吃穿,就想看到孩子们围坐在一起,有说有笑,高高兴兴的,这比什么都重要。

家庭节日心情调查结果:心满意足,高兴快乐。幸福指数:高。

虽然放假,但没有其乐融融的感觉

刘先生是企业高管,妻子在高校工作,儿子在外地上大学,他们家基本上是各忙各的,刘先生很少在家吃饭,别说是顾家了,就连妻子想和他痛痛快快地聊聊天说说话都成了奢望。过节这些天刘先生虽然在家里,但妻子基本上体会不到夫妻在一起的幸福。刘先生除了抽一天时间陪妻子去看老丈人外,其他亲友处基本不去。他弟弟、妹妹和小姨子过节期间会来串门,刘先生最多也就留他们吃顿饭,没什么太多的沟通和交流。妻子早就习惯了丈夫的做法,不管他在家还是在外面,都一本正经的,像个冷血动物似的,就连儿子都不愿跟他多说话,嫌他太呆板,不通人情。妻子说丈夫长期做企业管理工作,养成了一种高高在上说一不二的习惯,回到家里还是带着这种作风,好像家人也得和员工一样敬着他才行。这让家人很不舒服。孩子的姥爷曾嘱咐大家,要多理解刘,他在外养成的习惯很难改变,尤其是当了领导,人的观念和态度都会有改变,这是人之常情,应该给以理解。

节日中,夫妻俩基本上是闲赋在家无事可做,刘先生除了上上网,看看电视,最多的就是接单位的电话,妻子想和他出去玩玩,刘先生根本没那个兴致,他只想在家休息休息,结果长假中妻子过得跟往常没两样,除了打扫卫生就是洗衣做饭,她说自己的生活一直就这样平平淡淡,老公在家和不在家一个样,过不过节也一个样,没啥幸福不幸福的。

家庭节日心情调查结果:没有太多的幸福感愉悦感,生活就像白开水,过不过节一个样。幸福指数:较低。

孤独的娘俩,只有回娘家过节

于女士36岁,保险公司职员,女儿10岁,丈夫做医疗器械生意,一年在家的时间全加起来不超过一个月,这种日子于女士已经习惯了。一丈在家的财务状况她一点不清楚,只是女儿上学用钱或家里买大件用品的时候,丈夫会出钱,他的作用仅是如此。过年的时候,丈夫多半不会在家,理由是越是过节越需要打点人情,疏通人脉。于女士知道自己没办法改变他什么,既然改变不了,就干脆撒手不管。她知道自己的婚姻能力改变他什么,既然改变不了,就干脆撒手不管。她知道自己的婚姻很失败,如果管得太多或知道得太多,恐怕连自己都承受不了,她早就接受了朋友们的规劝,多一事不如少一事,只要丈夫不抱着和别人生的孩子回来,她就当什么事也没发生,什么事也不知道。

今年国庆节,于女士打算自己带女儿回娘家过节,娘家爸妈很通情理,只要女儿能接受这样的生活,他们就不干涉女儿的选择,只好女儿的“后勤”,女儿外孙女想回家,老两口热情欢迎,就连大舅哥也非常通情达理,从来不理怨妹妹指责妹夫,从不说过头话。就这样的娘家人,于女士的丈夫一点不领情,从不主动看望岳父母,别说是平时的嘘寒问暖了,这让于女士伤透了心,看着才十岁大的女儿,她怎么也下不了狠心了。这让于女士伤透了心,看着才十岁大的女儿,她怎么也下不了狠心了。这让于女士伤透了心,看着才十岁大的女儿,她怎么也下不了狠心了。

家庭节日心情调查结果:悲痛,伤心,难过。幸福指数:很低。