



一对年轻小夫妻打架,跑来找我,两人都是一肚子委屈,感觉对方伤害了自己。女孩子因为是我看着长大的,所以对她的脾气我很了解,男孩子接触不多,一直感觉他是个脾气不错的人,不知他为什么会动手打了老婆。问他们原因,两人便你不让我、我不让你地倒开了苦水……

学会吵架 能让婚姻更美满

女孩儿说:“我累了一天回家来,想给他做点好吃的,让他帮帮忙,他就不愿意,每次都是这样,在家什么都不干,让他帮帮我我还跟我吵。”

男孩儿忍不住插嘴:“我什么时候不帮忙啦?你让我帮忙就好,好说让我帮忙,一上来就说什么都不干,天天我干多少活你都说不干,谁愿意听你天天说这个啊!”

看来,他们之间发生的事情,远不是表面上说到的那么简单,这次打架,也是日积月累的结果。

这个女孩从小生活在父母的争吵中,与父母很疏离,尤其是与妈妈,关系简直是剑拔弩张。后来上大学离家,很多年不与家人联系,她的妈妈也是不闻不问。有邻居问起来,她妈妈就说全当没有这个女儿,谁也不知道为什么她们之间会有那么多的仇怨。在这妈妈眼里,女儿非常糟糕——尽管邻居们并不那样认为。

我问这男孩:“在你的家里,有人会打架吗?”这一问可不得了,说起自己的成长史,他也是鼻涕一把泪一把:他成长于一个贫穷的山村,那里的家庭文化,男人作为重劳力有着举足轻重的地位,他上面还有几个哥哥,从小在地里劳动,只有他,父母想改换门庭,从小就不让他下地,让他一门心思读书。其实他书读得并不好,所以哥哥们常笑话他。在这

个有一堆男人,而只有母亲一个女人的家庭里,妈妈没有什么地位,她要做所有的家务,照顾好所有的男人,所以她常年累得直不起腰,但她也不能改变什么,唯一的武器就是抱怨。

从小在这样的环境长大的他,忍受着妈妈的抱怨,忍受着哥哥们的奚落。而父亲在家里有绝对的权力,只要他开口,别人是大气也不敢出一声的。

男孩说着自己长大的那个家,好像明白了什么:“所以,我受不了她唠叨我。”这男孩儿有很好的反思能力。但是女孩儿一看到男孩儿语气上有些松动,在气势上就又涨了一层,不断诉说着男孩儿的不好。男孩子几次气红了脸,想要争辩,被我示意停下了。我能看出来,男孩儿的争辩不会有用,因为女孩子似乎缺少一些去理解他的情感和他们之间关系的能力,她明显有激怒他的冲动,而这远不是男孩子对付得了的。她应该寻找心理专家帮助。

这场两人之间的争执,其实是两个人内部世界的战争。我们无法简单地划分对与错。当他们感觉对方伤害了自己时,在他们的感情世界里,那些感觉都是真实的,但是这场战争到底是如何点燃的呢?

女孩儿回到家,想做点好吃的,想让丈夫帮些忙,而这个帮忙的需要已触动了丈夫的心理按钮:做家务是女人的事情,我是男

人,如果去做家务,是羞耻的。

当女孩儿叫丈夫,但是丈夫没有回应时,就触发了她的心理按钮:我是被忽略的,没有人在乎我的感受,爸爸妈妈只忙着打架,妈妈一点都不喜欢我,才不在乎我是不是需要帮忙。

于是女孩儿开始生气、唠叨丈夫,再度触发了丈夫的心理按钮:所有人都嘲笑我,从来没有人尊重过我的感受!

丈夫开始愤怒,以至于动手,就像当年他所看到的父亲的样子。女孩子开始哭泣,边哭边责骂丈夫,就像当年妈妈对她的态度。

如果,当然只是如果,如果两个人的成长经历不是那样的,这场纷争的结果可能会完全不同。表面看起来是两个人的冲突,背后其实是两个家族的系统。

在他们的婚姻中,还有一个特别之处,女孩儿大学毕业,有不错的工作,男孩儿只是临时工,收入远不如女孩儿稳定。这看起来与通常的婚姻结构有些不同,而这个不同,恰是他们两个人成长过程中对于人际关系的感受。

男孩子成长在被妈妈充分照顾的家庭,被女性照顾是他习惯的,所以,当他寻找到一个社会条件优于自己的女性时,就可以让自己一直享受着妈妈般的照顾。但是他又无法忍受妈妈的唠叨,

而这,恰恰是女孩子表达愤怒的方式。

女孩子从小生活在母亲的贬低之下,内心对关系充满了恐惧,所以,当她寻找恋人时,下意识地寻找到一个各方面条件都比她差一些的人,这样,就可以让自己摆脱被贬低的恐惧,她也可以成为用贬低来控制对方的人。她需要与一个不如她的人生活在一起,但这个不如她的人又让她无法信任和依赖,会激起她另一方面的焦虑,她会产生各种不满,再带来更多的贬低。

当然,当她贬低丈夫的时候,丈夫就承担了关系里的所有不好,她就可以把自己无法接受的、原本属于自己的不好一股脑投射给丈夫,将自己就放在好的位置上,以扭转与父母关系中一直处在不好位置上的痛苦体验。而接受了这些投射之后的丈夫,愤怒越积越多,终有一天会大爆发。

