

国家职业心理咨询师、中国心理卫生协会会员、广东省社会医学研究会心理咨询专业委员会会员,擅长性心理、婚恋心理的研究和咨询。

想请姜丽萍回答问题,请email至信息时报邮箱welope@xsb.com收转,信头标明“姜丽萍收”。

性惩罚是以采取拒绝对方的性要求作为“惩罚”的手段。由于生理构造的原因,女性享有“给”与“不给”的“特权”,故常常会以作为对丈夫的奖惩。但其实,性惩罚很容易使婚姻出现危机。

性惩罚,制裁了谁?

一年前我外出进修,没想到丈夫耐不住寂寞染上性病,并传染给我,现在病已治好,但我现在与他性生活,我知道这样大家都痛苦,但又难解心头之恨,我该怎么办?

你不该“制裁”自己

性惩罚会让他在自责和悔恨中压抑自己性需要,长久可能出现性功能障碍;而你在这种心理失调的状态下,当然也没了“性”趣,持久的消极情绪可能造成性冷淡。对丈夫长久的惩罚意味着断送自己未来的“性”福,你没犯错,干嘛“制裁”自己?

夫妻出现的问题,只有在平等的前提下才能解决。如果因为“制裁”失去婚姻,是你想要的结果吗?其实不少问题就是在夫妻性爱的情感交流过程中得到解决或缓解的。

不要过于关注胡搞行为

忠诚是维系爱情的必要条件,但并不是所有的出轨行为都等于背叛或者说所有的背叛都完全不可容忍。与其关注胡搞这个行为,不如关注行为背后的心理动机,他的行为也许只是为了满足一时冲动的生理需要,而这种需求正是来自夫妻分离的痛苦。让自己理性地去看待该行为的起因,或许就真正原谅了他。

不要让负性情绪湮没你

长久的负性情绪影响身心健康。心理受到创伤,不要持久去压抑,而要抚平它。将你的内心感受向丈夫坦言,也可把怨恨一股脑向他发泄,他都可以做出伤透你心的事,你向他发泄一下有何不可?你甚至可以狠狠地咬他一口,让他痛在心里,体会他的过失带给你的伤痛。这样既宣泄了负性情绪,也因为沟通,而加深了彼此的理解和感情。

为什么对着我,他就没话说

1号险情:他不是一个沉默的人,但对着我却没什么可说。

周公子:

我每次约会都总是很紧张,因为我不知道应该和他说什么。我们认识的时间不长,所以我希望多沟通,让彼此能尽量了解对方。但当我说了一大堆话以后,他总是点点头,然后就没什么可说的。我们约会了两个月,我还是不知道他是怎么样的人。

你也许会以为他是一个沉默的人,但在朋友面前,他绝对是话题发起者。为什么对着我,他就没话说呢?是不是他不喜欢我?

陈玲:

现代的女性都很聪明,读书越来越多,眼界越来越宽,什么话题都拿得起,放得下。但真正聪明的女人会懂得何时该闭嘴。

对于女性来说,约会中最困难的部分是无话可说;但对男性来说,最困难的莫过于要面对一个饶舌的女人。如果你够聪明的话,你就该懂得放任时间

留白。不必费脑筋去想下一秒该谈政治还是经济,不必每看见一样东西都问“你对他感兴趣吗”,更不必问他“对感情有什么看法”,“是不是想结婚”——如果你肯闭嘴,用心去观察,你很快就会知道一切答案。如果冷场,就让它冷下去,看看行人,扔些面包碎给路过的小鸟,甚至毫不客气地走神,走人……记住,永远不要喋喋不休。如果你们真的无话可说,而你又是一个非常渴望和人交谈的人,那么,你们硬扯在一起也未必幸福。不要勉强自己。

约会初期的表现,对日后的关系模式会产生重大影响。你在开始时承担的义务,很可能在未来也要义不容辞地承担下去——包括到哪里约会,约会的内容,由谁决定话题,等等。天长日久,你难免会觉得吃力。在约会中,如果你坚持主导方向,不断地找话题去填补时间,那你就等于把自己放在聚光灯下。他会发现你



的不安,他会觉得,你对他是如此地感兴趣,以致要不断地找话题来拉住他的注意力——是的,我知道你很希望吸引他,但应该让他来观察你,而不是用谈话去轰炸他。而且,如果整个约会都是你在不断地说话,那么你从何了解他呢?

