

本期关注

责任感与婚姻的幸福成正比,真实的关心和支持并不是空洞的承诺能给予的,而是要用实际行动来展现。婚前睁大眼睛,尽量降低婚后的风险——

婚前“选人”该考察什么?

凌晨两点半,小怡站在婴儿床边,轻轻哄着怀中刚刚醒的宝宝。连续几个晚上的不眠让她几乎筋疲力尽,她抬头看了一眼依旧沉睡的丈夫,便拍了他一巴掌,丈夫却翻个身继续睡觉。

恋爱时的甜蜜似乎已经遥远,丈夫曾承诺,孩子只需要她负责,其他的事情他来管,而现实却打了她一记响亮的耳光。“我来的那个也这样,好像个聋子!”小怡发现自己并不孤单。与朋友聊天时,她们都有着惊人相似的遭遇:丈夫婚后的变化,让她们怀疑自己当初的选择。

那么,女性在婚前择偶时应该考察哪些因素,才能更准确地预测婚后的情况,避免陷入不如意的境地呢?这是未婚女性的疑问,更是许多已婚女性时常思考的哲学难题。

□张天琦

过去是最准的预言家

过去的行为常常是预测未来行为的一种重要依据。

伴侣的行为习惯无疑会影响婚后生活质量。比如,丈夫在婚前就常常因“工作繁忙”忘记回小怡消息。小怡当时还以为这只是偶发性事件,没想到婚后这种“失联”成常态化。

当你准备步入婚姻,别忘了考察对方的家庭背景和成长经历。研究发现,人的婚姻观念常常受到自己父母“分工”的影响。常听到的那句“我妈也这么过来的,怎么到你这儿就不行?”听起来就像是把婚姻经营变成了挑战底线的比赛。

当然,对方的性格也很关键。人格特质会影响处理婚姻关系的方式。例如,容易焦虑的人可能更容易表现出逃避行为。如果你找到了一个和你不停吵架或者总是逃避的人,那么他应该是一个易焦虑的人。与这样的人相处,你不要抱着改造者的心态。

可见,婚前挑选伴侣不仅是找一个合适的人,更像是一场深度行为分析的实践。

压力冲突,最佳的“照妖镜”

在现实生活中,丈夫似乎认为,只要我看不见,问题就不存在,这导致妻子不得不成为一个人的团队。

冲突是婚姻生活中不可避免的,就像饭后谁洗碗这个难题。解决冲突

是评估对方是否合格的重要标准。小怡丈夫在面对冲突时选择用“两眼一闭,爱咋咋地”的策略,结果就是问题堆积如山,小怡身心俱疲。

择偶时,你得确定对方是那种面对压力就“遁地”潜行的人,还是会真实面对并寻找解决方案的人。更要留意的是,当他处于压力状态或情绪激动时,会不会出现暴力或自伤。研究表明,择偶不只是为了找个人过日子,更像是找一个能一起解题的战友。

在选择伴侣的过程中,一定要看对方是否有足够的冲突解决能力,是否能有效地处理面临的问题。一遇到冲突就玩消失,会让矛盾越积累越多。

有回应,还是画大饼?

回顾婚前的相处,那些甜蜜浪漫的场景让小怡深信她找到了“命定恋人”。然而婚后,他却变成“画饼大师”。

言行一致和责任感是重中之重。所以,婚前要留意对方日常行为是不是跟他的嘴一样甜,做到比说到更重要。

责任感与婚姻的幸福成正比。在婚前的相处中,千万要留意你的伴侣做事是否有始有终,你可以尝试制造一个小困扰,看一看他是否会给你一个真诚的反馈。

当双方涉及婚姻时,承诺的重要性远超过我们想象。丈夫在婚前甜言蜜语,然而当实际问题出现时,他的行动却与承诺大相径庭。我们常说婚姻需要信任,而言行一致、遵守承诺则是构建信任的关键。记住,真爱不是煮一碗粥,不要被廉价的付出所感动。

在压力情境下看对方的状态

婚姻将两个完全不同的人放在同一屋檐下,要求他们彼此理解。夫妻应当是彼此的战友,特别是在重要的人生时刻。孩子的降生本该是双方共同承担的重任,但丈夫却在逃避问题。

真实的关心和支持并不是空洞的承诺能给予的,而是要用实际行动来展现。在选择伴侣的过程中,我们不仅要关注对方的甜言蜜语,更要留心他是否有实际行动来支持和陪伴。

相比于繁重的家务和照顾孩子,更困扰小怡的是沟通受阻。孩子的到来带来了更多压力,而丈夫的沉默和逃避让这些问题愈发严重。有效沟通不仅能解决问题,还能增强双方的信任和亲近感。

