

女人是天生的爱情动物,然而她们在追求爱的满足与完美时,往往不自知地患了过度依赖症。如果说女人的爱情代表着女人的生活质量,那么带“病”的生活注定不是健康的。姐妹们,注意了,千万不要做爱情中的“拖油瓶”!

## 电话紧迫盯人 过度依赖对方

# 谁是爱情中的“拖油瓶”?

□淘小七

### 一个小时打一百多个电话,我错了吗

讲述人:晓蓝 女 27岁

我和男朋友在一起差不多5年了,我非常在意他,不在一起时,我们经常电话聊天,会聊很久。但是,他只要不在家时,就只接别人电话,而我的电话却挂掉不接。而且,每次在电话中吵架,没等我说完他就会把电话挂掉,之后我再怎么打,打多少个都不接。他还有另外一个手机,说是工作电话,那个电话一响,他就会把我的电话挂掉。

那天,他因为之前被车撞了,去医院办工伤保险,在公交车站等车。我给他打电话询问情况,他就嫌我话多,还说因为我话多而错过了一班车。正在这时,那个工作手机响起来了,他就把我的电话挂掉去接。然后他又打过来的时候,我们就吵了起来,他一下就把电话挂掉了,我打过去N次,他怎么都不接,后来接了也是态度很恶劣,甚至用脏话骂我,说他已

经上了公交车,不能接。一分钟之前还说车要半个小时才来,怎么一挂电话就说已经上车了?后来我就一直给他打电话,他则一直挂我的电话,还发信息骂我,说我太烦。

后来虽然我们和好了,但他不接电话的情况还是时有发生,有时候我打电话怎么都找不到他,就会感觉很紧张,一会儿猜疑他移情别恋了,一会儿又担心他会不会遭遇意外,所

以我就坐在那里不停地打,有时候一个多小时能打一百多次,直到他接电话为止。最近,他提出了分手,说我不正常,把他手机都打坏了,要我去医院检查检查心理是否有问题。

**支招:**一个小时一百多个电话,即便是出于关心和爱,也会让你的另一半喘不过气的……试试放手让他(她)自由一点,给彼此多一点空间,也许你会发现,爱原来没必要那么累……



链接

### 过度依赖“五宗罪”

日前,有网友发帖“女友太粘人你们怎么办”,总结出过度依赖“五宗罪”:

- 1.除了上班,要求两个人做什么都在一起。
- 2.自己一个人的时候,必须解释清楚在做什么。
- 3.女性朋友打电话,一定要刨根问底。
- 4.生气了就不接电话。
- 5.做家务必须两个人一起。

### 检查一下自己 有没有过度依赖

和他(她)在一起的时候,不停地自己的事,好像汇报工作。

一直坚信,自己对他(她)的爱是不可取代的。

最近,除了他(她)以外,你几乎不跟其他人一起出去玩。

强烈希望他(她)时时刻刻想着自己,因为怕错过他(她)的短信,连睡觉时把手机放在枕边。

在面临选择的时候,总是想先得到他(她)的建议和保证,即使只是一件日常小事。

独处时经常被“遭人抛弃”的念头所折磨,竭尽全力逃避孤独。

过度容忍,为了维持你们的关系,愿意做很多违背自己意愿的事。

很容易因为他(她)对你的评价而受到伤害。

当亲密关系突然终止,你觉得自己无助得近于崩溃……

假如这些症状你具备3条以上,恭喜你,你有情感依赖倾向;假如你有5项以上,那说明你已经中标了——你得了过度依赖症!

### 女友太粘人,我只好申请加班

讲述人:周周 男 28岁

我和女友相恋一年多了,她对我很好,很体贴,平时我们也没有有什么大的分歧,可我就是觉得她太粘人,以前我觉得她粘我是因为喜欢我,但最近一个月来我觉得随时都像被监控着,在女朋友面前不敢接女性的电话,否则就一定要解释清楚,有时候真的有窒息的感觉。我只是希望有自己的空间,这事我曾经跟女友提过,但她认为我变心了,于是跟我哭哭啼啼,大吵大闹。我不想跟她吵

