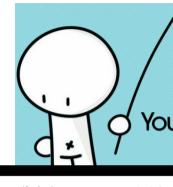


嘉宾: 冯洋



华大应用心理研究院咨询师

有丈夫的我爱上了有妻子的他

Q: 一月份去了家新公司,四月份喜欢上了直属领导,五月份向他表白,得到的回应是他也对我有好感。我们相差两岁,都有各自的家庭,都算幸福,只是日子按部就班,没有新鲜感。

他对我的定义是红颜知己,我却很在乎他。我希望他能握着我的手,拥抱我,但不愿与他发生进一步关系。他也表示,握手和拥抱都可以。我们都很清楚不可能破坏现有的家庭在一起,怎么办?

A: 我们每个人都可能在生活中碰到一个让自己怦然心动的人,他是那么的完美,完全符合自己心目中白马王子的形象。这时如果郎未婚,女未嫁,也就好办了。但如果大家都有家庭,事情就没有那么简单了。

首先,让我们看一下对方。他是一个什么样的人呢?他身上的哪些优点特别吸引你?曾有位哲人说,爱情就是对对方的理想化。因此当我们喜欢一个人的时候,特别容易忽略对方身上的缺点。所以如果想客观地审视一个人和一段感情,你就必须尝试着去发现对方身上的缺点。另外,你对他的了解深入吗?他的从小到大的经历是怎样的?他的父母是怎样的?他的家庭是怎样的?如果换做你,你会怎么解决?

然后,让我们审视一下自己。除去对方的因素,有哪些自己的因素使得你堕入爱河?也许是你新换了一家公司,来到一个陌生的环境,恰巧碰到一个像父亲一样关心体贴你的人?也许是你的婚姻生活太过平静了?也许是你此前从未真正堕入爱河,而他让你体验到了爱的感觉?

最后,让我们看看你们之间的关系。异性间的友情可以被分为四种类型——互有好感:双方都想要把友情转化为爱情,想要有进一步的发展。柏拉图式:双方都不想维持除了友情以外的关系。我方渴望:我方想要把这段友情转为爱情,但是发现异性友谊的另一方并不想。对方渴望:友谊的另一方想要把友情转化为爱情,但是我方并不想。在现实生活中,柏拉图式的异性友情就是我们通常所说的“纯友谊”,但这往往很难做到;而在互有好感的情况下,两个人则可能很快进入爱情。就像是他的表现,他对你定义为红颜知己,但又发微信说:“在你下车时候其实本想握住你的手”。你们的关系到底是什么类型的呢?当我们都看明白以后,就要问问自己:我的需求是什么?我想要什么样的生活?也许就知道如何处理这段感情。

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

购玩GO乐,体验不一样的购物乐趣

上海华润时代广场于2016年9月9日拉开了15周年庆典帷幕,以“购玩GO乐”为主题,举行为期半月的盛大活动。我们引进了新型科技互动装置,将消费与游戏结合。

华润时代广场此次带来了购物革新,让商场变得更好“玩”,为此布置了神笔画画、AR抢金币游戏、节奏大师、以及VR9D电影机互动体验装置,为顾客在购物之余创造乐趣。

9月9日,华润时代广场将化身科技“游乐场”,购玩GO乐,邀您来体验这个有趣、新鲜、好玩的9月。

水活奇迹珍珠水(清润/凝润型)



何谓奇迹?每颗珍珠都在水中孕育而生,蕴藏着天然保湿能量,即使在采摘之后,珍珠也能维持长达数十年的润泽光采。

5维水光肌:欧诗漫用珍珠和5种水润精华精确配比,深入滋养舒缓,改善干燥、脆弱、暗沉、粗糙、泛红等5大缺水问题,带给肌肤“细、滑、润、透、亮”。

水活奇迹珍珠水(清润/凝润型)价格:150元/150ml

功效:滋润;特点:蕴含珍珠与5种水润精华,一举满足珍珠对水的渴望,深度滋润、舒缓抗氧,让肌肤如珍珠般水润明亮。

情汤卦面

用心爱,让他们相濡以沫

【文/冷小姐】



看过《极速前进》节目的观众,一定被最后压轴出场的夫妻档霍启刚与郭晶晶炸苏。节目中,从“互为宣誓”的自我介绍开场,到郭晶晶羞涩的捂嘴少女笑,这对组合不过出境十来分钟,牵手、拥抱、温柔地彼此加油,就连冰冷的屏幕也阻挡不了两人自然流露的甜蜜感。这样的画风,哪里能让人想见是一对颇为神秘感的豪门婚姻?玛丽苏扭转乾坤,众人期待的可能是各种狗血剧情,一入豪门深似海,从此翻身永无头……但是他们这对CP却像普通的恋人一般,从相爱,到结婚,到生子,各种温馨的小缠绵,看着有点儿腻歪,却腻歪得让人感到舒服。

