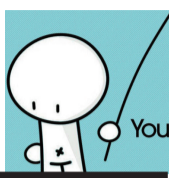




嘉宾：胡新



心理咨询师

丈夫喜新不厌旧，是否该离婚？

Q：在女儿一周岁生日的那天，我发现了他出轨。他承认三个月前他爱上了别人，他想和我离婚。那天晚上，我们聊了三个小时，为了女儿，我想尽量说服他不要离婚，女儿还小，没有爸爸的话人生也不完整。

所幸他对女儿还是有感情的，最后他同意，暂时不离婚，并且去做绝育手术以防意外发生。后来一个月内，我们努力相互调整，觉得关系改善了很多，他也真心愿意和我继续生活下去。

唯一难受的是，他还是保持着与第三者的关系，他说他现在最害怕我让他永远离开她，她是他避风的港湾。他甚至说不后悔出轨。我开始迷茫了，这样的生活真的是我想要的吗，我一直在想还是离婚吧，但另外一个声音在说忍耐，好好活下去。

A：事实经过让人觉得难过、无助、矛盾纠结和不知所措；后面随着你们的关系有所缓和，而老公也愿意和你共同生活下去时，我感到些许的安慰；再往后看，看到你又因为丈夫对这个问题的看法，即无法和小三切断联系从而让你再次愤怒、绝望和犹豫。我的心也好痛啊！

从描述中我看到你一直在努力调整和平衡自己的感受，毕竟你们之间还存在着很强的情感纽带，所以看上去只要事情没有得到很好的解决，你就会一直感受到这种刺激的存在。

都说感情世界里容不下第三个人，就好比眼里进了沙粒，可能只是米粒的二十分之一，但也不能减少你的异物感。更何况，你们还有了自己的孩子，且不说是否为了孩子而维持这个家庭的“壳”，至少你的这种“异物感”势必影响到自己和老公之间的互动，从而间接影响到孩子。

面对现状，以及你自己付出过的努力。我觉得，如何去处理这些现实层面的困境成为一个绕不过去的槛。因此，你需要寻找一个合适的时机和老公单独面对面，把这件事情以及今后的生活打算好好地谈一谈。

关于这个“谈”，不是在平时繁忙的日常琐屑中来谈，也不是暂时放下彼此手中的活儿，抽个半小时或一小时来谈——因为不论哪一种谈，都可能因为仓促而让情绪左右或阻隔了彼此的交流。因此，不妨选一个彼此都不忙碌、心情稍微好一些的时候，将这件事心平气和地做一个沟通。

当然，在这之前，你需要让自己的各种情绪调整到一个可控的范围。此外，你还需要更多地思考一下今后不同的结果对你来说将会意味着怎样的变化，有哪些优缺点……

俗话说，解铃还须系铃人。当初两个人因为缘分走到了一起，现如今婚姻出现了状况，依然也是需要两个人共同面对，不论错在谁，不必过多指责，更不必因此自责。这个过程好过一个人独自纠结、苦闷与不知所措。

（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）



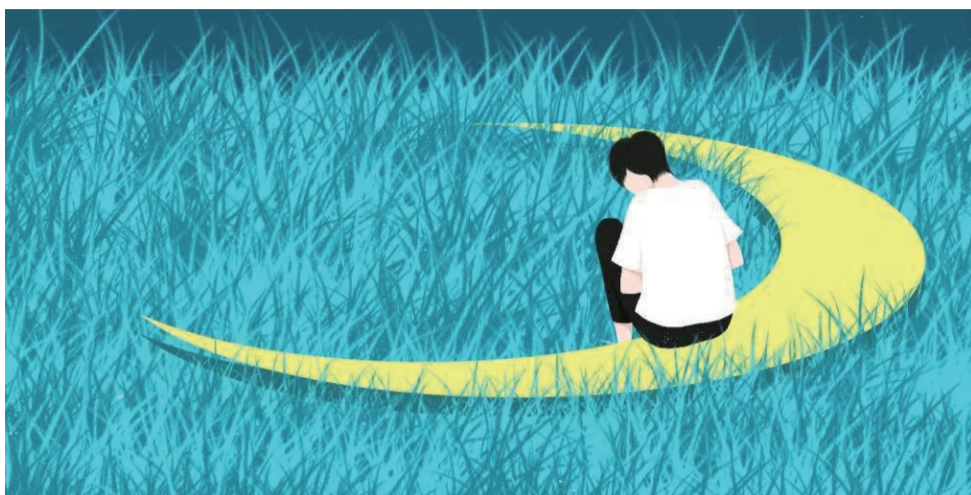
生活每天都在更新
所以这个版面显然是不够了
登录我们《有情人》微信公众号
私信后台
说说你的情感困惑
有心理大师跟你单聊
或者报名参与我们的活动
约会有缘人
常常，还会有福利哦
错过，不是现代人的风格
那就扫一下这个微信吧

