



求助热线  
讲述心灵困惑 聆听专家释疑

热线: 18764175582  
QQ: 541739910  
邮箱: qjwan2007@126.com

# 老公的隐私电话成了我的心病

口述:汪慧 记录:舒平

这两天,天气不好,我的心情也不好,就想找一个人咨询一下,我老公尔泰经常给别的女人打电话,我该怎么办?说起来,我们结婚也有十多年了,夫妻俩开一家小公司,大大小小也算个老板,公司经营方面我能力比较强,但表面上我都让着老公,他这个人面子比天都重要,我从来都是小心翼翼地不去伤害他的面子,可他怎么就不考虑一下我的感受?

没发生这件事之前,我还感觉我们夫妻之间感情挺好的,尔泰是个很能说的人,理论一套一套的,我们俩在家里也基本上是畅所欲言,想说什么就说什么,有什么事情也是有商有量。有时候,公司里有些决策性的事务,尔泰非要做一个什么决定,我也尽量不阻止他,虽然大多数时候,总是我的意见正确的多,但只要是为了他好,哪怕事情做得有点过火,我也会忍一忍,但这件事,我只要一想着心里就难受。

大概是半年前吧,有几次,夜深人静的,我上卫生间无意中,发现尔泰不睡觉,跑到书房里打电话,最怪的是,他还把房门反锁着,我问他干什么神秘的?尔泰说,他睡不着和朋友聊天,我半开玩笑半认真说:“那你让我查一下电话记录,我心里平衡一下!”尔泰马上不高兴了,他说:“你怎么连夫妻之间最起码的信任也没有?”

当时,我也真相信没什么,可尔泰自己先心虚了,他怕我查电话记录,居然单独买了张卡,把旧手机卡藏在衣服口袋里,每天随身带着,可百密一疏,有一天洗衣服,还是让我发现了。我这个人胸襟再宽广,我也是个女人啊,那天,我还真好奇了,就查了一下他的聊天记录,结果全是尔泰晚上十点以后打给另一个女人的电话,最长的一个电话将近四个小时,天哪,我这心里是什么滋味啊?

接电话的女人,其实就是我们公司的一个女员工,平时,我对她印象还挺好的,不是一个话多的人,长得很普通,思想也比较保守,她家在外地,和她老公常年两地分居,她也寂寞空虚吧?可他们这样聊能聊出什么来?一个老板和一个女员工,他们想干什么?

到了晚上,我尽量心平气和地对尔泰说:“别再打电话了!”可是,尔泰还不同意,口口声声说:“这是我的隐私权,我不是在谈情说爱!”我说:“那你就一点也不顾及我的感受吗?”尔泰考虑了一会儿,说:“行,我不打了!”但他打电话已经成瘾了,一连两个晚上不打电话了,他就浑身难受,围着屋子团团乱转。

我看着不对劲,就主动给那个女员工打了电话,女员工说:“我也和他说了,这样不好,但他死乞白赖地缠着我,非要给我打电话,你家芝麻绿豆大的事也要和我说一说,实在没话说,就给我唱歌,有时候,拿一本书念一个晚上!我也有老公孩子,白天干活那么累,晚上还要接那么长时间电话,我也挺烦的,可我不接电话,老板就哭得挺伤心的!”这些话,是真是假只有他们知道,但我还是和女员工说:“老板骚扰了你这么长时间,对不起!”

没两天,尔泰又给女员工打电话了,就是一些吃饭了没有吃了什么一类的话,这不是有病吗?白天呢,他也能见到那个女员工,但他从来不和人家说话,就装着不认识一样。我说:“你骗骗我吧,你要想和她好,你说出来,我决不敢揭你们,该离就离!”尔泰说:“你装糊涂不行吗?你较真干吗?我什么时候想离婚了?”他那意思,他就是打电话上瘾了,让我别管他,还他隐私权!弄来弄去,倒成了我有疑心病了?我侵犯他们俩的隐私权了?

