

上接C03版

婚姻减负 有一说一

晚报记者 苏瑜

(四)学学有效率的吵架

《手机》里，在面对触动“婚姻暗礁”的因素时，“严守一”和“费墨”，一个“隐忍”，一个“吵闹”，但最后你会发现，隐忍的伤得很深，最终婚姻破裂，吵闹的却越吵越和谐。吵架虽然最伤感情，但吵架也是一种最直白的沟通，让我们更加了解一个人。如何面对吵架才能让两个人越吵越亲密呢？

不必害怕爱情中的吵架

吵架可以让你迅速了解一个人，了解对方内心的真实的需要，也可以妥帖地暴露自己的想法。并且能够很有效率地解决两个人之间的问题，加速磨合的过程。一个人吵架的模式，也反映着内心的需要，而且这种模式是在亲密关系中通过互动改变和进化的。所以，不必害怕爱情中的吵架，它往往是利大于弊的事物。但我们需要谨记一些吵架的原则，让吵架的度一直控制在利大于弊的范畴内。

注意场合，尽量选择两人独处的空间，如果很难控制，宁愿在大街上吵，也不要再认识的人面前吵，尤其是双方父母亲友面前。这样无论你们吵什么，吵成什么样，过一会儿依然可以甜甜蜜蜜。我们对最亲近的人也会释放攻击性，但要明白，你攻击对方的目的是为了催进你们的爱，而不是让对方离开你。

吵到一半不要闪开。有些人在吵架时，尤其是被动地被拉入吵架时，会在中途离场，或者挂断对方电话……这种方式仅仅是叫停，并不是解决问题，往往还是会引发“下半场”更为激烈的风波。而且因为突然闪开，让对方心理感



大部分的吵架都是以催进感情当为目的的，当你可以从简单的宣泄情绪、拿爱人出气进化到用一种“咯激烈的方式”调整你们的关系，你就会发现，吵架也是可以学习的，它可以让你的爱更有味道，更有质感。并且，吵完之后，你们更爱对方了。

受很不好，被丢在那，冷在现场……往往会让对方更不理智。甚至从热战转变为冷战。冷战总有一个人要来收场，往往一个小问题，放几天就会成为大问题，最好能够一次性解决。

解决吵架有很简单的对策

切忌有两句话，在吵架时千万不要说：“我们分手吧”和“我们离婚吧”——有些人一气之下，就会冲口而出这种气话，这往往会成为一种残酷的预言，把所有小事都变成大事。其实说了这句话，也并不解恨，而且还有无穷的后患。事情基本不会严重到这样的程度，改变关系的话，尽量让它咽在肚子里吧。成功的吵架是见好就收，一定要留台阶下，给自己也给对方。

其实解决吵架往往有很简单的对策：男的基本要给面子，女的基本需要抱。很多女生都说：“其实他不知道，就算我再凶，只要他过来抱抱我，就没事啦，可他就是不懂……”男生也会

说：“我哄了她7个小时，可她就是不给面子……”这或许是两性的误差，让这么简单的解决方法往往错过最佳时机。男生们只要记住，对无理取闹的女友，往怀里一搂；女生们只要记住，在男友说了5分钟软话时，给一个笑脸……吵架都会马上转成甜蜜的序曲。但女人需要谨记，如果你把男人的面子伤得太厉害，把他的耐心磨光，他就算再爱你，一时间也不会想抱一个冷漠暴戾的女人。同样男人也需要谨记，如果你犯的错误的真的很严重，最好不要期待简单的抱抱就能了事。

了解对方的一些吵架习惯后，可以通过约定来进化彼此的“吵架水平”。比如：下次吵架谁也不要走开，单数日子男的要让女的，双数日子女的要让男的，这些约定，会在吵架没有结束时，起到缓和作用，或者转怒为乐，或者破涕大笑，使得下次的吵架更有效率，而且减少吵架的“伤害性”，加强两个人的默契。

(五)经营有余时更需要减负

我们生活在一个节奏高度紧张的时代，不断发展的科学技术和巨大的社会变革影响着每一个人，强烈的竞争压力甚至让我们难以喘息，这个时候我们每一个人都是多么需要一个稳定而富有支持力的家庭来提供必要的精神力量。