婚前相处时,不妨多观察对方在面对问题时的沟通方式和协调能力。

有人说,婚姻是一场“豪赌”。婚前睁大眼睛,尽量降低婚后的风险;我们多次提到“留意”,这就好像是一个班级,班主任不在时,大家的行为才最接近真实,此时若偷偷趴在窗后,你就知道谁是真的“本分”,谁在伪装。

爱情也是如此,恋爱初期我们往往会展现最好的一面,而真实的一面只有在不经意时才更容易展现,比如在压力情境下或面对一些问题时,看对方的态度。这时的状态才会相对真实。

如果婚姻的压力和困扰超过了我们的承受能力,或者伴侣无意为改变现状付出努力,选择适时止损,也是对自己的尊重和保护。 (《中国妇女报》)

答疑解惑

亲人去世后
手机号如何处理

问:亲人去世后,手机号怎么处理?

公证人员:如果这个号码是普通号码,那么按照现在规定,只要机主不使用,3个月就会自动注销;如果有特别纪念意义的号码或者是靓号等,还有的号码是关系到死者生前债务、业务等,可以由死者的所有继承人发表声明,同意该手机号码由谁使用,并办理公证,提交材料和审查。

如果亲人生前手机号码内有充值余额,则属于遗产范围,就需要办理遗产公证。亲人生前的手机套餐问题也属于遗产范围,同样也需要办理公证。另外,因为手机充值余额不能转移给他人,建议子女们可在父母生前绑定父母手机号代为支付。 (《都市快报》)

温馨提示



侧卧看手机危害大

侧卧看手机容易导致视疲劳、斜视等。专家提醒,不管是侧卧看手机,还是正躺着看手机,只要持续时间长,都可能导致近视眼。

除了影响视力,长期侧卧看手机还会压迫肌肉和脊柱。人在侧躺着看手机时,贴近床一侧的腰部肌肉会紧绷,时间长了,可能造成脊柱侧弯,诱发腰椎问题,导致腰部疼痛。长时间侧卧对颈椎影响更严重,可能诱发颈椎病。

看手机的正确姿势是把手机举高,身体坐正,做自拍状,看一会儿就休息。 (《科技日报》)

美味推荐



山楂鲫鱼汤开胃健脾

山楂鲫鱼汤具有开胃健脾、滋阴温胃的功效。

具体做法:取鲫鱼1条,山楂10克,山药30克,盐、姜片、葱花各5克,食用油20毫升。将鲫鱼去鳞、鳃和内脏,洗净切块,山楂和山药分别洗净。炒锅加油烧热,放姜爆香,再放入鱼块煎好,取出备用。将全部材料装入煲锅中,加水适量,以大火煮沸,再改小火炖30分钟,最后调入盐、撒上葱花即可。

鲫鱼可补虚弱、温胃,山药能滋阴养脾,山楂具有消食化积的功效,一起煲汤喝,可促使食欲不振者恢复好胃口。 (《老人报》)

老年讲堂

搭伙老伴生病管不管

亲是在和老桂过日子,这个钱得老桂出。尽管老桂不这么认为,但他还是愿意承担责任。老桂的儿女不让老桂管,更不同意老桂拿钱,但老桂觉得既然在一起生活,就要彼此守护。

65岁的刘女士和搭伙老伴在一起生活8年多了。刘女士坦言,自己也曾想过,如果老伴生病,自己怎么办。

“如果遇到这种情况,我肯定不会出钱,不是我自私,而是我经济能力有限。”刘女士说,自己每个月退休金2500元,老伴每个月退休金5500元。如果老伴生病住院了,得由他自己和儿女拿钱治疗,“我虽不会出钱,但可以到医院照顾

他,因为照顾他是我的本分”。

老年家庭工作者认为,老年人搭伙过日子,面对老伴生病的情况,不同的人有不同的选择。究其原因,除了感情因素外,更多的是经济条件。自身经济条件好的老人,更能遵从自己的内心,做出自由的选择;而自身经济条件欠佳的老人,没有能力搭钱、搭精力,无奈之际有的人就会选择离开。在一起生活的搭伙老伴,面对病中的另一半,无论是选择留下还是离开,他们之间的感情是最为重要的决定因素。此外,双方子女要承担更多的责任与义务,老人应和子女提前约定,如双方子女有义务承担父母的医疗费等。 (《新晚报》)