



问诊爱情,为爱把把脉

每一届万人相亲会中,“爱情问诊室”都是一个热闹的地方。面对情感的困惑,单身男女们太需要一个帮他们梳理和让他们倾诉的窗口了,而由30多位婚恋心理专家坐诊的“爱情问诊室”,就成了一个为情感把脉的难得之所。

■文|桃之 ■图|资料

到底哪些问题,最多困扰单身者?

华师大应用心理研究院的陈莉院长是七届万人相亲会坐诊爱情问诊室的“首席”心理咨询师,由她带领华师大心理咨询工作室的老师对单身人士的婚恋问题已经有多年的研究经验。在她带领的咨询师看来,单身者目前的问题主要集中在三个方面:第一,努力了这么多年,为什么还单着?第二,父母挑选的对象子女不喜欢,在婚恋问题上子女和父母有矛盾怎么办?第三,在交往过程中种种的小矛盾如何处理?

从2001年就开始从事维护爱情、维护亲情、维护友情、维护心情、维护性情等咨询与服务的舒心老师也多次在万人相亲会心理咨询室坐诊,在他看来,问诊得最多的问题就是单身者不懂如何获得对方的“芳心”,说穿了就是年轻人不会谈恋爱也成了大问题。而华东师范大学心理学系教授、博士生导师徐光兴教授则从社会角度来解读了这个看似很隐私的问题。他认为现代社会不自觉按个人的条件,把单身男女分为A、B、C、D四种。由于人口结构上男多女少的性别比例失调,再加上社会意识上的男强女弱的婚姻定式,A男找B女,B男找C女,C男找D女,而A女和D男就是被甩下的两类人。经济发展了,先富起来的那一部分人一骑绝尘,而在队伍末端,另一些人还在为了基本的温饱苦苦挣扎。在如此悬殊的差距下,“找对象难的”不是条件太好的,就是条件太差的。被贴上A女和D男标签的两类人,成了婚嫁市场上的弱势群体。

专家们都支了些什么招?

对于都市单身者反映找不到对象的问题,陈莉院长总结了三个原因,生活圈子太窄,工作忙,很自我。针对这三个原因,她给这些年轻人的建议是内心要强大,不急不躁,要学会控制自己的情绪;情商也要提高,要学会如何与别人沟通和异性相处。

在问诊室中,舒心老师的耐心开导,也让不少“屡战屡败”的单身者恢复了信心。舒心老师提示过这些单身者:是不是你的要求太死,过于追求完美?要求门当户对,双方都要有共同理想、共同价值观、共同语言的青年不在少数,要知道大家的脾气性格、生长环境各不相同,怎么会有完全相同的两个人?放下几个不必要的要求吧,这会让你的寻缘之路平坦的多。

而徐教授提到A女,也是属于总找不到合适对

象的那种。对于A女,高居不下的择偶心态是问题所在。徐教师分析:这些A女多半是工作狂,职业压力大,休闲时间少,社交半径又小,良缘难寻。徐光兴教授提到目前的一个统计数据,北京的剩女中A女达到了约60%,而在上海,这个数字更是达到了约80%。“A女要放低自己的姿态,不要老想找A男,A男看到你害怕的。”徐光兴教授说,“A女们也要多注意身边的B、C、D男,如果一个B男是潜力股,A女来改造他,将来一个非常出色的A男也不一定。”另外徐教授还提醒大家:不要歧视单身的人,其实每个人都有每个人的活法。家长对于子女的婚恋观念需要转变,子女还想要享受自由人生的时候就不要逼着他们去相亲。尊重子女的选择,比别人相比更重要。

万人相亲会为单身者做了些什么?

万人相亲会的心理问诊室,其实就是帮助单身梳理情感问题的一个非常好的去处。拿去年第六届万人相亲会来讲,30多位婚恋心理专家坐诊,忙得中午的午餐都无暇顾及。华师大的心理咨询师还带去了非常有吸引力的“房树人绘画心理测评”。这是一种心理学上的一个投射测验,在一张白纸上画出房屋、树木和人这三样东西,从中可看出一个人的人格特点或是缺陷。由于它反映的是潜意识中的想法,无法操控,所以能切实帮助到恋爱困难的人找到该用什么方法应对,且每个人画出来的都不一样。在万人相亲会现场很受单身男女的欢迎。

对于来参加相亲会的单身男女来说,心理专家还专门给了很好的指导。舒心老师说,“单身青年们最好亲自来相亲会,不要害怕被拒绝,给自己和对方一个互相了解的机会,要相信有缘人总会相遇的。万人相亲会本是给单身男女们提供了一个产生更多互动和交流的平台,“既然是相亲会,应以看为主,有相中的,看到有眼缘的不要放过,主动出击,不要等”。

曾经6次都坐诊心理咨询室的巾帼园魏迎娣老师也提醒大家,万人相亲会其实提供了平时交友圈狭窄的单身人士一个很好的接触异性的机会。在这里,单身者可以参加相应的辅导、咨询、活动等,扩大交友面。

有人说,情感问题是常常会出现的,短短两天的相亲会怎能满足单身者长期情感疏导的需求呢?其实,万人相亲会组委会早就想到这一问题,自第六届万人相亲会以来,上海市婚介机构管理协会联合华东师范大学心理研究中心、上海市妇联开心家园、上海市妇女儿童服务指导中心(巾帼园)等单位,已经正式开通专门为单身人士服务的“婚姻情感咨询服务热线”。而这一届万人相亲会现场,作为组委会成员之一的《生活周刊》有情人俱乐部,将联手华师大心理研究中心,每个星期都有专门的心理情感专家,来有情人微信线上坐诊,随时为都市男女的情感问题答疑解惑,为大家的恋爱和婚姻保驾护航。

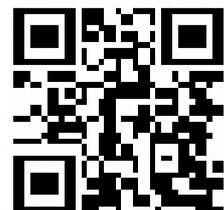


生活周刊iOS新媒体平台

苹果商店官方推荐应用

在App Store搜索"LifeWeekly"即可免费下载阅读

官方微信号: lifeweekly1925



生活周刊官方微博



生活周刊官方微信