婚姻需要经营这没错，但万万不可过分看重于表面形式，否则就相当于给婚姻套上许多沉重枷锁，譬如说对方忘记了你的生日，那么你就有可能会有不快：“你到底心里还有没有我？”譬如对方忘记了结婚纪念日，那么也许你就会满腹牢骚，大发雷霆地质疑道：“你到底还爱不爱我？”再譬如情人节，如果对方没能送上一束玫瑰，那么你也许会闷闷不乐，甚至还会愤懑抱怨“一点没有浪漫情调”。

何必非要如此呢？有条件时去外面浪漫一下当然最好，没条件在家里简单打理一下也无妨，简约实惠，不一定非要有礼物馈赠，不一定非要定做生日蛋糕和隆重的表达形式，更无需非要有鲜花衬托点缀。倘若一旦忘记了，忘记就忘记了，忘记也无所谓，恰好历练一下宽容大度的胸襟，这又有什么不好呢？恩爱浪漫与否心远大于形，淡然——愉悦，随意——轻松，释怀——洒脱，心绪处处皆美景。

河南烧伤哪里去? 郑大一附院
郑州大学第一附属医院 烧伤与修复重建外科
专治烧伤、疮疡、瘢痕、美容、耳、鼻、乳房再造
免费接诊大面积深度烧伤病人
电话:0371-66913216 13937197452 网址:cuizhengjun.haodf.com

2010年最具投资价值的中国滨海地产——
威海银滩海景房
一线海景/精装修/赠送全套家具/拎包入住
现房1980元/m²起
海景房团购联盟报名热线: 0371-60381883

通途网 汽车 楼盘 家电 专栏广告 天天看到 价格更优 效果显著 本栏目信息免费在 www.totoyou.net 上同步发布 广告热线:63399000 6765128

天津一汽 购天汽SUV送电动车 (特价车除外)
天汽皮卡 4.98万起
天汽SUV 5.98万起
河南鼎峰汽车销售有限公司 销售热线: 0371-63706868
地址:北环路与文化路中原汽车交易中心西区北展厅6号 诚招各地市经销商:13949111113 13213178520

周五豪华游轮 看房火热报名中
威海银滩海景房, 位于威海银滩乳山国家AAAA级旅游度假区
威海银滩海景房12.8万元/套起
★青山碧海, 投资、度假、置业、养老热土★
银滩真正依山临海的小区, 小区后藏龙山100米
小区前离大海80米, 龙脉气息, 财运养生府邸
首付三成、各项配套费全免 精装双气 交房标准
全程跟踪 品质保障 免费售后 服务
70年大产权, 送整体厨房、整体卫浴
地板采暖、抽油烟机、灶具、太阳能热水器
海南之后的又一轮投资热潮
河南沙盘展示中心: 0371-69350718 13203713139 (24小时)

喜讯:
购黑豹汽油单排享受
厂家和政府双重补贴20%
黑豹汽车 HEIBAO AUTO
全国客户呼叫热线
400-6588-999
郑州伯仕: 0371-65988217
15981998090
登封: 15515745899
新密: 15836402367
购1027柴油系列送1850元交强险
可靠黑豹 激情创富
诚招黑豹配件销售连锁店 电话: 18606303222
销售热线: 0631-8351198 Http://www.heibao.com

Fortune Sea & Land 福邸·金海翠林
青岛东海岸, 一线海景房
亚洲沙滩运动会举办地海阳欢迎您
海青跨海大桥 海烟高速 40分钟直通青、烟
独家坐拥千亩林海, 2.1公里黄金海岸线,
社区配套完善, 双气入户
37m²-295m²丰富户型, 赠送景观露台
准现房销售 开发商直销 每周六观光看房车
购海景房, 看了福邸金海翠林再决定
看房热线: 55620062 18638250989 网址:www.fudizhiye.com
地址: 郑州曼哈顿商业广场3号楼2单元402室

美国强生·汽车贴膜 Johnson Window Films 八年至终身质保
多品牌美国名厂太阳膜低至3.9折
999元贴全车, 假一赔百
贴膜后再加99元送德国舒耐新车封釉
德国舒耐汽车美容养护系列产品标准施工店
夏季汽车美容套餐活动接二连三
服务电话: 66758778 手机: 13598866165
地址: 郑州市金水路英协路口南第二个路口桥南50米

GREE 格力 好空调·格力造
G10 变频引擎
完美变频·就是格力