

因为正常的沟通必须抛弃情绪化,必须抛弃某些先入为主的偏见。如果你一开始就认定这件事就是这样的,后面的沟通也就走进了死胡同。



“军”师说情

同事都知道了 岳母给我煮壮阳汤……

今年我岳母到我家里来照顾我们,最近每天晚饭她都要我喝一碗汤,说我工作压力大,要好好补身体。她煮的汤还是有好处的,我喝了确实感觉精神很好。而且岳母每天都换汤的材料,很细心。

于是,为了显得我幸福,我就叫岳母把汤留着,第二天我带到办公室去喝。让那些整天说我妻管严的男同事看看,我有多幸福。

中午我把汤在微波炉加热,真的很香,确实让我嚼瑟了几天。后来有个同事说:“你天天喝这么大的补的汤,你老婆受得了吗?”我不懂,这个同事说:“你真不懂?我爸妈和姐姐都是搞中医的,你那些食材我一闻就知道都是壮阳的。”什么?难怪我精神好了,晚上精神也好!原来如此。这下我丢脸丢大了,全办公室都知道我在喝壮阳的汤!我恨不得找个地洞!

回家,我就板着脸回卧室问老婆,岳母给我煮那种汤她知不知道。她装作很吃惊的样子:“啊,我不知道啊!”那样子一看就假!所以,是她跟岳母说的我不行,叫岳母煮的喽?所以她对我不同意?我真觉得在这个家呆不下去了!怎么办?
王刚

你不需要难为情

我不懂中医,但我知道一个常识:中医注重的是整体观念与辩证施治。也就是说,在中医看来,一个人的各种能力(包括性能力)是相互影响,不可分割的整体。这整体就是指一个人的身体素质。

有中医专家介绍:中医壮阳汤主要通过固护肾气,调调整体来达到壮阳目的。中药材虽然都有补肾壮阳的效果,但效果都是慢慢显现出来的。因此,真正纯中药的壮阳补肾产品根本就不可能像西药伟哥一样30分钟内提高性能。

既然岳母熬的壮阳汤并非伟哥,那你还需要难为情吗?你还要反思一下你在这件事情中的反应:面对同事的调侃,你的反应为什么如此强烈?其实,你当时只需要平静地说一句话:“你一闻就知道这是壮阳汤,那你的爸妈肯定没少熬给你喝啊!”你为什么要想那么多,还要找个地洞钻进去?回到家里,又为什么不能冷静地和妻子沟通?为什么要先入为主地认为妻子对你不满意?

这些是你的心态问题,还是你不善于沟通?同事调侃你有妻管严,你有点不服气。这倒可以理解。但是,你还要把家里的汤拿到办公室里去嚼瑟,就有点此地无银三百两了。其实,妻管严并不是什么坏事,很多成功的男人都以妻管严为荣呢!这体现的是一种自信。而你在同事关于妻管严的调侃中,所体现的却不是自信,而是自卑。

是的,正因为自卑,你一定要向同事证明什么;正因为自卑,你才浮想联翩而不能理智地面对同事的调侃;正因为自卑,你才把岳母的好心当作驴肝肺,还是因为自卑,你才在情绪化的语言中失去与妻子进行正常沟通的可能。因为正常的沟通必须抛弃情绪化,必须抛弃某些先入为主的偏见。如果你一开始就认定这件事就是这样的,后面的沟通也就走进了死胡同。

所以,我给你的建议就是:自信一点,理智一点,幽默一点,好好珍惜这一切吧!如果你在生活中积累了太多的负面情绪,那就赶快把它宣泄出来!千万别因为自己的负面情绪干扰到了你与同事、与妻子及岳母的正常沟通哦!

