

如果把经营婚姻家庭比作开车 路况复杂、车速快、车技差…… 这些情况都可能发生 听“老司机”聊 婚姻家庭那些事儿

每年5月15日是国际家庭日。如果把经营婚姻家庭比作开车,在当下快节奏的工作、生活环境下,“驾驶人”可能面临的状况是:“路况”复杂、“车速”快、“车技”差……

打这个比方的,是周敏明这位有着14年婚姻家庭咨询经验的“老司机”。日前,记者走进宁波蓝泓心理健康咨询中心,听他聊聊婚姻家庭那些事儿。作为宁波婚姻家庭和谐促进项目负责人、宁波市十大和谐家庭促进员之一,周敏明曾三次受江苏卫视《非诚勿扰》节目邀请前往南京担任嘉宾面试官。

案例A

霸道高管 一年摔了七个半手机

王女士有一个让旁人羡慕的家庭,40多岁的丈夫在金融机构任高管,每年拿着一两百万元的年薪,女儿留学归来在投行工作。但她走进咨询中心时,却是满脸落寞哀愁。

“我生病了,情绪抑郁,吃药都几年了,甚至有几次想轻生……”王女士说,丈夫是一个工作狂,脾气暴躁固执,家对他而言只是旅馆,遇到心情不顺,拉下脸就是一阵怒吼。近几年,他摔了20多个手机,最高纪录是一年摔了七个半。这半个是怎么回事?原来,某天家里又爆发了争吵,眼看爸爸在怒火中举起手机又要摔,女儿扑上去抱住他求别摔,这才“救”下了手机。

“我又没做什么坏事,不就脾气差了点吗?”这位霸道高管在周敏明面前也是一脸无奈,说自己不嫖不赌,也尽到了赚钱养家的义务,怎么妻女还不满足?

“事业成功、获得别人尊重,是不是你人生的第一要务?”周敏明问。男人毫不犹豫地点了点头。

“你现在是否感到快乐幸福、内心平和?”周敏明又问。男人沉默了。

“目前的生活状态持续十几年了,你觉得工作和生活是否有必要做一些变化?”这样的问题连续问了三遍,霸道高管终于醒悟过来:多年来埋头事业让自己处于暴躁中,还屡屡因此伤害妻女,竟从来未发现家庭和生活有多重要。

咨询结束,霸道高管回家对妻子承诺了两件事:一是情绪失控时,他会走出家门,平复好了心情再回家;二是每周陪妻子做一两件她喜欢的事,比如牵手散步、接她下班、陪着聊天……

前不久,王女士欣喜地给周敏明打来电话说,丈夫在公司主动选了一个年薪减少但职责相对清闲的岗位,丈夫说“生活重心要转移了”。

点评:工作原本是让生活更美好,若为了工作忽视甚至伤害了家庭,这是本末倒置了吧?

案例B

丈夫说妻子太没情趣

小琳和丈夫都是85后,小琳是一名英语老师,丈夫经营一家外贸公司,男帅女靓,有一个乖巧的儿子。但在去年,两人却闹到了法院——丈夫起诉要离婚。第一次,法官没有判,让他们回去再冷静冷静。小琳不想放弃这个家,找到了周敏明求助。

“我们的问题在于她太没情趣了,实在是个扫兴的人。”丈夫对咨询师说。怎么个没趣法?他举例说,约妻子去看电影,妻子拒绝,说“排老长的队,没意思”;公司接了一笔大单,约妻子去吃个夜宵庆祝一下,妻子说“明天还要上早班呢,早点休息吧”;想去上海看最时髦的话剧,妻子首先算的是经济账,“油钱、路费、吃住要两三千,太不划算,不去!”

