

# 夫妻吵架,也可以变成良性沟通

□Karen

之前有一个叫“记录每天跟女友吵架原因”的热搜很好笑,大概意思就是一个男生每次和女友吵架都在备忘录记录下原因,为的就是提醒自己别再犯。结果他勤勤恳恳做了好多记录,最后得出结论:每次的原因都不一样!哈哈哈哈哈!

不过话说回来,恋爱结婚,一定要会吵架才行,两个人要想日子过得红红火火,会吵架太重要了!



## 找出吵架的原因

为什么会吵架?原因很简单,心里不痛快呗,弹簧压到底还会弹回来呢,更别说两个人搭伙过日子了。这心里的不痛快攒得多了,早晚有一天要爆发,不然真要憋坏了。

而有时候,心里的不痛快不一定就是因为夫妻俩的感情出了矛盾。只是通过吵架这种方式,把它宣泄了出来。

就拿我自己举例子,我去年和老公去旅行,结果还在我家里收拾行李的时候,我们俩就吵起来了。

原因其实很简单,我让他把衬衫叠起来,他非要卷起来,我不肯,他也不让步。

结果说着说着就吵起来了,而且吵着吵着他越说越离谱,什么我不让他打游戏、不让他吃肉什么鸡毛蒜皮都扯了起来。

我有点懵:“你等会儿,你等会儿,怎么这越说越远了?”再一想他平时是好好先生的性格,总觉得这次的反应有点怪。然后我就开始换方式,哄着他、开导他。

终于我好说歹说半天,他才讲出是自己在单位里被人穿了小鞋,领导还一直怪他;正好路上停车跑去给我买鸭脖又被贴了条,心里早就郁闷了半天。本来想回家和我吐吐槽,结果我又一直逼着他叠衬衫,加上我急性子一直嚷嚷,他这好好先生也被逼急了。

他说话的时候我就一直拉着他的手,他全部讲完了,里的情绪估计也差不多都释放完了,深呼吸了几下抬起头

看着我,眼眶红红的,哎,我看着都心疼死了。

结果我刚想说话,他顿了顿嘴角,突然来了一句:“老婆对不起,我刚才不该冲你嚷嚷的。”

看吧,很多时候,吵架真的不是因为夫妻俩之间感情有问题,也别觉得“你丫是不是看我不爽”,更别去大声质问“你是不是不想过了”,对方很可能心里的确有不开心的事、有很大的委屈。

虽然的确是应该坐下来好好聊聊,但毕竟人类不是人工智能,情绪难免控制不住,就用吵架这种特殊的方式来沟通了。

所以啊,这也就要求我们每个人在和另一半的“战火”里变得聪明一点,想一想:这咋就吵起来了啊、这点小事也能吵?是不是心里有委屈了,要不要主动停战聊一聊?

说白了,当初都是对着户口本宣誓了誓的人,有几个不是奔着白头偕老、搭伙过日子去的啊?

真别被一些奇奇怪怪的营销号带了节奏,觉得感情全是问题,哪有那么多问题?

比如我老公,出发前那么吵了一下,结果我“大地母亲”一样又是主动停战又是耐心开导,他这心里的坏情绪也散了,不开心也消了。

结果这旅行一路上他对我又是哄又是夸,不但各种买买买,给我拍照还特别有耐心,小伙子不错不错。

## 吵架也是一种表达

不过话说回来,估计这会儿有人要说了,既然是搭伙过日子的人,干吗还要吵架,把坏情绪带给对方?

怎么说呢,我很认同“对越亲近的人越应该呵护”这个观点,但有没有想过,其实“吵架才是一种真正的主动示弱”啊!

在纪录片《幸福定格》里,有一对教授吵架了,因为孩子的教育问题吵得特凶,丈夫甚至直接摔椅子。

从某个角度来看,是不是觉得这个丈夫非常不行?用那首歌来说就是“算什么男人”。

结果呢,他的妻子却十分心疼他,为什么?她说:“我知道,此时此刻现在对我发怒的你、失控的你,并不是在对我发怒,你是在求我的帮助。”

就还是拿我自己前面的例子来说,我老公因为小事和我急眼了,结果后来我觉得不对劲,就耐着性子问他怎么

## 良性争吵是世界上最可爱的战争

当然了,吵完之后一定要主动去和对方说话、示好,尤其当你是“主动发起战争”的那个人时。

就像那句话说过的一样:床头吵床尾和,别把对方当敌人。

不好的事还是拿我自己家里的人做例子吧。我爸脾气犟,每次和我妈两个人吵完,他都各种死要面子。我妈和他说话也故意不搭理,明知道我妈讨厌别人吃饭叭唧嘴,偏偏要发出声音。结果“惹火上身”,家里又热闹起来了……

那次我忍不住问他为啥每次吵完了就非不肯低头,结果老爷子慢悠悠来一句“那我多没面子”。

这怎么还争起了面子,明明自己出去遛弯都要买点瓜子回来给我妈吃,非要嘴硬。

所以就真的想说啊,吵架的目的是解决问题,而不是把对方变成敌人,吵完了、事情说开了,该做饭就做饭,该亲热

就亲热,主动道个歉服个软,小嘴儿甜一点哄一哄对方,这夫妻甜蜜指数噌噌噌啊!

