

婚恋关系中的幸福指数是：新婚 > 婚后 > 蜜恋 > 单身

# 最新调查显示，婚姻不再是爱情的坟墓

围城故事 >>

## 婚后“幸福胖”，两年长10斤

婚前是苗条少女，婚后两年长10斤，高欣觉得，结婚两年，她真正地成了已婚少妇了……

高欣和丈夫肖远是相亲认识的，恋爱一年就结婚。恋爱时两人一个住河东，一个住河西，平时约会就是周末，长假就出去旅游，感觉虽然平淡，但也还行。结婚后，两人住进了肖远在河西买的新房，居然如胶似漆，连生孩子的计划都延后了，要先享受够“二人世界”再说。

“结婚后我才知道，原来我老公是很好的男人。以前我不会做饭，但是婚前我跟我妈学了一些，没想到这么一个小举动他就好感动。每每我做饭，他

就要洗碗拖地，从不让我吃亏。”高欣说。不过，肖远在婚前真的就是木头，反而是结婚了，两人同住一起，她才发现，他有些小幽默，还有些油腔滑调。但在外人面前，他依然是那副高冷的样子。“也许这就是最爱的人才能见到的一面吧。”

结婚两年，两人都发了“幸福胖”，高欣长了10斤，肖远长了17斤。现在两人常常互相摸着肚子说，该减肥了啊！什么时候最幸福？高欣说，当然是婚后啊，同居后才发现对方那么好。当然，也发现了对方很多缺点，就像肖远说的：“结婚了才发现她那么丑。不过没办法，很爱很爱，丑也要抱着。”

## 婚前是单打独斗，婚后生活就是享受

结婚前，邹小君是个生活潇洒的单身女郎，有自己的小公寓和小车子，也有份不错的工作，可是，她婚后才发现：“原来生活中多个男人，真的方便很多。”婚前她家里什么东西坏了，都是出钱请人来修整，车子坏了不管什么问题，都是送去维修店给人宰。而结婚后，以前她认为是难题的，在她老公的操作下，分分钟就能解决。什么换灯泡，修电脑，甚至包括大扫除，都不用请清洁阿姨了。生活中很多需要男人出面解决的事，也变得轻松了。

以前恋爱时，邹小君也感受到了男人带来的好处，可是婚后住在一起，才真正感受到两个人一起生活是多么幸福。除了不用事事都亲力亲为，男人还能帮她分析职场问题。而邹小君以前碍于自己一个人，做饭实在太麻烦，天天在外吃，婚后她做饭的动力

十足，因为两个人吃饭，边吃边聊还边打情骂俏。

女儿出生后，邹小君原本以为她会特别累，可是老公立刻化身为她的好友，一起和女儿“作战”，温牛奶，换尿不湿，半夜起来照顾等，老公都很积极。而且老公似乎很喜欢自己的奶爸形象，把女儿和老婆都要捧上天似的。老公还自己处理好和岳母之间的隔代教育问题，邹小君根本不费什么心思。

邹小君说，婚前是一个人跟生活单打独斗的感觉，婚后却是两个人一起把生活当成享受。



周杰伦和昆凌

今日女报 / 凤网记者 刘艳

多年来，“婚姻是爱情的坟墓”这句话困扰了众多人，甚至让很多人有恐婚症，总觉得爱情是幸福甜蜜的，而一结婚就被各种东西束缚，幸福力直线下降。可百合网于11月1日发布的《2015年国民黄金二十年幸福力指数研究报告》显示，婚恋关系

中，人的幸福力排名是这样的：

新婚 > 婚后 > 蜜恋 > 单身。婚后人群的幸福力指数高于单身人群，这就推翻了“婚姻是爱情的坟墓”的说法。作为国内首份幸福力调查研究报告，百合网从全国多个省份抽调网友参与调查，今日女报推荐了10名读者。下面就来看看其中两位已婚读者，是怎么做到婚后比蜜恋期更幸福的吧！



婚姻宝典 >>

## 女人幸福指数提高，婚姻就不再是爱情的坟墓

(百合网婚恋研究院院长 周小鹏)

夫妻比情侣脸皮“更厚”，更愿意表达自己的需求。有很多情侣，恋爱时还有所保留，不愿意大大方方表达自己的意见，就容易产生误会。而很多老夫老妻，有什么问题和想法，直接就对方撒娇打滚。所以有些夫妻在新婚时期是磨合期，等这段最幸福期一过，两人的幸福感就会因为彼此“厚脸皮”而趋于平稳，计划下一步的大事，比如生小孩。我们有个调查说，越是敢于表达的夫妻或情侣，就越幸福。

婚姻是爱情的坟墓，其实这句话就是针对女人来说的，因为女人比男人注重爱情。而过去的女人在婚姻中受到诸多限制，婚后就觉得没有爱情了，也就没那么幸福了。可是现在，女人在婚姻中的约束不像过去那么大，年轻夫妻结婚都是自己搬出来住，女人生完孩子依然可以上班挣钱，

女人还能参加许多社会竞争，所以，社会地位的提升，女人的幸福感也增强。而这次的幸福力调查显示，中国女性比中国男性更幸福，所以，直接提升了婚姻的幸福度。

女人幸福了，婚姻就不再是爱情的坟墓，那么女人应该在婚姻中做到最基本的两点：一是要什么，一是不要什么。要什么，就要用积极的心理暗示，比如你要一个勤奋的老公，就要公开夸奖他很勤奋，让他真把勤奋当成自己的优点。不要什么，就要明白自己的婚姻配比，丈夫、经济、家庭人际关系、公婆等，从这些配比中选出你可以舍弃的，你的婚姻生活就会很容易有幸福感。比如，你有个冷淡的婆婆，连你生小孩都不来照顾，你就要选择一下，自己是可以失去婆婆的关心，还是可以失去老公的关爱。不能失去老公的关爱，就要放下婆婆的冷淡。