就算你们的关系已经稳固了,你依然不能喋喋不休。如果你发现自己在不断地提醒他做这做

那,就想想,你有没有把他当“人”。成年人都有判断力,自制力,行动力,以及生活所必须的一切能力。你要相信,你挑选的男人一定能管得自己好,而且会在教训中不断学习。不要在100米的距离内不断提醒他“看车”“小心路滑”“严防小偷”,如果他的帽子要掉了,就让它掉下来,下次他会记得戴好的——比你对他喋喋不休记得更牢。周公子

婚姻专家也会生病

周琪:

你问,为什么婚姻专家也会离婚,是不是意味着他们那一套根本行不通——那我问你,为什么医生会生病呢?只要是人,就难免生病;只要是婚姻,就难免出现问题。这不是一个人可以控制的事。如果对方非要和你对着干,那也没办法。

当然,婚姻指导的重要一环是选人。但修行再高的人也会犯致命错误,在错误的时间地点和错误的人结婚,这段姻缘就注定凶多吉少。如果他结错婚在先,入行在后,那婚姻的成败和“那一套”就更不相干了。有致命错误的婚姻,大限一到,就算遇到回春圣手,也顶多判个死缓。周公子

“女为悦己者容”未死

丽仪:

你问,中国有没有男女平等——当然没有,你们的产假有3个月,我们只有10天,而且必须沾你们的光才能休得成,怎么可能平等?

如果有一天,男人不再以美貌作为衡量女人的主

要指标,男女就有希望平等了。看看那些选美台吧,男人的审美标准,竟成为女人的价值标准——岂有此理吧?但很多女人还是乐于打针隆胸、割肉整容。

这无疑是在含笑砒霜,足见女性之伟大与无奈。周公子

6年结3次婚,是否嫁得过

晴心:

你问,6年内结过3次婚,而且都是主动提出离婚的男人是否嫁得过——过去,很多人喜欢将离合的次數和品德联系起来,觉得人换过太多伴侣,意味着他们要么太风流,要么无责任

感,其实不尽然。但有一点可以肯定:这种人数非常重视自己的想法和感觉,特别不能忍受不和谐;而且结婚前未必知道自己要什么。

但每个人情况不同,是否嫁得过,必须视乎你们的性格而定。周公子

男人教你

爱上已婚女人

ZHANGCUI32

7:我和一个已婚女人交往了两年,但最近她因为很小的事情和我分手了,因为秘密的关系,我连诉苦的地方都没有。男人啊,千万别爱上已婚女人。

今临:已婚的女人真的比已婚的男人更不负责,什么都无所谓了。

西瓜杀手:女人是要安定的,开始的时候她喜欢被爱的感受,当这份爱影响到她的安定的时候,分手就不需要理由了!你做啥都是错的。

大天丈声:见不得光的感情很痛苦,特别是对方不能在你需要的时候出现,那才是最痛苦。想想都没劲,同情你。

女人教你

为什么他不敢来看我?

wawa3030335:

我和现在的男友在网上认识,但那时我正和另一个男孩交往。一年多后我恢复单身,他说其实一直喜欢我,于是他就和我在一起了。我现在快大学毕业了,想叫他来我读书的地方见一面,但他说反正我要去他那个城市找工作(说要和我结婚),就不来了,而且说得很肯定。我很矛盾,为什么他会这样呢?

呼呼不疼:我不太相信没有见过面的感情,不太相信没有真切相处过的感情。不过每个人的选择不同。

枉凝眉 811207:你也是个大学生,怎么一点辨别能力都没有?没见过面就谈婚论嫁,你真是对自己太不负责了。这么随便,有你哭的时候。

lwylfish:真爱你为什么不肯过来见你一面?真要结婚先过来见女方家长,让家长能放心把女儿交给他也是个“礼”啊。

周公子

本栏目特约主持

男性,36岁,广告公司美术总监,现居上海,爱好收藏,藏品包括字画、古董表、汽车模型……以及珍贵的感情经历。

想请周公子回答问题,请发至 richard_1990@sina.com, 或者信息时报邮箱 welope@xsb.com收转,信头请标明“周公子收”。



身体语言

女人做的,比说的真实

昨天说了,女人喜欢亲密接触,不一定是性欲,因为她们一旦在心理上接受了与男人的亲密关系,就会渴望对方表现出一些亲密行为,如牵手、揽肩、抚摸头发、依

偎、拥抱等等。女人对这些细小动作的在意和念念不忘,实际上证明了她对爱人的在意。她会很谨慎地把握身体接触的分寸,在这一点上,有些女人非常有原则。当她靠着

你时,她会觉得信任、可靠、安全和温暖,她需要这种感觉比“性”更重要,更有满足感。

因此,男性朋友在与女性交往时,不要光看对方说了些什么,还要看对

方的眼神和动作,根据她们的身体语言分析她们的真实想法和对你的个人感觉,因为很多恋爱中的女性口头表达出的东西并非和内心想法一致,这个时候,就看你的分析结果了。

下期话题预告

话题1:爱上已婚女人。2:为什么他不敢来看我?请登陆 <http://hexun.com/xsb515> 发表你的高见。