周敏明看出来,小琳的丈夫是一个很讲究生活品质的男人,他喜欢滑板、艺术、旅游、演唱会,在结婚前生活节目非常丰富,可进入婚姻后,一种窒息感扑面而来。

可小琳口中又是另一个故事,她说丈夫在外面找了“小三”,那个女人可以陪他去看戏、吃夜宵,可以从诗词歌赋谈到人生哲学,这才是丈夫要和她离婚的原因。对着咨询师,小琳大哭:“他怎么不早点对我说呢?如果他要的是这些,我也能陪啊。”

看男人愿意净身出户,对妻子儿子也有着巨大的负疚感,周敏明觉得这个家庭还能再救一救。他向二人提出了一个“半年改善计划”,男人要切断外面的那段关系,正常地对待妻子,小琳也要修正各方面观念,和丈夫好好相处。这个尝试很有效,半年下来,夫妻俩重新认识了自己、认识了对方,把家庭挽救了回来。

点评:夫妻双方应读懂各种需求背后的终极要义,更好地沟通和协调,甚至有时是妥协。



现象：家庭“急诊室” 接诊量每年增长两成多

周敏明说,如果把经营婚姻比作开车,现代人所面临的状况是:路况复杂、车速很快,但车技很差。解释起来就是说,现在大环境日新月异,人们对婚姻家庭的质量有着越来越高的追求,但忍耐力、经营婚姻家庭的能力却不见长进。

做了14年婚姻家庭咨询,接触了几千件个案,周敏明所在的咨询中心每年的业务量都以超过20%的速度在增长。客户中,约70%是女性。“这说明,多数男性的重心其实是在家庭之外的,他们一般觉得婚姻过得去就行;女性则把大部分身心都投入家庭,对婚姻家庭的诉求也比较多一些。”

有一个有趣的现象是,现在走进咨询中心的男男女女都很大方、直率,和以前的扭扭捏捏、不好意思完全不一样。他们大多在第一次与咨询师见面时就直言不讳地指出婚姻家庭中存在的问题,“他那方面不行”,“我心思不在家庭中了,想换一个活法”,“他的脾气我忍受不了”……

在周敏明看来,这是婚姻双方越来越以自我为中心所造成的,就算走进咨询中心,也都希望咨询师说服对方作出改变。“任何一个婚姻家庭,都不可能一直是顺利的。遇到问题了,还是应该多找自己的原因进行改善,给予对方理解,这样才有可能良性循环。”

建议：经营家庭是个技术活 矛盾爆发时 是最好的改善和学习机会

“经营婚姻家庭是技术活,不是靠着本能、习惯就能干好的。可惜婚姻家庭没有‘上岗证’,大多数人不经‘培训’就上岗了,终因技术太差而导致‘翻车’。”周敏明建议,经营婚姻家庭,要不断地学习那些“应知应会”的内容,比如多看一些夫妻关系、亲子关系方面的书籍,或是去专业机构咨询,特别是在家庭矛盾爆发时要把握好,那是最好的改善和学习机会,“就像看病一样,病症显现出来了,医生才更知道如何对症下药。”

记者 滕华

相关新闻 2018年度浙江“最美家庭”揭晓 宁波10户家庭上榜

本报讯(记者 滕华 通讯员 何萍)在第26个国际家庭日来临之际,“我和我的家风——2018年度‘最美浙江人·最美家庭’发布会”日前在嘉兴海盐举行。

2018年度100户浙江“最美家庭”,是从全省1600余万户家庭中脱颖而出的。宁波有10户家庭上榜,分别是:徐秀琴家庭(海曙区白云街道)、陈照玉家庭(江北区中马街道)、林爱珍家庭(镇海区澥浦街道)、徐阮仁家庭(北仑区白峰街道)、刘满丽家庭(鄞州区塘溪镇)、陈存娣家庭(奉化区溪口镇)、周静家庭(余姚市黄家埠镇高桥村)、黄维强家庭(慈溪市道林镇林西村)、秦巧莲家庭(宁海县桃源街道)、陈晗家庭(象山县丹西街道)。

自2014年以来,省委宣传部、省文明办、省妇联联动开展寻找浙江“最美家庭”活动,五年来共评比表彰省级文明家庭1100户,寻找发布浙江“最美家庭”近1200户。