现在你知道了，丈夫的手机密码给你带来了什么吧。手机密码能带来更多的幸福感和安全感么?不能。相反，只会带来猜疑。然后，日子一天天过去，你收集了更多的线索，你开始焦虑，开始纠结，愁眉紧锁，挣扎痛苦，这样的婚姻你觉得是你想要的吗?

宁静夜话

一个快递员妻子的苦恼——
“双11”后，老公每晚11点才回家

读者来信

我老公已经差不多有半个月没有准时没回过家了，每天都是11点之后。他说因为“双11”之后，快递高峰期，基本上每天都忙不赢，每个快递员都要加班加点。我一开始还是挺心疼他的，他个子高，但很瘦。每天工作十几个小时，这么累下去，还不知道会瘦成什么样。可刚开始个把星期这样，我也觉得可以理解，但十来天过去，还是每天晚上11点之后才回家，这就说不过去了。昨天他回来后，我闻到他身上有女人化妆品的味道，顿时起疑。后来他洗澡，我就去看他手机。这才发现，他把手机密码改了!以前他所有密码我都知道的，现在突然改掉，肯定有问题。我问他为什么改手机密码，他说被有个同事知道了就改了，我要他告诉我现在的密码，他迟疑了很久才告诉我。我打开他的微信，聊天对话没有发现什么。但是翻看朋友圈，却发现他总是给一个女人点赞和评价。他说那个女人只是客户，经常给她送包裹，她有包裹要寄也是叫他去。老公还说，她还把她邻居的好多包裹都交给他寄，所以两人很熟。我直觉不是那么简单。第二天，老公居然晚上7点就回家了。我更加确定，他是知道我怀疑他了，所以才回来这么早。我真的有种直觉，他就是和女客户出轨了。好伤心,好无助,也不知道该怎么办。

小草

你不像妻子，而像侦探

首先，我们来聊聊你丈夫的加班。亲，你不知道“双11”期间买的东西有的甚至会在一个月后才收到么?看来，你并不是那么了解你丈夫的工作。“双11”以后，最忙碌的的确是快递员。有专业人士总结，一天1200多亿的成交量，而且之后的每天还会有新的快件加入。尤其遇到爆仓，物流高峰期持续多长时间更是无法预料。

接着，我们来看看你丈夫工作的性质。作为快递员，在自己职责区域内，肯定是有经常接触的客户，甚至因为你丈夫取货派送态度好，客户会直接存上他的号码，一有快递就直接联系。本来他的收入来源大部分就靠这个，所以，可能他联系客户要比联络你要多，他赶到你身边的速度可能比不上他赶到客户身边的速度。

再次，我们来关注你丈夫的手机密码。每个人都会有自己的私密空间，本来夫妻间查看对方手机就是极不妥当的。至于手机密码，当初他也必定不是心甘情愿告诉你，难道他改了密码就第一时间告诉你,你就会相信他的忠诚?而且，就算你知道他的手机密码，他工作时间基本都在你视线之外，他如果想隐瞒，你又能知道什么?

然后，我们再来看你丈夫为女客户点赞。快递员给女客户点赞，也是对客户资源的一种维护。你是不是过于敏感?你丈夫在你眼里究竟是什么?

最后，我们再来聊聊你。当你丈夫在外奔忙的时候，你在做什么?你能做的就是,等丈夫累死累活一天回到家，去翻他的衣服口袋，去查看他的手机，去闻他身上的味道么?他回来晚了，你认为他是去偷会客户了，他回来早了，你觉得他心里有鬼。说真的，我怎么觉得你在这个家里扮演的不是妻子，更像一个侦探。

现在你知道了，丈夫的手机密码给你带来了什么吧。手机密码能带来更多的幸福感和安全感么?不能。相反，只会带来猜疑。然后，日子一天天过去，你收集了更多的线索，你开始焦虑，开始纠结，愁眉紧锁，挣扎痛苦，这样的婚姻你觉得是你想要的吗?要么，趁早摊牌，夫妻坦诚相待，要么，你去做你感兴趣的事，转移注意力。如果这个家,你丈夫是唯一的经济来源，你只能完全依附于他，那么，请参考林丹的妻子在林丹孕期出轨事发后力挺林丹的做法。

