



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



礼物三品

□蒋硕 心理咨询师、婚姻咨询师、
赛林纳心理咨询中心创办人

星河刚过了个生日，看着收到的一堆礼物哭笑不得：金花戒指、水晶手串、羊绒围巾、护肤套装、茶叶茶具、皮面本子……东西都不便宜，却让她怀疑人生：莫非自己的盛世美颜和高冷审美都是自恋，在别人眼里，不过是个低俗中年？

还好老公送的东西没这么叫人嫌弃：钱。也是因为多年磨合，省了麻烦。但看着手机里的转账记录，也有点怅然若失，觉得没什么趣味。

“我是不是还有点‘作’呢？”星河怪不好意思地问。说起来礼物这事老生常谈，女人遇到这事多少要“作”一“作”，对外人也就算了，亲密的人，总在这时看出亲密的品质，难免有憾。

“礼物嘛，也分上中下三品，和亲密关系一样。”星河这样说，并且不怕俗气地用刚上市的iPhone7作为例子：

“先说下品——我想要个iPhone7，我不说，让你猜，你猜不着，买了三星或别的杂牌，或者根本没买手机，买了不相干的东西，和我需求、品位完全不搭界的东西，我就生气，你也生气，觉得咱俩这关系真没劲。”

“再说中品——我想要个iPhone7，你说好，买吧，我付钱。”

“上品呢，是这样——我想要个iPhone7，还没说，你已经买了，知道我喜欢哪个颜色，了解我需要多大内存，同时还想到我喜欢日本漆器，特意找到了高蒔绘的壳，还想到我常出差，多买一套充电头和电源线方便行李箱里，还想到我有洁癖，多买几张膜用脏了好换……当然，送货时间刚好是我在的时候。”

这样的总结令人莞尔，好像真的很自恋，还很理想主义。但想一想，并没错，亲密关系确实也可以用这样的层次划分：

下品——彼此不了解，又不能正面表达，用封闭、幼稚、自我中心的方式相处，一味要求对方，感到难以满足；

中品——能正面表达，具有彼此满足的能力，避免了物质和精神资源的损耗，但很像“公事公办”，缺乏情感色彩，当然也没有“溢价”的喜悦；

上品——彼此了解，愿意为彼此投入，尊重对方的需求和喜好，只满足，不批判(比如对洁癖)。

“但这很难。”星河说，“我和老公算很好了，不也才到‘中品’吗？更好的境界，我说得出，却不知怎么做得到。”

这大概是很多人的困惑。礼物只是小事，亲密关系的建设才是恒久命题。想拥有一段“上品关系”？你得做到这些：

首先，寻找与你匹配的人，不仅是“买得起iPhone7”这种匹配，还有审美、消费观、表达方式、生活模式的一致(同时具有个性的差异)。如果做不到这一点，在不平等的基础上，抱着“改造”或“施舍”的愿望去构建关系，结局往往是巨大的失望。

其次，保持彼此探索的热情，相信并容许对方身上有你未知的部分，相信对方值得你付出时间与精神去了解，在了解的同时保有边界。

再者，去满足对方，而不是感动自己。记得那条“小伙亲手为女友制作木梳遭嫌弃”的新闻吗？那真的不是什么虚荣作祟，而是一厢情愿的下场。我们其实应该乐于见到这样“不被绑架”的故事，以此提示我们去学习真正对他人的尊重。

所有这些都是平等的。在关系中，我们率先去尝试这样做，才能得到同样的亲密伴侣，而体会到互动的乐趣，关系才会不断延伸。那时，我们都会获得最上品的礼物：满足，成长，以“我们”的方式。

他把婚姻当成了儿戏怎么办

口述：红联
记录：舒平

都说儿大不由娘，我闺女今年已经26岁了，按说，我是不该管她的事了。可是，孩子再大，她也是我亲生的骨肉，我不能眼睁睁地看着她，一步一步往火坑里跳啊！

说起来，我这孩子哪都好，就是太执拗。当初，喜欢她的男孩子也不是没有，她偏偏就看中了她的一个高中同学，大学毕业后，两个人瞒着家长，谈了两年，被我们发现了，那男孩子才第一次上我们家门。

第一印象就不好，我们家还有爷爷奶奶，那小伙子来吃饭，来晚了不说，还空着手，一点礼数也没有。后来，一拉呱，才知道他的父母在他小时候就离异了，而他父亲另组家庭结婚生子，他就没人管了。

后来，我们也多方打听，他们家的家庭关系还真是复杂，那男孩子就一个奶奶跟他最亲，那奶奶张口闭口说他前儿媳的不是。那男孩子呢，大概受家庭影响，从小不好好读书，老师也管不了，上了个三本，混了个文凭，也没什么正式工作。

我们家呢，都在企业里，工资不算高，但一家子几代人，安安稳稳，尤其是我闺女，简简单单的一个孩子，一点歪歪肠子也没有，跟人家就不是一路人。我们就都劝闺女，咱们还是算了，重新再找一个合适的男孩子。可是，怎么说，我那孩子她都听不进去，她就认定了他，说他对她挺好的，两个人是真心相爱。没办法，我们做家长的只好默认了，唉，只要他真心对我孩子好，我们也不强求别的了。

这不，春天订了婚，说好了十月份结婚。六月份，男孩子家买了一个二手房，正装修着，闹矛盾了，说是怀疑我闺女和单位的一个男同事关系不正常，我闺女就跟他解释，她都要结婚了，怎么可能和同事有什么关系？他不信，翻来覆去地找我闺女吵，后来，提出一个条件，要我闺女辞职。

