

■文/摄影记者 朱林飞 通讯员 王苏萍 杜叶萍

在萧山区民政局婚姻登记处,有两间特设的婚姻家庭辅导室,里面有舒服的沙发和小茶几,只要轻轻关上门,就与外面的热闹隔绝开来。

每周一至周五,来自萧山区橄榄树公益服务中心的专业辅导老师会在这里开展一对一免费服务,为有需要的夫妻在新婚或离婚冷静期间开展相关辅导,或者帮助遭遇婚姻危机的夫妻走出困境。

据统计,在刚刚过去的2024年,我区对3200多对夫妻开展了婚姻关系、家庭关系、离婚调适辅导,其中劝和数量达488对。记者采访了婚姻资深辅导老师,得出的结论是:在婚姻中相处,需要动态进行人格识别和沟通,及时对危机进行干预,如同拥抱一只“刺猬”。(下文案例中人物除辅导老师外,均为化名或化姓)



我区婚姻家庭辅导室一年劝和近500对夫妻,其中有什么秘诀?

如何对待婚姻里的“刺猬”

案例一:丈夫“精神出轨”妻子坚决要离婚

○ 劝和方法:弥合认知偏差 尝试正向沟通

大李和阿玲是一对年届四十的中年夫妻,两人已携手走过6年的婚姻生活。两人的家庭条件都不是很好,不过经过6年的共同努力,加上勤俭持家,夫妻俩现已拥有房子、车子 and 不少存款。

婚后,两人感情不错。虽然一直希望能生个孩子,却未能如愿,夫妻俩也达成共识,考虑领养一个孩子。他们的生活似乎正朝着更加美好的方向发展。

然而,去年大李公司的业务遇到了前所未有的挑战,导致他不得不投入更多时间工作。以往,阿玲想要外出旅游,丈夫总能尽力满足,但如今却屡屡因工作繁忙而爽约。更令阿玲不安的是,她发现丈夫与一位女同事在微信上频繁聊天,内容不仅限于工作,还包括各自的休闲娱乐和美食分享等生活细节。

阿玲深感受伤,她原本以为丈夫是个忠厚老实的人,现在却觉得丈夫在精神上已经出轨。因此,她坚决要求离婚。

大李却认为自己与同事的聊天是光明正大的。当妻子质疑时,他毫不犹豫地展示了全部聊天记录,以证明自己的清白。他还向女同事说明了此事,并与女同事明确以后要避免此类话题。

尽管如此,阿玲仍认为此事已经触犯了她的底线,认定丈夫存在精神出轨的行为,并拒绝给予他改过自新的机会。

在家人的建议下,两人走进了婚姻辅导

室。接待他们的是婚姻辅导师刘姝华老师。

在刘老师的鼓励下,大李回顾了6年来两人共同生活、奋斗,一起面对风雨的历程,表达了自己对婚姻的不舍和愿意改变的决心。他希望妻子能给他一个机会,并承诺以后会更加注意和异性聊天的界限。

阿玲也承认,婚后丈夫一直表现很好。在家里,她如同“女王”一般,丈夫对她百依百顺。唯独这次的事情让她无法容忍。

在辅导老师的引导下,夫妻两人进行了正向沟通的尝试。丈夫紧紧握住妻子的手,诚恳地表达了自己对妻子的不舍和深情。妻子却突然甩开丈夫的手,起身离开,拒绝对丈夫的真情流露。

随后,辅导老师针对夫妻双方的问题进行梳理,并指出:丈夫的问题在于缺乏界限感,和女同事相处时未能敏锐地判断界限。为此,她建议夫妻二人一起讨论和异性聊天的界限问题,明确哪些话题可以聊、哪些不能聊。在了解自己爱人介意的情况下,就应避免触碰这些界限,以免引发不必要的误会和矛盾。