两人的儿子,英文名是Lawrence,有橄榄之意,是因为2004年郭晶晶在雅典夺金时,戴的头饰有橄榄。雅典奥运会上,当霍启刚看到勇夺金牌的跳水皇后郭晶晶,不自觉地被她吸引。为了俘获美人芳心,霍启刚费尽心思,不仅恶补专业用于来增加共同语言,还在国家队广交朋友,更是义务充当郭晶晶每一场比赛的摄影师。直到今天,他仍能专业地说出郭晶晶翻滚的动作,说起晶晶十岁就开始练前滚翻,满眼都是欣赏和怜惜。

真正让彼此相濡以沫的完全只是单纯的气场一致、彼此欣赏、用心相爱。这条至理名言,才是让爱情长久保鲜的秘籍。

郭晶晶练跳水,落得一身伤,最严重的就是眼疾,2008年北京奥运会时27岁的郭晶晶眼疾已严重到看不清跳板,只能凭感觉完成所有动作。这时的霍启刚,一边找来香港名医为郭晶晶诊治,一边一场不落地给她加油助威。

而婚后,霍启刚体贴依旧,他们也像普通夫妻一样逛超市买菜,为半夜起来给儿子喂奶弄得睡不好觉。甚至,为了丈母娘带孩子方便,毅然和老婆一起从豪宅里搬了出来,过起自己的小日子。两个人对家庭生活一致地彼此珍惜,用心经营。

一向低调的郭晶晶坦言上《极速前进》节目是为了宣传奥运,而霍启刚也表示:“上节目是为了陪老婆完成这项重任。”两人从北京出发的第一名,到雅典的第六名,全程互相扶持相濡以沫,总是带给观众甜蜜到苏的温暖画风。

可以想见,被外界冠以“豪门”、“冠军”组合的标签,从来都不是两人爱情的阻碍,抛开门第之分,真正让彼此相濡以沫的完全只是单纯的气场一致、彼此欣赏、用心相爱。这条至理名言,才是让爱情长久保鲜的秘籍。

本周星语

为什么你越来越不喜欢说话?

【文/闹闹女巫】

今天的塔罗牌是【女祭司】逆位,说的是大家既没办法表达自己,也听不懂别人的感受,一种自我封闭到极点的感觉,围绕着你。

说到有事也宁愿自己憋着,我也曾有过这样的经历。

当时正是大学毕业,因为在国外念书,但是想回国内工作,所以经常往返两国,曾经试过一个月坐差不多10次飞机。因为找工作和毕业考试重合,然后又要在国外实习,期末考试,各种事情叠加在一起,我变成了一个大忙人!连续一个月每天3点睡,7点起,本来就很瘦弱的我,更加瘦了,而且还时不时耳鸣。

就是因为长期心里面的情绪得不到抒发,本来有事憋不住,一定要表现出来的我,变得不喜欢说话,不喜欢表现,有苦自己憋着闷着,心里面还给自己一大堆理由:“说了别人也不会理解我?”,“万一自己的坏情绪发泄到别人的身上怎么办?”

久而久之,我就变了。

幸运的是,身边有某雯,一个能看穿我性格的朋友,久别重逢,没几天她就发现了我的变化。白羊的她直言我:“我觉得你变了,你怎么有事都不说,你以前不是这样的”,正是她的揭发,我才意识到自己的问题,原来我一直都忽视了宣泄,所以我的压力总在积累,从未抒发。

也是因为这件事,我开始慢慢理解了一些沉默寡言喜欢默默承受的朋友,是不是因为长时间没有人在你身边倾听你,理解你?所以你就形成了一种无言的习惯,哪怕痛苦,你也不说?

如果是的话,答应我,学会宣泄好吗?