这算怎么回事呢？现在大学毕业生那么多，找一份安稳的工作容易吗？你就为了你的疑心，让我闺女辞职，那以后的日子还长着呢，怎么过？谈来谈去，这个事就谈崩了，给他打电话，他也不接，我闺女回到家里哭了好几场。

我们做家长的看在眼里，疼在心里。就约了双方家长一块吃饭，商量这个婚事到底怎么办？要准备结婚呢，就慎重一些，别再为了一点小事成天吵吵嚷嚷的；要老这么怀疑来怀疑去，干脆好聚好散，互相别耽搁。我们这话不算过分吧？那男孩子脾气倒大了，说，“我本来就不想结婚，你们把订金和订婚戒指还给我，干脆退婚！”

这一下子，是把我们的心都寒透了，这是什么孩子啊？婚姻在他眼里就是儿戏，说散就散，还这么红口白牙地当面要订金和戒指，一点余地也不留，太绝情了！我们那个气啊，就没法说了。

可是，这个男孩一转身，又来勾搭我闺女，偷着瞒着约我闺女出去玩，我们真是恨得牙痒痒，这孩子到底是什么人啊？你说你是想和我闺女复合吗？他也不说。你说你是要着玩吧，我闺女都快27岁了，她一个姑娘家怎么耗得起？最气的是我这个傻闺女，人家一个电话就叫出去了，这样下去算什么呀？

前些天，我闺女还专门从网上找了个心理咨询公司，人家提建议说，你要多和那男孩子交流，不能提复合的事，你一提他就会跑了，你要慢慢感动他，给他时间，这期间，除非你怀孕了，他才可能娶你。

我听了，气得都差没背过气去，这不是让我闺女往火坑里跳吗？那傻孩子要真就这么稀里糊涂怀孕了，以后遭的罪还有完吗？唉，我怎么劝我这孩子回头呢？



【专家援助】

母亲且耐心 女儿当反思

□舒天 (国家二级心理咨询师、“青未了·心理咨询工作室”特约作者)

红联的第一句话说得挺明白的：儿大不由娘。俗语还说：女大不中留，留来留去结冤仇。红联为女儿着急上火，真是有些怨声载道了。往往女生认为的真爱，在父母看来，就不那么完美，父母总会从多方面考虑和权衡，所以，遭遇父母反对的婚恋，不在少数。

在红联眼中，女儿的男友哪哪都不好。第一印象不好，没有礼数；家境不好，家庭关系复杂；读书不好，混了个文凭；工作不好，没什么正式工作。再看自己的女儿呢。“我这孩子哪都好，就是太执拗了”；“简简单单的一个孩子，一点歪歪肠子也没有”；自己的家庭呢，几代人安安稳稳。所以说，自己家闺女跟对方就不是一路人。

言为心声，已经看出红联有失偏颇。将心比心，自家孩子是宝，不代表别人家孩子是草。再有，姑娘大了，家长应给予充分的信任，焦急的态度会传递给女儿，给她无形的压力，催生她的逆反心理。这段磕磕绊绊的恋爱中，男方的种种不是，作为母亲的红联有认知，红联的姑娘也会有自己的看法。年轻人闹别扭了，父母会是倾诉对象，母亲听到抱怨，及时提供情感帮助，但要保持清醒，不能一味地向着自家孩子。劝孩子冷静分析，而不是替孩子争气出头。凡事想着替孩子争个高下，不仅伤害对方也会伤害自己的孩子，伤及两人感情。

在后来发生的矛盾中，做家长的直接出面，商量这个婚事怎么办，甚至越俎代庖，说“要准备结婚呢，就慎重一些，别再为了一点小事成天吵吵嚷嚷的；要老这么怀疑来怀疑去，干脆好聚好散，互相别耽搁。”红联自认为，这话并不过分。道理没错，可在双方家宴的场合，作为家长直接把这话撂对方脸上，不是有可能激发更大的矛盾吗？激怒在先，男孩子马上表达了更为过分的态度：

退婚，退还订金和订婚戒指！

话不投机半句多，分析话语的是非完全没什么意义。关键是，恋爱婚姻，是人生大事，但说到底，是儿女自己的事。父母有的只是建议权，决定权则在儿女本身。在这个案例中，母亲且耐心，女儿当反思。一波三折、吵吵闹闹，也是磨合和成长的过程，能不能走到一起是缘分，但成长是每个人自己的经历。心理学上有个很重要的概念叫“边界”，家长模糊了与成人孩子的边界，参与多、代办多，实际上这样的家长本身人格还不够完善，也需要自我反省并进行行为上的调整。年轻人之间出现问题，父母应该处于旁观者的角色，动不动就亲自上阵只会乱上加乱，小事变大事，原本简单的事情也变得复杂。孩子夹在中间难做人，也不利于问题的真正解决。红联可以跟女儿多举些实例，少讲道理，易于孩子接受。同时，摆正位置，建议而不越位，尊重女儿的最终决定权。

至于女孩子年纪大了，经不起折腾。大可不必这样想，只有该结婚的感情，没有该结婚的年龄。比起早一点步入婚姻殿堂，母亲不是更希望女儿婚姻幸福吗？

红联的女儿也确实要好好反思一下。恋爱容易冲昏头脑，有些问题在爱的蒙蔽下觉不出是问题，甚至还会被看成是优点。婚姻大事，需要慎重考虑和理性思考，随心选择固然重要，征询一下父母、长辈或者同龄朋友的建议，听听不同意见，对判断对方是否适合相携一生也是有益的。母亲的话更不妨听一听，母亲不仅仅阅历深、见识多，还是这世上最爱自己的人。

无法改变别人不如改变自己。母亲、女儿各自退回到自己的边界内，母亲放下过分的干扰和担忧，女儿独立成熟地处理自己的感情，彼此信任有效沟通，事情还是会有所改观的。