链接 >>

## 百合网《2015年国民黄金二十年幸福力指数研究报告》概要

- 1、四个阶段的人群（单身、蜜恋、新婚及婚后），财富即收入水平是衡量幸福力指数的最高标准。
- 2、年轻人为提升幸福力，愿意接受专业指导，情感、婚恋等咨询服务的需求逐渐增大，目前已超六成人士愿意接受相关咨询服务。
- 3、四个婚恋阶段的幸福力排序是：新婚 > 婚后 > 蜜恋 > 单身。婚后人群的幸福力指数高于单身人群，推翻了“结婚是恋爱坟墓”的说法。
- 4、30岁以下人群幸福力指数最高，41-45岁人群幸福力指数 > 31-35岁人群，原因分析——31-35岁人群中高龄单身青年及婚后奋斗期人群占比高，拉低了幸福力指数。
- 5、学历越高，幸福力指数越高。但是大学本科的幸福力指数最高，高于硕士及以上人群；说明书读得越多，“黄金屋”不一定越多。
- 6、一线城市 > 二级以下城市 > 二级城市。这个结果让二级城市人民很尴尬，高不成低不就，比不上不足比下无余；跟强的比不幸福，跟弱的比还不幸福。
- 7、东部沿海城市幸福力指数偏高，但是北上广三地均未进前三。广东竟然掉到倒数第三。
- 8、线上寻找对象的认可度高于线下，原因是，广

- 1、四个阶段的人群（单身、蜜恋、新婚及婚后），财富即收入水平是衡量幸福力指数的最高标准。
- 2、年轻人为提升幸福力，愿意接受专业指导，情感、婚恋等咨询服务的需求逐渐增大，目前已超六成人士愿意接受相关咨询服务。
- 3、四个婚恋阶段的幸福力排序是：新婚 > 婚后 > 蜜恋 > 单身。婚后人群的幸福力指数高于单身人群，推翻了“结婚是恋爱坟墓”的说法。
- 4、30岁以下人群幸福力指数最高，41-45岁人群幸福力指数 > 31-35岁人群，原因分析——31-35岁人群中高龄单身青年及婚后奋斗期人群占比高，拉低了幸福力指数。
- 5、学历越高，幸福力指数越高。但是大学本科的幸福力指数最高，高于硕士及以上人群；说明书读得越多，“黄金屋”不一定越多。
- 6、一线城市 > 二级以下城市 > 二级城市。这个结果让二级城市人民很尴尬，高不成低不就，比不上不足比下无余；跟强的比不幸福，跟弱的比还不幸福。
- 7、东部沿海城市幸福力指数偏高，但是北上广三地均未进前三。广东竟然掉到倒数第三。
- 8、线上寻找对象的认可度高于线下，原因是，广大
- 9、父母催促是单身的最大压力。少时父母望子成才在学习上寄予期望与压力，长大后父母催婚又成为儿女最大的压力来源。父母减负，儿女会更幸福。
- 10、暖男 & 温柔淑女是未来择偶的最佳选择。但是对于女性来说，帅气逼人的类型是最后的选择，仅1.1%，说明男性的外在对于女性择偶标准来说几乎可以忽略；同时，“小鲜肉”的排名也是倒数第二，仅3.4%，说明虽然“小鲜肉”是最近大家关注的焦点、热捧的对象，但是作为择偶来说，并不讨好。
- 11、目前相亲的各种形式比起父母朋友介绍或自己认识的方式都高；说明婚恋服务业的兴起以及认可度逐渐提升。
- 12、在相处模式上，平等信任及平淡如水的方式幸福指数更高，说明男权女权的模式以及激情浪漫热烈的方式都不能达到最佳幸福值。
- 13、婚后脾气变坏是影响关系转变的最重要因素，说明千万不要觉得结婚了就进入保险柜了，也不要肆意消耗最爱的人和最爱你的人的爱。也说明了一点，选择结婚就要接受最真实的他/她。
- 14、沟通频繁顺畅 + 和谐性生活是婚后相处融洽重要的因素。
- 15、理财活动普遍集中于婚后人群。

明星夫妻 >>

## 明星中那些婚后比热恋期更幸福的夫妻

### ●周杰伦和昆凌：

这对天王和天王嫂，婚前交往五年，一直是默默的淡淡的，别说秀恩爱了，就连正式公开都没有过。可是婚后，他们两人幸福得不像样，昆凌隔三差五在微博上秀恩爱，周杰伦也被媒体写成“炫妻狂魔”。最近周的好友在微博上传他们打篮球的图片，粉丝们惊呼：杰伦的麒麟臂哪去了？为啥变成泡泡肉了？果然是结了婚当了奶爸就只顾幸福不顾形象了。



### ●袁咏仪和张智霖：

因为袁咏仪早年有被包养经历，媒体和粉丝都不看好这一对，张智霖那时也没怎么表过态。结婚多年后，张智霖被狗仔问起袁咏仪的这段经历时，说：“我知道，但那都过去了，你还问什么？现在很幸福就OK了。”后来张智霖说，因为结婚了，袁已是他的家人，他一定要维护她。现在，这对曾经不被看好的夫妻，已经在一起快20年了。

袁咏仪和张智霖