其实,所有的交互过程中,人与人之间,都是如此。

关系进展得好与坏,从来不是哪一方造成的,而是双方共同参与的结果。

当我们与人打交道的时候,内心存有各种各样的模版,来自我们成长过程的积累,这些积累中,最重要的是来自与父母、家人相处的经验。这些经验,就是内部客体关系。在与人打交道的时候,我们会迅速调动之前的模版做对比,自动选择与这些模版相

关的情绪、感受、行为方式、应对眼前的人和事。所以,有时候我们无法理解对方为什么以那么奇特的方式回应,其实,他回应的,不过是他内心所以为的那个人。

当我们了解这些后,至少可以明白,在人际关系中:

没有必须由单方面负责的关系,关系一定是交互影响中产生的;

当我们不能在关系中去理解人与事时,往往就会陷进我们的“以为”中去,而这个以为,有时候是与真实脱节的;

每个人的关系模式背后都是一段历史,没有人能完全逃出历史的影响,但是我们可以更多了解这些历史对我们的影响,并更好的管理自己的应对模式;

在人际关系中,有一件非常重要的事情一定要明白:往往我们给出了什么就会收回什么。给出去的是宽容友好,收获的是温暖信任;给出去的伤害和怒火,收获的往往是争战和痛苦;

有时候,我们被骂时,不必太当真,因为那些骂的真正指向对象,其实与我们关系不大,我们不过是被借用了一下;当然,被夸赞也是如此。所以不必被外物所扰,第一要务,是搞明白自己是谁,少被别人牵着走;

健康的、爱的关系可以带来人格的成长。懂得吵架背后的秘密,甚至学会吵架,能让婚姻更美满。

这些真相告诉你 为什么男人突来变化

导语:男人如果要出轨了,不管在怎么掩饰,都会有如下的表现的。这是一个浮躁的社会,出轨几乎和吃饭一样容易。

男人如果要出轨了,不管在怎么掩饰,都会有如下的表现的。这是一个浮躁的社会,出轨几乎和吃饭一样容易。如果他真想出轨了,一定会不自觉的表现出以下征兆来,比如不再吃醋,不再热情……

1. 突如其来的外表的变化

“莫名其妙地改变穿着风格、外貌和体型的男人很有可能出轨。可能有别的女人喜欢他留胡须、改变发型或者使用科隆香水。如果他改变上班时的穿着,那么可能他在喜欢一名女同事”。同样道理,如果你老公一直是宅男,现在突然喜欢去健身房了,那肯定不是为了取悦于你,“而可能是取悦于新女友,或者为了年轻女友练身体,也可能是看上了健身房里某个MM了呢。”

2. 喜欢浏览各种交友网站

他们不会将不高兴的情绪展现出来。工作上的压力,烦恼,夫妻间的沟通几乎都没有了,他们一回家就待在书房,浏览各种交友网站,而最频繁的当属爱西楼网了。那里聚集着寂寞的男人女人,他们为了解压,为了寂寞,为了让自己



的生活过的更美好,买一栋钻石王宫就可以邀请心仪的她在虚拟的王宫里成为自己的妃子,她们像朋友一样的交谈着,像情人一样的暧昧着。他们享受着这份精神出轨带来的快感,而在某个意想不到的情况下,身体出轨也就那么顺其自然的发生了。

3. 对你的态度与以前判若两人

“男人感到分身乏术时往往会烦躁愤怒。如果另外一个女人在约他,他就会同你争吵然后跑出去约会。”如果他还莫名其妙的

批评你的一些习惯,比如你的外貌、饮食习惯和智商等,那肯定因为他有外遇了,而不是说他嫌你吃相难看或者肥了一点。“撒谎会使人紧张和不安,这些都会体现出来。另外,对某人撒谎时往往会专注于某人的缺点,因为批评

某人的缺点减少撒谎时的负罪感。”

4. 内疚的行为

内疚行为是最直接的掩藏征兆。他可能会表现得对你很好(比如送莫名其妙的礼物、勤做家务等),但是送礼、做家务不一定说明他是好丈夫——可能说明他是一个内疚的丈夫。“男人内疚时,往往会表现得很好以掩藏外遇或者摆脱负罪感。”此外,一些男人倾向于以藏,避免眼神交流。“他不会看你的眼睛,也不会全身心地陪你,他怕你看穿他的秘密!”

5. 在性生活上判若两人

“出轨的另一征兆是性生活时比以前更冷淡或更热衷。”如果他以前从没有拒绝过你的主动,这次拒绝了,那么他的性欲可能在别处得到了满足。“尽管众多夫妇性生活不是一成不变的,但它仍然可以看做出轨的征兆。他的情人可能让他体会到在家里无法体会的性快感,或者跟情人在一起时更神秘、更富激情,那他便会把精力留给情人。”

再旺盛的火焰如果从不添柴也总有烧完的时候;干柴遇到烈火,岂有不燃烧的道理?男人出轨,已经不再是什么世风日下的事情,生活不是总有激情,但是要学会享受生活。