万人相亲会核心团队出品
权威安全的交友平台

“有情人”是生活周刊首创的沪上单身男女交友活动品牌

说好的“一生一世一双人”呢？

【文/两条鱼】



贵圈真乱，近来丑闻频发。先是某明星富豪涉嫌强奸，半个月后，年龄可以当他女儿的太太才心不甘情不愿地说了句“能在一起就好”，算是完成了对中年土豪夫君出轨的评论。不久，又有25岁的小女星发飙，说50岁的波叔骗了她7年，花言巧语就是不肯离婚，还脚踏很多船，发布微信历数波叔的出轨历程。

不过就那么点破事，真的没有多少信息量。有人说你小女星也不是什么好东西，不就想靠着波叔上位吗？有人说波叔难道当年出轨对象刚成年吗？最有理论水平的，是将这些一律归纳为“中年危机”。说是人到中年，对生活、对配偶激情磨灭，需要有外界的刺激，来重新燃起激情。波叔的疑似出轨，土豪的违法，都是中年危机的后果。

年岁渐长，长的是经验，是经历，也应该是责任感和道德感。总不见得年轻时纯情专情，到中年反而没了底线。

我们刚刚赞叹过《延禧攻略》里皇帝和皇后的一往情深，那种中国式的内敛的天长地久的爱情样本，那种“一生一世一双人”的爱的美丽。即使在九零后的情感教科书里，也有微微一笑的倾城倾国，有三生三世追寻着一个人的深情，有历经劫难终成眷属的花千骨。年岁渐长，长的是经验，是经历，也应该是责任感和道德感。总不见得年轻时纯情专情，到中年反而没了底线，成为欲望的玩物，玩别人，也玩自己。

其实，说到底，“中年危机”只是一个借口。人到中年，男人有了沧桑，女人有了成熟，特别是有些人还有了金钱，对小女星小鲜肉有那么一点吸引力。而且，中年男人和女人，对这个世界有了更多的欲望，有了更多欲望的追求。控制好了，追求的是事业，是成功，是人生的真善美的境界。

说实在的，法律要做的，就是要把欲望的野兽关进笼子。有了结婚证，即使你真的抛弃了情感、道德、责任，要面对的，还有法律。所以，如果你觉得自己得了“中年危机”症，请把结婚证贴在床头，万一你“危机”了，希望你在“激情”时刻能看到它。

男女关系有哪些经典定律？

【文/美羊羊】

男女相处中会发现很多奇怪的现象：爱你的你不爱，而你爱的却不爱你；去爱人总是很辛苦，而被爱常常很轻松。每个人的爱情故事各不相同，不幸的爱情各有各的悲哀，但是好的感情却异曲同工，奇妙的爱情定律帮你找到答案！

常常第一次约会后，对方便不再联系

人们会对于第一次接触的事物在几秒或者短短几分钟的时间就建立深刻的印象，并在往后几天甚至是几个月时间都固定不变，第一印象在交往中占主导作用，这就是心理学著名的首因效应定律。有了良好的第一印象，才有进一步接触和长期交往的机会。

在爱情中总是付出和回报无法划等号

当你千辛万苦追到你喜欢的人，很可能这段关系不会坚持很久。好不容易和心目中的女神谈个恋爱，只要对方提出的任何要求即使无理取闹都极力满足，却发现对方反而对自己越来越不在意。

著名的韦伯定律可以解释这个现象：当你一开始对她好的时候，她可能还挺高兴，当你一直对她好变成了习惯，再想让她高兴就没那么容易，可能需要花费更多的精力她才能感受到。所以当遇到对自己好的人，理性地去看待对方为自己付出的感情，及时地给予回报；而当我们为对方付出时，如果得不到对方积极的反馈，我们可以适时地停止付出并且让对方意识到为对方付出是情分而不是义务。