

家庭课堂

幸福婚姻需要恩、爱与合作

□孙芸苓

最近看到一个观点:婚姻的必需品有三个,恩、爱与合作。

人们常说,一日夫妻百日恩。这恩是相互的,是夫妻之间在日常生活里的扶持和陪伴。妻子在家照顾一日三餐,丈夫在外打拼,回家对妻子嘘寒问暖,这些都算是恩情。

妻子知道丈夫喜欢吃羊肉,会专门买了精心烹饪。丈夫知道妻子早起有喝温水的习惯,每天早上第一时间会把温水放到妻子跟前。这些了解与默契,只有经过岁月的磨合,才能够如此贴心。

所谓老夫老妻,就是大家彼此了解,彼此习惯,在一起的点点滴滴都是彼此所珍惜的,文学作品里说的“相濡以沫”,也是这个意思。如果换一个人,是很难形成这样的感觉的。这种婚姻中形成的“恩”,浸润着彼此的心田,让生命更加丰满。

婚姻中的“爱”,不仅有爱情,还包含亲情、喜欢、尊重、欣赏甚至崇拜等。当婚姻里的爱消失了,彼此就会因为一些鸡毛蒜皮的事情较劲,于是感情越疏离、越计较,不小心就会摧毁整个婚姻。

笔者在做“情感讲述”栏目期间遇到过多种案例,大多是生活中妻子不满意丈夫,丈夫不心疼妻子,彼此充满了抱怨也厌弃,婚姻中没有温暖,最终导致离婚。

妻子希望丈夫有赚钱的能力,却往往用指责来表达:“你看你挣这么点钱,孩子上兴趣班怎么办?我想买件像样的衣服都不行,你这人真没有用。”在婚姻中,妻子需要爱,而丈夫也需要尊重,如果两个人都不能满足彼此内心的诉求,那么婚姻就会出问题。

在婚姻中,彼此需要了解和理解,发现对方的优点,而不是指责和嫌弃。只有保持“爱”,保持欣赏、尊重,婚姻才能更加稳固。

从经济学观点来说,婚姻也是一种合作关系。两个人一起养育儿女、一起孝敬老人、一起做事业,为了整个家庭,大家把力往一处使,就如俗话说的“夫妻同心,其利断金”。

最近有位刘女士来找我,说她丈夫平时做事“一根筋”,认定了一件事就一定要做到底。可是她觉得丈夫不够聪明,总是对市场前景把握不准。说丈夫是大钱挣不来,小钱看不上,每每遇到机遇都抓不住,每次投资机会都是被人忽悠的,而轻信和盲目使得她的丈夫几乎都在失败中,或者在走向失败的路上。她的丈夫还不服气,总感觉每次都是别人的错,而他都是无辜的。刘女士非常生气,就不准备跟他过了。

笔者后来和刘女士沟通,发现她说话非常强势,并且总是用否定的口气。后来,笔者建议她耐心和丈夫沟通,了解丈夫的真实想法。如果做一

些投资性的生意找合伙人,先了解对方的人品,再决定合作与否。或者,做个小生意就夫妻俩合作,这样也能规避一些风险。

后来,刘女士通过学习,改变了说话的口气和沟通的技巧,发现丈夫也没有之前那么执拗了,她说的话也能听进去了。后来他们一起做起了早餐生意,虽然辛苦些,总算收入稳定,两个人分工合作,生意越做越红火。他们的感情也在共同努力的过程中逐步修复。

通过“恩、爱与合作”来经营和修复婚姻,或许可以拥有不一样的幸福体验。



本期关注

年轻人结婚前在想什么?

——深圳市罗湖区妇联发布《罗湖区未婚青年婚恋情况调查分析报告》

□韩嫣然

近日,一场主题为“青春就要勇敢爱”的深圳女性文化沙龙在深圳市罗湖区妇女儿童活动中心举办,专家与观众面对面共同探讨婚恋问题,同时正式发布罗湖区妇联耗时半年完成的《罗湖区未婚青年婚恋情况调查分析报告》。以期通过这一报告洞见当年轻人的婚恋现状,提出可行建议。

男性比女性更向往婚姻

“既享受单身又向往爱情。”调查报告显示,当前深圳的未婚人群内心很“矛盾”。

一方面,有半数年轻人向往婚姻,单身人群中50.8%的人明确表示近三年内有结婚意愿。但另一方面,“一人食、一人租、一人旅行”这种单身“乐活”模式已成为新单身青年的生活常态。仅25.7%的人明确表示对恋爱充满向往,68.3%持顺其自然的态度。互联网的发展让许多未婚青年在空闲时间更愿意宅在家里而不是计划约会。

不同于以往人们常持有的“女性更向往婚姻”的认知,报告显示,其实男性比女性更向往婚姻,有30.5%的男性表示对婚姻充满向往,而女性仅为15.9%。然而恋爱是婚姻的前奏,不处于恋爱状态,这些未婚青年的结婚意愿实际上很难转换为现实。

值得关注的是,女性在婚姻中的主动权和地位得到了提升。在女性教育机会增加、意识觉醒、经济能力提升

的当下,女性可以成为婚姻中的优势群体,男性也不再执着于婚姻中的地位问题。

如何找到心仪的另一半?虽然在新媒体时代,各类相亲交友的平台越来越多,看似扩大了人际圈和交友范围,但整体上,未婚人群对与陌生人网恋仍持谨慎态度。传统的自识、介绍途径仍为目前深圳未婚群体寻找恋爱对象的主要渠道。