刚好国庆放假,我和尔泰说,让那女员工别来上班了,省得我看了她心里别扭。结果尔泰发了疯似的,冲我大吼大叫,说不能做对不起人家的事,我说:“你改不了,我只能强制!”尔泰不再说话,光喝闷酒,到底他们之间有什么事瞒着我?我现在也浑身不得劲,心里疙疙瘩瘩地难受,甚至觉得自己怎么这么失败?婚姻出了问题,我却不知道病根在哪里?



专家援助

## 婚姻没有义务保护隐私

□宋家玉(婚姻心理学专家、婚姻情感咨询专家)

有隐私的人可能不在少数,换句话说,一个完全透明的人或许是不常见的。对婚姻来讲,女人的忠诚与透明度是远高于男人的,这无需争论或狡辩,不用拿少数怀有隐私的妻子比对数量庞大的“心怀鬼胎”的丈夫。美国著名的婚姻心理学家福斯迪克说:“女人视婚姻如生命,即便有隐私也多屈从于她的婚姻,有悖婚姻的隐私往往和女人不幸的婚姻有关。男人的隐私常有悖于他的婚姻,多半是为了自己的消遣服务的。”

夫妻间的隐私一般有两种,一种是不良隐私,多指有悖道德的隐瞒;第二种是假性(非恶意)隐私,是为了不伤害对方而蓄意隐瞒的事情,也称善意的欺骗,多与伦理道德无关。不管怎么说,一旦隐私被对方识破,还一味强烈地要求保护自己的隐私,尤其是第一类有悖伦理的隐私,是十分荒唐可笑的。

当妻子汪慧发现了丈夫尔泰的隐私后,丈夫说:“你怎么连夫妻间最起码的信任也没有?”妻子在掌握了丈夫确切的隐私证据后,丈夫又说:“你装糊涂不行

吗?干吗这么较真?我什么时候想离婚了?”意思是妻子不应该干涉丈夫的隐私,应该做到视而不见,否则就侵犯了丈夫的隐私权。

这种情况在婚姻咨询中颇为常见,几乎90%的婚姻问题都有类似状况,老公不想离婚,但想保有隐私,而老公的隐私又多以伤害婚姻家庭为背景,只是老公们不这么认为罢了。就像这个尔泰所说,他和女下属之间没什么,“很正常”的同事关系,仅仅是打打电话而已,妻子不用较真,装糊涂就行。既然丈夫这么“坦荡”地看待这种交往,那妻子也应该向丈夫学习学习,不妨也找个异性知己,没事关上门在房间里煲个电话粥,老公既然这么看得开,想必不会计较的,一定能睁只眼闭只眼装糊涂,既不多心,也不会侵犯妻子的隐私。尔泰及持相同论调的老公们,是这样吗?

说实在话,不管尔泰与女下属之间有没有不正常的关系,这种隐私都不可能被双方的婚姻家庭所接受,尔泰理直气壮地要“隐私权”,说明他幼稚到了极点。“白天在单位见到女下属跟不认识

似的,晚上死乞白赖地给人家打电话,芝麻绿豆大的事都要和人家说一说,实在没话说就唱歌或拿本书念一晚”,由此得出两种结论,一是尔泰对女下属有超强的情感依赖,精神上的出轨略见一斑;二是尔泰心理不健康,在虚拟孤寂的情感世界里迷失自己,逃避现实。解决的办法有两种,如是前者,女员工一定要辞退,这对她、对尔泰、对两个家庭都有好处,不存在对得起谁对不起谁的问题;如是后者,尔泰应该接受心理咨询,检查的重点是强迫心境和情感依赖症,一个健康的男人是不会用虚幻移情的方式纠缠其他女人的,何况没有任何线索提示他的婚姻存在不幸。

婚姻没有义务保护隐私,对善意的谎言,婚姻持谨慎态度,婚姻只接受真情与坦诚,如果一方确实有了知己,但说无妨,那种“醉死不认半壶酒钱”的假真诚,非但维系不了婚姻,还会给婚姻添乱。正确的做法是,知己不是不可以有,但不应该成为隐私,更无需为此编造谎言,知己应该成为婚姻的伙伴,难道这样做有什么不可以吗?