而妻子的问题则在于认知偏差和不接纳丈夫。她总认为自己的学历高,有优越感,在夫妻关系中一直处于高位,导致夫妻关系不平衡、缺乏平等对话。

经过深入沟通后,阿玲表示愿意在相关方面作出积极调整。同时,大李也向妻子真诚地道歉。双方均表示愿意重归于好。

案例二:妻子不成行的出国游 丈夫一直揪着不放

○ 劝和方法:正视生活观念差异导致的沟通错位

霞姐与伍哥是一对结婚25年的夫妻,共同经历了生活的风风雨雨。如今,儿子已有稳定的工作,并在城区购置了婚房和车子,一家的生活已是苦尽甘来。

多年前,霞姐在做月嫂时结识了一位宝妈。这位宝妈的丈夫是英国人,他们计划趁放假带孩子去英国探亲,并热情邀请霞姐一起去。霞姐欣然接受了邀请,并开始着手办理签证。然而,签证所需的户口本、银行流水、房产证等材料却让伍哥产生了怀疑。

伍哥是一位只知道埋头苦干的传统男性,对霞姐的旅行计划表示强烈反对。他担心家里的全部家底会被霞姐透露出去,更怕她被骗。同时,伍哥也觉得凭他们的家境,这样的出国旅游并不合适,会引来街坊邻居的非议。而霞姐则想着自己还有赚钱的能力,出去看看外面的世界,认为这是一个难得的好机会。两人因此僵持不下,霞姐最终因签证问题未能成行。

这次事件也成为两人矛盾的导火索。伍哥一直对此耿耿于怀,认为霞姐赚了点钱就变得心高气傲,不把他这个丈夫放在眼里。而霞姐则感到无比委屈,觉得事情已经过去这么久了,伍哥为何还揪着不放。两人一直争吵不休,最后霞姐因无法忍受提出离婚,伍哥也表示同意。

婚姻辅导师黄芳老师对两人进行辅导。听完两人的叙述后,黄芳老师分析了问题的症结

所在,即两人生活观念的差异。

原来,受原生家庭影响,伍哥因从小家庭贫困,形成了勤俭节约的习惯,认为家里的一切都应能省则省,如洗衣机、空调只有在无法使用时才会考虑更换,否则就是浪费。

而霞姐则认为自己能力范围内,应尽量改善家庭条件。因此,她很早就将家里的半自动洗衣机换成了全自动洗衣机,并在村里人普遍缺乏保险意识时,就替两人购买了养老保险,既减轻了儿子的负担,也为夫妻俩的老年生活提供了保障。

就拿出国旅游的事来说,伍哥对霞姐的旅行计划心怀不满,其实也是对花这么一大笔钱觉得心疼……

辅导老师指出,爱有不同的表现形式。伍哥的勤俭节约是对家庭的付出和关爱,而霞姐的目标规划和改善生活条件同样是对家庭的贡献。夫妻之间的矛盾冲突并非因为感情出现问题,而是由于生活观念上的差异导致的沟通错位。“其实,你们两人的目标是一致的,都是为了家庭的幸福和家人的舒适生活,只是由于生活观念的不同,导致了做法上的差异。”

为了化解矛盾,辅导老师建议夫妻二人要设身处地多了解对方的想法和需求,加强沟通,尽量避免沟通错位。只有了解对方,并且让对方也了解自己,才能建立起相互信任的基础,让这个家越来越好。



案例三:妻子患病 丈夫能否见真情

○ 劝和方法:学会接纳对方的现状和情感需求

郑先生与李女士是一对年轻夫妻,有一个2岁的孩子。然而,这个孩子的到来并非在计划中,是未婚先孕的结果,对此李女士一直心存悔意。

前年,李女士被诊断出乳腺癌晚期,已错过手术的最佳时机。面对高昂的医疗费用和妻子的病情,郑先生倍感压力,常常因此抱怨,觉得家中的积蓄都被妻子的医疗费用消耗殆尽。这个本就经济拮据的家庭,在疾病的打击下更是雪上加霜。两人因此产生了离婚的念头,决定离婚后孩子由郑先生抚养。