年轻人观念的改变也是导致现在低结婚率的一大因素。青年在婚恋中的独立意识更强,注重自我感受及自主选择。此外,存在缺乏行之有效的婚恋交友平台,信息不对称的因素。部分人工作忙碌、社交圈子小、性格内向、社恐,婚恋市场上供给者与需求者信息不对称,导致类似摩擦性失业的“摩擦性单身”,即有很多单身者,却难以找到适合的伴侣。

最希望获得婴幼儿托育服务

如何让政策对策紧贴当下未婚人群的实际需求,改善低婚育现状?为了解罗湖未婚人群对提高结婚意愿的偏好情况,报告从政策支持、经济(物质)支持、环境支持、服务支持四个维度进行了调查。

报告显示,未婚人群最大的诉求是获得婴幼儿托育服务,占比高达83.5%;其次是延长婚假、(女性)产假和(男性)陪产假及提供更多、更便宜的幼儿园服务,占比分别为77.4%和73.5%。可见,托育方面资源欠缺是未婚人群最大的担忧。

报告建议,政府可以加强生育配套政策和服务保障,强化税收、经济补助等支持政策,加快完善住房保障体系,可以考虑为生育母亲提供免费或优惠的医疗服务,包括孕期检查、分娩医疗等,通过直接支持家庭的生育和育儿带来的经济压力,激发潜在的婚育需求。

此外,提高个人经济条件,完善女性就业权益保障,改善女性在职场和婚姻中的弱势地位也是呼声较高的诉求,占比分别达73.1%和71.5%。

报告建议政府可以根据单位女员工规模及年度生育情况,实行一定程度的税收优惠政策,降低企业所承担的生育成本,减少企业雇用女性的顾虑。多方搭建灵活就业公益服务平台,积极探索“宝妈岗”“宝爸岗”等灵活就业新模式,开展精准的创业就业帮扶。推广“互联网+职业技能培训”新模式,加强女性就业保障。

报告发布当天,正值罗湖区妇联举办“一见倾心·懿心相随”单身青年交友联谊活动,辖区内近100位单身男女齐聚妇女儿童活动中心,通过游戏等环节增进彼此了解。“我们举办交友活动已经有20多年了。”汪朝晖是罗湖区妇女儿童活动中心主任,也是罗湖区“鹏城有爱·懿心相随”品牌交友活动的主要打造者,20年来为深圳市青年男女“脱单”牵线搭桥,成为大家心中值得信赖的“超级红娘”。汪朝晖表示:“未来我们将根据调研结果,优化交友联谊活动,为大家提供更精准的婚恋服务,帮助大家早日‘脱单’。”

(《中国妇女报》)

医生提醒

心梗防治 刻不容缓

尽早发现、尽早诊断和尽早救治,是挽救心梗患者生命的关键。11月20日是第10个“中国心梗救治日”,1120代表着2个“120”:一是出现急性胸痛要及时拨打120,二是明确诊断心梗患者需争取在黄金120分钟内得到有效救治。

急性心肌梗死,是冠状动脉急性、持续性缺血缺氧所引起的心肌坏死,常常危及生命。时下,饮食和生活节奏的改变,极大地影响了人们的代谢状态,心梗的发病年龄呈现年轻化,数量也在逐年增加,尤其是抽烟喝酒、经常熬夜、肥胖、高血压、高血脂等人群要预防心梗的发生。

心梗发生前八个部位会说话

我国每年有近70万例心梗发生,但仅3.5万获得了及时规范救治,95%的心梗患者没有得到有效救治。当以下八个部位出现不适时,都应考虑到心梗的可能。

- 1. 心前区** 突发性、压榨样的心前区疼痛,持续15分钟以上不缓解,伴有面色苍白、冷汗、恶心、憋闷感或濒死感等,就要考虑急性心梗。
- 2. 胸骨后** 有明显的胸部紧迫感,像一块大石头压在胸口,疼痛可能放射到肩部及前臂,可伴有冷汗、头晕等。
- 3. 上腹痛** 一些胃肠道症状,如感觉持续加重的“胃痛”、饱胀、恶心、呕吐,特别是活动量增加时反复出现,也预示心梗发作。
- 4. 牙痛、下颌痛** 一累就牙痛,一生气就牙痛,或是劳累、激动后牙痛加剧,都可能是心梗前兆。这种痛往往累及多颗牙齿,可伴有冷汗、肩痛等,女性更常见。
- 5. 左肩、左腋下疼痛** 左肩、左腋下内侧出现钝痛,可能放射到小指和无名指,如果伴有胸闷、气紧,更要警惕心梗。
- 6. 后背痛** 常常是今天后背痛,第二天改成了下巴痛;或是今天痛,第二天又不痛了。出现这种疼痛转移的现象,也要提防心梗。
- 7. 嗓子痛、脖子痛** 咽喉堵塞感、颈部紧缩感,还伴有呼吸不畅、大汗淋漓等症状,如果没有哮喘或上呼吸道感染,就要考虑心梗。
- 8. 头痛** 心梗有时会以神经症状为首发表现,患者会有头晕、头痛、肢体瘫痪,或突然意识丧失、抽搐等类似中风的表现。

四步急救法

心梗抢救要闯三道关,一是患者自己,二是急救运送,三是医院救治,其中患者这关尤为关键。如果怀疑有人突发心梗,一定要做好四件事:

- 让患者就地坐下或平躺,避免情绪激动,不可随意搬动、扶起患者。
- 立即拨打120等待救护车,不可自驾或搭车去医院。
- 谨慎服药,如果有条件最好给患者测下血压,血压过高或过低时,服药可能加重病情。硝酸甘油:在明确血压不低时,在舌下含服,如果没有条件测血压,患者出现头晕、大汗时,不可盲目服用。
- 患者出现心跳呼吸骤停时,可进行心肺复苏。如果患者还有心跳和呼吸,心肺复苏反而会增加室颤风险。

(《生活晚报》)

