



嘉宾：余辉、杨艳

华大应用心理研究院咨询师

情汤卦面

拒绝总是一种难言的痛

Q: 经常有男性朋友提出进一步交往, 当我每每拒绝之后就会失去了一个好朋友。怎么在拒绝后大家还能当朋友呢?

A: 在这个“朋友关系”的一开始, 你对和男生的关系是否有一个设定? 是始终希望作为朋友呢, 还是交往着看看能不能更进一步? 这样的设定又或者预期, 都会影响你与男生关系的发展。有时候, 当你想要做朋友, 而对方却感觉你有着进一步交往的意愿, 差异就产生了。这时你是怎样的感觉呢? 又或者当男生表达了交往的愿望的那一刻, 你的内心有着怎样的回响呢? 这样的回响可能转化为一些情绪, 进而表达出态度, 但仅仅只是拒绝这一种发展的可能性。对你来说, 你更希望挽留对方在朋友的阶段。但很可能你对于“朋友”的定义, 此刻没有能够传达给对方, 或是对方没能清晰的感受到, 以至于关系就此结束。好像我明明只是拒绝了关系中的一部分, 结果却使得整个朋友都没得做。这样的结果确实让人感到遗憾啊。

我们每个人都不是生来就懂得与人相处的, 要表达细致的情感, 需要反复练习。我们和异性交往的过程中, 失去一些自己非常珍惜的情感也在所难免。这些失去, 也许是为了弥补童年训练的缺乏或者不足, 让我们变得更会表达, 这样才不至于错失将来的可能。或许此刻的你, 需要的正是这种对表达的练习。回顾以往的经历, 体会这个过程中你的表达还可以怎样完善, 正是一种学习和总结。如果你仍然感到困扰, 不知道如何表达, 那么或许需要通过专业的帮助来进行训练。

(以上问题和回答全部选自华大应用心理研究院免费咨询咨询热线51688988电话记录, 发表时有删节)

聚焦圣象Discovery之旅 探索活力圣象新内涵



2016年5月27日, 2016活力圣象Discovery之旅在北京·密云激扬启程, 包括圣象集团董事长翁少斌在内, 有多达

一百位集团和分公司的的领导层参与了此次活动。据悉, 为了让徒步足够专业, 挑战真实而非流于形式, 圣象特别邀请了全球顶尖户外冒险团队——英国贝尔生存训练营(BGSA)来担当此次活动的教官。在长达12小时的探险中, 总计完成了超过18公里的徒步挑战。

本次活动旨在使圣象人通过灵魂与肉体的双重考验, 以“活力”为原点, 以“运动、自信、探索”为延伸, 开启圣象活力新时代。同时, 也希望向广大消费者传达一种健康积极的运动调性, 超越自我、永不放弃的求胜精神, 从而开启“活力圣象”新纪元。

今年是圣象的第21年, 也是活力圣象的第一年, 是圣象人传承过去、开拓未来的第一年, 也是活力圣象扬帆远航的一年, 更是圣象品牌的新起点。面对如今更加个性化的年轻消费者, 圣象以锐意进取、不断超越创新的品牌活力拥抱时代的变化。从活动的圆满落幕可以预见, 未来, 将是活力圣象的新时代!

活动报名

这样的男人“不正经”又何妨?

【文/冷小姐】



看完《欢乐颂》第一季大结局, 妹纸们就炸锅了。现实世界里, 我们就缺一个小包总啊! 诚然, 《欢乐颂》里的安迪, 身高貌美, 高智商, 高学历, 高收入, 金字塔上顶尖的人物, 十年密友是金融大鳄, 隐形父亲是权力人士, 围绕身边的追求者要不就是能力超强的富二代, 要不就是高富帅的富二代, 这么白富美的女主, 最后却让风骚吸睛的小包总给圆满了, 为什么? 因为男主是个样子坏坏, 看起来不太正经的男人嘛! 这不正好验证了那句俗语: 男人不坏, 女人不爱吗?

你还别不信, 事实常常就是正经姑娘们放着好男人不要, 偏要去选那个不太正经的“坏男人”一枚。大尉柳时镇迷人的坏笑, 还有时不时地不守承诺、不知所终, 才真的是让好医生姜暮烟欲罢不能的秘籍哦。给你一个木讷、呆头呆脑、不懂情话的好男人, 好姑娘绝对是吓得退让三尺好吗? 往好的说, 这样的是好男人, 往坏的说, 就是没情趣。

这样一个外表坏坏的痞子男小包总, 成功抱得美人归的不仅仅是他的帅气又骚情洋溢的外表, 不仅仅是他的迷人小酒窝和低音炮, 而是他看起来花哨实际上却诚实稳重的内心。

再来看《欢乐颂》里的小包总, 他一出场, 就甩出实力派男友祖峰几十个点位, 在安迪一张僵尸脸离开后, 小包总仍不正经地追车不放, 而后又以工作之名邀约, 被拒绝之后仍坚持不懈, 送花邀早茶, 哪一样不是死缠烂打?

可是有一点才是最终俘获佳人芳心的绝杀技, 小包总其实并非是一个不学无术, 只顾吃喝玩乐的富二代, 他请到佳人以后, 可不是为了抛出满嘴的浪漫情话, 而是实打实地聊工作, 谈正业, 让安迪感觉到他的年轻有为, 锐意进取。而对待22楼的安迪的好邻居, 他也是挺身而出, 干净利落急公好义地帮忙解决问题。

这样一个外表坏坏的痞子男小包总, 成功抱得美人归的不仅仅是他的帅气又骚情洋溢的外表, 不仅仅是他的迷人小酒窝和低音炮, 而是他看起来花哨实际上却诚实稳重的内心。就像《太阳的后裔》里的柳大尉, 迷人之处恰恰是那种漫不经心、撒娇搞怪的小情趣, 但是骨子里却是一个正义感十足的国家英雄。姑娘们爱上的正是这种外表有点坏, 骨子里却是正正经经的好男人典范。这样的好男人“不正经”又何妨?

上船, 谈一场说走就走的恋爱——“爱上邮轮, 牵手幸福”

一个人的日子固然“逍遥”, 两个人的生活才叫“幸福”! 你的幸福在哪里? 来邮轮吧, 6月相约济州岛邮轮来相亲吧, 用我的真心换你的真情!



由上海婚介行业协会、万博国际旅行社、地中海邮轮公司联合发起活动, 组织百人相亲团从上海乘坐邮轮, 参加4日3晚相亲主题旅游团。整个活动过程分为起登船、航行中、下船三个阶段。在邮轮中主办方将精心安排各类的演出活动和游戏环节, 让每一位单身朋友从破冰游戏做起, 船内有设施豪华的给类活动区域, 既可以喝着咖啡享受阳光, 也可以约上你心中的他(她)感受美食和音乐哦! 每天主办方会精心组织各种相亲活动, 有礼仪讲解、心灵鸡汤的座谈、才艺表演、面具舞会等等。路经济州岛下船后, 主办方也精心组织游览异国风光, 享受济州之美。

◎时间: 2016.6.25-2016.6.28

◎年龄: <70岁的单身男女活动

◎费用: 高级海景四人间: 2688元/人; 高级海景三人间: 2988元/人; 高级海景二人间: 3499元/人

◎报名截止日期: 6月10日

◎报名电话: 64661889、54197263、61356856

◎报名地点: 本市徐汇区天平路245号5105室、6楼巾帼园婚介

◎【备注】请报名者携带好身份证、户口本、学历证、照片及相关无婚姻证明