



好的婚姻,需要好的冲突解决机制

□一针

婚姻刚开始时,还能在冲突中一次次体会彼此的感情激荡,过一两年开始累到灵魂疲惫,经常的不痛快,就像鞋里的一颗石头,硌到你走不了路,怀疑人生,却倒不出来。要想婚姻舒服持久,双方必须建立好冲突解决机制。

什么是冲突解决机制

所谓冲突解决机制,就是要有固定的、两人达成一致预期的、遇到冲突双方会自发采取的行动,也就是在婚姻中双方权利和义务的分配。

比如说,俩人吵架了谁要哄谁、生气了要脾气的限度在哪里、日常工作和相处冲突怎么办、金钱上如何分配、支出哪些合理哪些不合理……都是易引发冲突的领域,解决机制建立不好,就会一直吵架;冲突解决机制建立得好,生活就像到点吃饭、每天刷牙一样容易。

我们每个人的原生家庭都有冲突解决机制,只不过很多人从小生活在其中注意不到,甚至觉得理所当然就该这样。而夫妻两个人各自从原生家庭带来的冲突解决机制是不一样的,所以需要重新协商确认。这个东西,就相当于企业的公司章程,两个大股东都要照章办事,婚姻才能顺畅。

什么时候建立

建立冲突解决机制的最佳时间是恋爱一开始,其次是在现在。越早建立越受益,感情消耗越小,关系越稳固。

爱情带来的痴迷,支撑我们克服冲突带来的痛苦,建立解决机制,进入长期关系。从恋爱一开始,就要开始大量沟通协调,达成一致预期。

比如你嗜辣如命,他麻辣不沾,那么就可以建立一个机制:每次吃饭,必须有几个辣菜、几个不辣的,让双方可以心理平衡,自愿执行。如果没有这个机制,你为了他不吃辣,或者他为了你忍痛吃辣,一开始还能甜蜜,觉得自己为爱付出或者对方为自己付出,可是时间久了,就会变成负担,单方面付出的一方就会有牺牲感,觉得对方自私、自己吃亏。生活中类似的方方面面积累下来,就会压垮人,所以不要高估爱,也不要高估彼此。感情是脆弱的,拿来在日常琐事中消耗非常不值得,需要留到抵御现实压力、意外事故、致命诱惑上,“好钢用在刀刃上”就是这个道理。

那么如果双方并没有达成建立这一机制的共识,如何说服对此不重视的一方呢?

做什么都需要寻找时机,提出建立冲突解决机制的建议,最好的时机就是在你们成功解决一次冲突后,或者看到别人成功解决冲突时。

比如,有个朋友男朋友不做饭还不洗碗,为此经常闹不愉快,终于有次她大发脾气后,男友去把碗洗了,然后她给他削了个水果。这个时候,如果就这么过去了,后面男友很可能继续偷懒,矛盾会反复发生,只有趁着男友刚表现完、自己的怨气小且男友有心安抚时,才有协商的可能。比如说:“今天辛苦啦,我每次做完饭再洗碗也挺累的,你要不愿意洗,要么你做饭我洗碗吧,不然你懒得动的时候我们就叫外卖。”这就是冲突解决机制的建立,双方达到平衡。

刚成功度过一次冲突是最好的时机,因为这时候双方动力最强,有劫后余生的庆幸,还有争吵过后心理上的小胜新婚,提出方案也不会被认为是小题大做、没事找事。

冲突解决机制的原则

在伴侣关系中建立冲突解决机制,第一原则就是公平。

钢铁直女

□这个

“走你的吧,就你话多。”

最后快要爬到山顶了,他一脸惆怅:“本以为你走累了,我就能牵着你走……”我一听就感到好笑:“你当我跟个菜鸡似的,走这两步路还要人牵?”

和前任刚确定关系的时候,我俩去爬山。

吭哧吭哧,吭哧吭哧……当我沉迷于运动的时候,他突然问我:“你累了吗?”“没有啊,这才爬了几步。”

爬了一会,他又凑上来问:“你累了吗?”我大手一挥:

你只属于我

男欢女爱

□舒曼

“怎么是你?”在总经理室撞见苏语的时候,素素捂住嘴,惊呆。时光,陡然凝固。

“你结婚了吗?”看着素素转身欲走的背影,苏语突然问道。

“我,我,结婚了……”素素艰难回答,仓皇而去。

“我依然单身!”苏语对着惊慌失措的素素说,“有空的话,我想请你吃顿饭!”