架,只有选择加班来逃避。

我的一个哥们儿听我说了这种感觉,还劝我说,粘人是好事,不粘才有问题。但他后来去了我家几次,也发现确实“粘得过了点儿”。有一次,这哥们儿在我家打游戏,我的女友则在一旁扫地,当扫完地后就一定要我拖地,拖地的时候,她就陪着在旁边指指点点,“这里弄花了,那里没拖干净”。女友是希望两人能一起做同一件事,这样显得很恩爱,有点“同甘苦、

共患难”的味道。做饭也是,如果女友洗菜切菜,那我就肯定要被喊去炒菜,否则女友肯定要不高兴,我也肯定会被骂。这种状况,后来连我哥们儿也看不下去了,私下跟我说:趁还没结婚,赶紧分了算了,否则被粘一辈子可就惨了。可我一时还下不了这个决心,毕竟女友也是因为爱我才会粘我啊。

**支招:**心里越空虚或越不成熟的人,越容易依赖对方来支撑他(她)脆弱的自我价值

感,不知不觉地,期望对方能随时随地无条件接纳他(她),随时随地把他(她)摆在第一位;心里越没有安全感的人,日后对爱人的要求越是加倍,所以在爱情中的人,心理上往往退化回到婴孩时期,这样的心理是应该得到包容的。但是,婴孩想得到照顾最好的办法是哭闹,可在成人的世界中是行不通的,要想拥有美好的爱情和婚姻,双方必须尝试了解对方,体谅对方。

### 她的过度依赖最终让我们分手

讲述人:文亮 男 30岁

我和女友小艾是经人介绍认识的,但也算一见钟情,第一眼我就被她吸引了,感觉好像在哪里见过她似的。被我“考察”得很不好意思,小艾干脆有板有眼地给我讲起了笑话。我们的爱情就在笑声中开始了。

小艾是个十足的浪漫主义者,脑子里总是有各种各样奇特的想法。这让我总想去探索她的丰富内心。但让我头疼的是,小艾也是个依赖性特别强的女孩子。有段时间,我被公司派去外地工作,这让我们

饱尝了相思之苦。因为不能手牵手漫步,小艾就要求我每天必须打一个电话、发几条短信。有时我工作忙忘记了,小艾就会打来电话,一边批评教育,一边循循善诱,直到我屈服为止。在那样的恋爱季节,即使我心里有一种被缠绕的感觉,也是甜蜜的。

今年5月底,公司让我参加一个在北京的培训,为期半年。小艾恋恋不舍地把我送上列车。刚到北京的时候,小艾的电话、短信满是甜蜜和相思。

可是两个月后,铺天盖地而来的电话、短信,完全是哭哭啼啼地诉说她的苦闷和委屈,一遍遍地央求我回家。无奈之下,我请了两天假,匆匆赶回去看她。小艾很高兴,手舞足蹈,一扫之前的苦闷。我们高高兴兴地玩了两天。

可是,我临走的那天下午,她开始软磨硬泡地要我多留会儿。最后,当我急匆匆赶到火车站时,已经买不到去北京的火车票了。第二天早上,培训中心的负责人打来电话,听了我的解释后,仍然不肯罢休。我被辞退了,因为公司无法容忍自己的职员连最起码的守时都做不到。

在家闲了一段时间,终于有了个到杭州工作的机会,我决定去试试。在一所职业大学做了老师。可工作刚刚稳定下来,小艾又开始催促我回家。她一次次发来短信:“如果你真的

爱我就早点回来吧!相思积累太多,人会发疯的!”

有了上次的经验,我没有轻举妄动,而是在电话里一遍遍地解释。刚开始,小艾还能接受。可是,渐渐地她厌烦了我的解释。9月18日晚上,小艾给我发来了最后一条短信:“花该谢就谢,情该断则断,没有力量可以阻挡,我们好聚好散吧!”

我不敢相信,小艾竟然因此提出了分手。接下来的日子,我如坐针毡,天天盼国庆长假。终于放假了,我回了家,小艾却怎么也不见我,她在电话里说,她的心已经死了,我给不了她想要的东西……

**支招:**有了爱情,绝不意味着两个人从此合为一体,每个人都是独立的,都应该有独立的思想,生活和工作,即使爱情再甜蜜,也绝对不能丢失了自己。

编辑:孔昕  
美编:马晓迪  
邮箱:qlwbkx@163.com