李女士虽然深爱孩子,但身体状况已不允许她照顾孩子,只能被迫放弃抚养权,这让她内心无比痛苦。家中常常因小事争吵不断,郑先生也感到心力交瘁,担心再这样下去自己的心理也会出问题。

当两人走进婚姻登记处时,工作人员注意到了李女士悲伤的神情,便建议两人先去婚姻家庭辅导室进行调解。

听完两人的讲述后,辅导老师语重心长地指出,婚姻是两个人一生的相守,无论遇到多大的困难,都应该携手共进、共同面对。

然而,在这个家庭中,双方都没有很好地履行这一职责。李女士生病后,内心更加渴望得到丈夫的安慰和爱护,但郑先生的不理解和抱怨让她感到更加委屈。

同时,郑先生也面临着巨大的心理压力和经济负担,他的抱怨和不满也是出于对现状的无奈和焦虑。双方父母无法提供足够的帮助,女方父母虽然安排了一位阿姨来照顾病人,但郑先生认为这是浪费钱,对此心生不满。此外,两人缺乏有效的沟通,每次都用不良情绪来表达自己的不满,导致问题一直得不到解决。他们眼中只有对方的缺点,没有反思自己的不足。

辅导老师建议,双方需要学会接纳对方的现状和情感需求,理解彼此的不易和困境。对李女士来说,需要更加关注自己的身体和心理健康,多做让自己开心的事情,不要因为家庭琐事而生气。如果条件允许,可以多陪伴孩子,与丈夫心平气和地沟通自己的需求。

而郑先生需要更加理解妻子的病情和心理需求,停止抱怨,努力为家庭付出。他可以尝试做一些力所能及的事情来减轻妻子的负担和压力,抽出时间多陪伴妻子和孩子。在最困难的时候,双方更应该一起回忆曾经的美好时光和对方的优点,一起面对困难,共同渡过难关。

经过此次辅导,郑先生和李女士认识到经营婚姻需要一生的学习和操练,需要不断提升自我意识和觉察能力,学会相互理解、相互包容和相互支持。两人被劝回,没有离婚,并表示愿意按照调整后的方式去努力改变现状,共同面对困难。

记者手记

幸福的家庭都是相似的,不幸的家庭则各有各的不幸。当你走进萧山区婚姻家庭辅导室,总会听到一些令人唏嘘的故事。

其实,大部分走进婚姻家庭辅导室的夫妻,实际上并不想离婚,只是因为生活中有些“坎”过不去,心结没有打开。只要当事人愿意,稍加引导,就可以较好地化解。

像案例中的大李和阿玲,似乎遭遇了“出轨”。细究之下,妻子常常自恃高学历,在家中处于领导者地位,丈夫则扮演着服从者的角色,导致夫妻之间缺少平等的对话。时间一长,丈夫心里难免郁闷,于是跟女同事成了“聊天搭子”。

霞姐和伍哥,因为一次没有成行的出国之旅,两人之间争吵不断。而辅导老师的一番引导,让两人认识到大家的本意都是好的,都是为了让全

家人生活得幸福快乐,只是由于生活观念的不同,导致了做法上的差异。

还有郑先生与李女士,一场突如其来的“灾难”几乎摧毁整个家庭,似乎应了一句老话:夫妻本是同林鸟,大难临头各自飞。而正是辅导老师的建议,坚定了一人面对困难的决心和勇气。

婚姻是一门高深的学问,是一生的必修课,需要夫妻双方不断学习和成长,学会相互理解、相互包容和相互支持。人生的路上充满了未知和挑战,但只要双方能够携手共进、勇往直前,就没有什么困难是无法克服的。

在此,也希望有更多的夫妻在遭遇危机时,能主动向专业机构求助,及时解决问题,共渡难关,走出困境。