十多年前。

“你别动!看样子你的腿可能骨折了。”那一晚,骑着电动车外出的素素,在人民路上一不小心跌进一个无盖窨井,连人带车摔倒的素素,当时一条腿就不能动了。苏语恰好经过,看见眼前这突发一幕,他二话不说,俯下身,抱起受伤的素素,就往附近的医院跑……

忙完所有事务,已然大半夜过去。“你叫什么名字?”躺在病床上的素素,对苏语义伸援手感激不已。苏语摆摆手,走了。

住院三个月康复后,素素想到的第一桩事,就是寻找恩人。功夫不负苦心人,素素通过苏语代为付款时留下的银行卡刷卡账号,再通过警方相助,费尽周折后,居然找到了苏语。

“我帮助你是应该的。你赠我礼物,就不妥了!”看到突然而来的素素,在一家审计事务所工作的苏语,很是意外,“如果我摊上这事,我想,你也会帮助我的!”

素素见苏语坚决不收她的礼物,于是,就提出请他吃顿饭。这回,苏语没推辞。不曾想,一顿饭吃下来,两人发现彼此三观高度一致,相见恨晚……

二

两个人一旦擦出了爱情的火花,就燃烧起来。但万万没有想到的是,到了谈婚论嫁这一步,素素的母亲知道女儿私下谈的男友从贫困地区走出来,大学毕业后到这个沿海城市找到一份工作,既无多少存款、又无房无车时,当即表示反对:“你娘把你介绍的是个富二代,人长得帅又有钱,保证了你的生活质量和人生幸福!你和这穷小子在一起,能有什么好?别天真了。给我断!”

素素自然是强烈反对。可是,当母亲一次次以死相逼后,素素不得不屈从。

素素结婚那一天,苏语将自己灌得酩酊大醉、不省人事。原来,麻痹自己的感觉,就是死亡的感觉……第二天,苏语将一纸辞呈递上,义无反顾离开这座伤心城市。

有些悲剧,从拉开帷幕的那一天起,就再难落幕。

嫉恨素素心中另有心爱之人,从结婚那天起,富二代就没给过素素好脸色。更糟糕的是,为发泄怒火,富二代不拿素素当人,拳打脚踢是常事。一次次家暴过后,渣男还威胁素素不许报警、不许外泄,否则,她一家就有灭门之灾……迫于淫威,素素选择隐忍。

素素万万没想到,十多年后,失去音讯的苏语竟然再度出现,并且,成为她所在这家企业的总经理!生活呵,兜兜转转,竟然,和她开了个天大玩笑!

而这十多年来,素素尝尽人间悲欢。母亲因患上癌症去世。父亲紧随其后,没多久也病故。素素因为多次意外流产导致不孕,失去生育能力。这样一来,素素成了渣男老公眼中“不会下蛋的老母鸡”,更加不受其待见。他常常在外边和形形色色女人鬼混,并且,完全不顾及素素感受,肆无忌惮……

这个家,已形同虚设。而富二代因为在外吃喝嫖赌,不但毁掉家业,还染上毒瘾。

三

拗不过苏语真情相邀,素素终于接受苏语宴请。还是他们熟悉的老字号饭店,还是他点的她喜欢的菜肴,还是他俩曾经习惯选择的小包间……坐下来那一刻,素素突然情绪崩溃、失声痛哭!

“别哭!”苏语眼睛红红的,怜惜、疼爱,“素素,你所有事情,好友都告诉了我!你是无辜的,我是一直爱你的!无论你遭遇什么,我都永远爱你!”

苏语告诉素素,当年听说她被逼成婚,心灰意冷的他辞职后,先后辗转福建、广东多地,凭着自己努力,一步步打拼到管理岗位,最终,又被总部委派到曾给他留下痛苦记忆的这座城市,担任这家大型企业高管……

苏语的突然现身,既温暖着素素那孤苦伶仃、伤痕累累的心,但是呢,又让她深感不安:这么多年,他不恋爱、不结婚,是她,拖累他呵!

“你找个好女人,成家吧!你一天没个家,我一天就痛心!”再度遇上时,素素说出心声,“这辈子,我都谢谢你曾爱我!”

苏语呢,也不回应。

或许,应了“恶有恶报”那句老话,素素的老公,在一次吸食毒品过量后,再也没能醒来。

苏语正式向素素求婚。素素呢,却一直在躲躲闪闪,她总是觉得,她不配……“为何非要娶我?”苏语回应:“你只属于我!”