肖军情感门诊邮箱
642521974@qq.com

心理、婚恋咨询师,著有《婚恋中的情商训练法》等

肖军

宁静夜话

暗恋前男友



我与分手三年后,居然又暗恋上了他。我目前是有男朋友的,相亲认识的,就是那种长辈都觉得可以做丈夫的男人。我对他谈不上多深的感情,但感觉他是个靠谱的男人,所以就谈着。

但前不久,我居然又遇到了前男友,他变得又帅又有风度,跟之前那个样子完全不像。他之前很土的,也不大爱收拾,更别说带我浪漫了。每次过节过生日,他都是给我钱,让我自己去买喜欢的东西。我给他买的衣服,他也不怎么穿,他说要以舒适为主。可我没想到,三年后,他居然变成了我心中的白马王子样子。不论穿着还是言行,都很让人心动。

那天,前男友送我回家时,就问了一些普通的情况,然后没再说什么了。我倒是怦然心动。后来不知道他是故意的还是巧合,我们又在我公司附近遇到过,有一次还是他主动打我电话,说在附近,要不要一起吃中饭。

接触的时间越多,我就越感觉前男友真的变了,是一个优秀的男人。我确实是暗恋上了他。我感觉我没法和现男友安心交往了,怎么办?

小薇

你暗恋的是你心中的王子,不是他

所谓“嫁出去的女,泼出去的水”,这个俗语,姑娘应该懂。但是人心都是贪心不足蛇吞象,尤其像你这样的情况,谈着不疼不痒的爱,念着不清不白的旧,再加上未嫁女不管自身条件如何,都做着那驾着五彩祥云的白马王子来接自己的梦,未来真的有可能。

所谓,当年的他你瞧不上,今天的他可能你已高攀不起。我现在还真有点担心,如果你这位前男友洞悉你现在的心态,会不会沾沾自喜,会不会想起过去种种而心生恶念,然后在你怦然心动的情況下上演各种狗血剧情。

请原谅我的恶意猜测,因为这个世界存在太多变量,人心最难测。

你是抱着结婚的前提去谈恋爱的,的确很认真。而且重要的一点,你清楚地知道自己想要的是什么,你拿自己的标准去衡量,如果不是自己想要的,你会坚决舍弃。就是因为这份理性,三年前你觉得男朋友土拿不出手,所以你视他为鸡肋,到最后终于还是选择了分手。

分手的那一刻,你一定是重重的舒了一口气:终于离开了这个土的掉渣的男人,你可以开始全新的生活,下一个男人一定会达到既懂浪漫又给你一切享受的标准。然而,虽然你自视甚高,但是比你条件高过太多的一定看不上你,经济条件连前男友都比不上的,你多看一眼都嫌浪费时间。

就这样,一年年蹉跎,家人看不下去了,你开始相亲,你相信通过这种方式总能选出三两个优质男。于是,你千挑万选,家人觉得靠谱你也觉得堪与你匹配的男人终于出现了。你不爱他。我们都看出来。因为相亲这回事,不就是彼此把条件放到桌面上连连看么?

就在和现男友不咸不淡的日子中,前男友自带光环风流倜傥再次出现在你面前。三年不见,士当刮目相看。岂止是刮目相看,只要他给你一个微笑,你简直是心痒痒打算非他不嫁了。

你说你爱他超过现男友,但是那只是你自以为。你内心并没有你想象的那么爱他,因为你衡量结婚对象的标准,一是以貌取人,二是经济条件,而精神世界的契合并非在你考虑之内。而如果相爱的双方,没有这个,又怎么能携手同行此生?而没有这个,你就算找到一个又一个条件符合的人,那么一旦出现条件更好的人,你又该如何自处?

说到底,你暗恋的是你心中的理想对象,而不是前男友。

宁静情感门诊邮箱:
38633582@qq.com

湖南音乐电台
前谈话节目主持人,
情感专家。

宁静



国家文化专项资金重点扶持 湖南省妇联倾力指导 今日女报/凤网精心打造

加盟凤网e家 助力家政企业成长

凤网e家 真诚期待您的加盟

让我们一起,为用户筑建美好生活!

加盟方式

扫描微信二维码关注平台→“企业加盟”→填写资料→提交

或下载凤网e家APP→右上角“客服”→“企业加盟”→填写资料→提交

加盟企业将获得

今日女报/凤网全媒体宣传推广; 家政服务人员培训; 相关部门政策扶持……

服务热线: 0731-82333720
咨询热线: 0731-82333736
咨询时间: 9:00-20:00



扫描二维码
下载凤网e家APP→
←关注凤网e家微信



凤网e家 家庭服务平台