走进咨询室

## 如何理顺蹩脚的室友关系的

□杨素华(山东商业职业技术学院心理健康教育中心主任,国家注册心理咨询师)

10月,大学新生经过了严格的军训后,开始了稳定有序的学业生活,这时各种适应问题也相继出现了。

来自海滨城市的小雯,家境较好,不但学习成绩优秀,而且能歌善舞,长相清秀,深得老师和同学的喜欢。从小学到高中,小雯都是走读,没有住校的经验。小雯的妈妈勤快讲卫生,家里总是整洁有序。但是俗话说,勤快妈妈懒女儿,小雯在家除了学习,从没做过家务。上大学后,小雯很多方面都不如意,特别是与舍友的关系,使她陷入深深的孤独和无助之中,心情异常郁闷和烦躁。在一个下午,小雯走进了咨询室。

“宿舍住着6个人,感觉很拥挤、嘈杂,而且要求我们轮流做值日,严格按照要求叠军被,并以宿舍为单位进行评比。我在家从不干这些,所以总是干不好,为此,经常受到同学们的埋怨,有时就会吵起来。”她愤怒地向我抱怨,似乎有很多委屈。

“如果你认真做,就像对待学习一样,你能做好吗?”我让其换个角度看问题。“或许能做好吧,但我实在不愿做。”“也就是说你是有能力做好的,只是你不愿去做。那么,你是怎么看待学校的这项要求的?它对大学生的健康成长是否有利?作为大学生,你是否应该忘掉父母的过度呵护,像舍友一样认真做值日,不给舍友带来麻烦?考虑清楚这些问题或许对你有很大帮助。”

小雯沉思许久,用力点了点头。看得出她不是一个非常固执的孩子。

“老师,我与同学关系不太好的另外一个原因是,她们认为我清高和虚伪,我听到后很震惊,原来从没人这样说过我。”

“你宿舍的同学都来自于什么地方?家庭情况怎么样?是一个同学偶尔这么说你还是她们基本都是这样评价你?你认为她们为什么这么说你?”大学生应该学会换位思考,通过多角度看问题,客观评价自我。

“或许因为我家的条件比较好。我觉得她们买的衣服真的不太好看,有时她们问我,我就‘还行,还行’地敷衍;食堂的大锅菜不好吃,我经常吃小炒;她们买的零食质量也不好,即使给我,我也不愿吃,而我买的零食价格都比较高,我确实有点不舍得与她们分享;她们聊天的内容我也不喜欢。”小雯喋喋不休地罗列着与同学的不同之处,但无疑都是别人不如她的地方。

“你如果只俯视她们,怎么能做到理解、尊重她们,并和谐相处?当你比较认可某个同学的行为时,你会怎样评价她?而她对你的态度又是怎样的?”

“我们宿舍的兰馨干活特利索,每当我军被叠不好时,都是她帮我,做值日时也经常帮我,我从内心佩服她,经常对她表示感谢,所以我俩的关系还不错。”

“你看,人际交往的黄金法则——‘像你希望别人如何对待你那样去对待别人’是很有道理的,你转变了看待别人的态度,别人就会转变看你的视角。今后,能否把你对兰馨的态度嫁接到别人那里?”

受到鼓励的小雯,渐渐恢复了自信心,急切地向我讨教具体的做法。

“其实很简单,就是养成拿着放大镜寻找别人优点的习惯,用欣赏的眼光平视同学。每天晚上睡觉前,认真写出5条或上有关舍友的优点(每人至少1条),分析哪些是值得你学习的、你自己在哪些方面做了改进、取得了什么进步。”我不断引导小雯进行正向思维,并强化她的成功经验。

一周后,小雯再次来到心理咨询室,很高兴地告诉我,回去后她首先调整了自己的情绪,并认真完成了“课下作业”,现在已很愿意待在“集体的窝里”。