但是最后还是要说一句啊,不是提倡大家吵架。这只是想说,吵架是因为心里有情绪,不开心了,憋不住就靠这种方式做了发泄,不要动不动就上纲上线,可能真的只是对方压力好大。

一个人学会软一点去开导,另一个人好好说出心里的烦恼,并且吵完了主动示好,因为没有人喜欢被嚷嚷,对方是忍着很大的怒气来哄好你,你也要学着哄回去。

钱钟书先生曾经说过:夫妻间良性的争吵是世界上最可爱的战争,就像一把剪子的两叶刀片,互相砍来杀去,但绝不会伤到对方,大战三百回合后竟相安无事。

希望那些吵架的夫妻也是这样,吵起来天翻地覆,吵完了爱得死去活来,会聪明吵架的感情,也很甜!

# 余音不绕梁

男欢女爱

□舒曼

“哎,那个向来对女人不理不睬、冷傲的苏然,今天中午,居然带了个女人去吃饭!可惜,我只看见那女人隐隐约约的背影,没看清脸!”乔乔刚回到办公室,就听到毒舌又八卦的嫣儿,正对几个小姐妹悄悄传播“新闻”,说得眉飞色舞,“哼,以为是不食烟火的高冷神仙,其实呢,也是个装模作样的凡夫俗子。嘁!”小姐妹一听,叽叽喳喳议论开来。

一见推门进来的乔乔,嫣儿吐了吐舌头,几个人的飞短流长戛然而止。乔乔,是科室的主任。“快把那个招标方案的计划书给我。”乔乔对嫣儿吩咐着。“好!”嫣儿连忙应允。

乔乔不动声色,心里却在想:要是她们知道苏然请吃饭的那个女人就是她,还不炸了?

芳龄三十的乔乔,是个离异女性。像乔乔这样单身且优秀的女子,在这个城市数不胜数。前夫何沛倒也说不上坏,只是,没管住自己下半身,开公司有了几个钱后,和那个狐狸精一般的宋巧巧搞到一起。

离婚后的乔乔呢,人生就像开了挂,越过越好。何沛,反倒进了下坡路,后悔不迭,可覆水难收。

公司年轻的总经理苏然是个青年才俊,迷上乔乔。苏然的私下示爱,乔乔无感。那些岁月那些青春,前夫何沛留给了她太多刻骨铭心的美好回忆;当然,也有后来令她伤心欲绝的无情伤害。她,看透感情。

但苏然又哪晓得乔乔所思所想呢?他不在乎乔乔是结过婚的离异女,他极为迷恋乔乔出众气质和美丽风情,他坚定地认为她对他刻意保持距离,只不过是优秀女人通常表现出的矜持罢了。他每天,都派人给乔乔献上一束鲜花。

嫣儿等人看到苏然打出的明牌后,全炸翻:天!未婚的苏然,居然喜欢离异的乔乔!哎,不是人家太疯狂,而是我们太缺少想象力!

“苏总,请不要这样,好不好?”乔乔不仅不为所动,反而将鲜花送到苏然办公室,“这样的公司恋情,对不起,我不喜欢!”第二天,没任何预兆,乔乔送上一封辞职信。

其实,乔乔工作这几年积累不少人脉资源,早有另立门户的打算,一直深藏于心。只不过,苏然的纠缠,加快她另起炉灶的步伐。很快,乔乔自己的装饰装潢公司开张。手上流动资金,却短缺得厉害。令乔乔万万没料到,前夫何沛听说乔乔辞职创业,悄悄托人送来一张数额为三百万的支票。

“这钱算我借你的。你来拿借条吧!”乔乔被感动,但是,打电话给何沛时,语气依然冷冷的,“利息,我一分不少给你!”

“算我赞助吧!手头只剩这么多,帮不上你大忙。”话筒里何沛的声音,真诚。

乔乔后来才知道,出手资助之时,何沛已潦倒。宋巧巧卷走他几乎大半资产,又勾搭上另一个款爷闪人了。

在各方相助下,乔乔凭着她的美丽聪慧和能力,很快打出一片新天地,同行侧目。苏然前来贺喜,这一回,他没再谈感情上的事儿。

自从乔乔开公司,作为前夫,何沛反倒有事没事跑过来看看。乔乔不赶他,也不留他。不管怎么说,一日夫妻,还百日恩呢。巧的是,那一天,一对供货的兄弟因为不合格建材被乔乔毅然退回,张牙舞爪地在乔乔的公司闹事,恰好在场的何沛果断出手将泄愤打砸的不法兄弟一一制服。

苏然赶到,看到乔乔为受伤的何沛细心敷药,那般柔情,让他心下黯然。

“今天晚上来吃饭吧。我做了你最喜欢吃的炒腰花、溜肥肠。”一连多日不见何沛,乔乔反倒心神不宁了。

“谢谢你,乔乔!我,我要走了,可能再也不回来了。”手机话筒那头,何沛的声音低沉得很,且闷闷的,“你要保重好自己!”说完,何沛挂断电话。

乔乔这一回莫名地有些心慌,开着车,她直奔何沛处。在何沛屋内,乔乔意外地看到,沙发上坐着个端庄秀美的女人。原来,何沛身患病症,这个喜欢他的有钱女人,甘愿陪伴他不说,还愿出资送他到国外治病,甚至定居……

乔乔知道,人这一辈子,终有出错之时;倘若总是抓人短处,其实,是没放过自己。“妹子,谢谢你!我家何沛,还是我来照料吧!”乔乔果断表态。

“乔乔,你这是何苦?你好好好的,不要再管我了!”何沛别过头,眼中已泪光闪闪。

“是呀,可能我又在自寻苦果。不过,我选择再信任你一次。”乔乔眼睛也红了。

乔乔挽着何沛胳膊到候机楼时,苏然赶来送行。这一回,他真心祝福。候机大厅里,回旋着《你怎么舍得我难过》背景音乐。这一回,余音,不再绕梁。