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

对于一个成年人而言，他的道德和理性的力量往往是一定的，是难以改变的，但是应对工作和生活压力的方式是可以改变的。而一旦我们找到了更好的应对压力的方式，我们的道德和理性所面对的压力就会减少，就能更好地发挥道德和理性的作用了。

“军”师说情

原本做和事佬，却成了男“小三”

读者来信

我有个同事和妻子闹别扭，闹到要离婚，他挺伤心的，也很影响他的工作。他的工作又影响整个团队的效率。有天我们加班后去吃宵夜，他大吐苦水，说妻子事业心太强，不顾家，现在还要闹离婚。有同事起哄，说我以前劝好了一对同学夫妻，叫我去劝一劝。他还当真了，真的把他妻子的联系方式和公司地址给我，拜托我替他挽回妻子。我没办法，就只好去试一试,也算是做件好事。可是我看到他妻子后，真的有几秒惊呆。他妻子是那种看上去就很精明能干的女人，非常大气，说话娓娓道来，不急不躁。我说了我的来意后，她莞尔一笑:我们的事我们自己解决，外人真的不好管。谢谢你的关心。”可是我这个时候却对劝和有了兴趣，其实是想多和他妻子接触。我也告诉这个同事如何挽回，我教他买花，我替他送过去，还去他家给他布置好晚餐等妻子回来，还多次主动和他妻子聊天，问问她的想法。她说：“我知道这一切都是你的主意，要是他真的这么浪漫，我怎么会和他离婚?”我说：“他可以改变的。”她说：“不可能，他现在这么做只是为了留住我，以后又会变回原样，大男子主义，死板，固执。我想找一个结婚后仍然知道经营爱情的男人。”他说这话让我感觉是在指我，我突然心跳加快,他妻子在昨晚给我发了微信“我马上就要恢复单身。”这不是暗示吗?现在他妻子更加坚决地要离婚，原本我是去做和事佬，却变成了男“小三”咋办?

宇宙肥船

道德和理性去哪了

你既然经常做人家夫妻的"维情"专家，想必你一定是已婚人士，是很有婚姻经验的。很有婚姻经验的人，不好好经营自己的婚姻，一天到晚操心别人的婚姻，这是真的会经营婚姻吗?

你说你成了人家的男“小三”。其实，你根本还不是男“小三”，甚至可能还不具备做男“小三”的资格。这一切都不过是你的幻想而已。所以，你真正的问题应该这样表达：如果我做不成男“小三”,我该怎么办?如果我真的成了男“小三”，我又该怎么办?

如果做不成男“小三”，你就少了一份心动的感觉，多了一份踏实的工作。你说，你当初是因为担心同事因为夫妻感情而影响工作，现在你又要陷入他们的感情纠结之中，难道你不想要工作效率了吗?难道要为做男“小三”而放弃自己的事业吗?再者，你利用同事的信任，乘人之危进一步破坏别人婚姻的做法会被世人所不齿。所以，从工作的角度，从维护自身形象的角度，做不成男“男小三”都值得恭喜。

可是，万一你有机会做男“小三”，而你又舍不得放弃做“小三”，你就会陷入进退两难的境地。于工作，于自身形象，你不能“进”；于自己的幻想和渴望，你又舍不得“退”。所以，你目前真正的心情就是恐惧：既害怕做男“小三”，又害怕自己做不了男“小三”；既希望早日揭开这个谜底，又害怕揭开这个谜底。

你的这种矛盾，其实是理智和情感的矛盾。理智要你后退，而情感又要你前进。而最终是理智战胜情感，还是情感战胜理智，则不仅要看你的道德和理性的力量，还要看你如何应对工作和生活的压力。

对于一个成年人而言，他的道德和理性的力量往往是一定的，是难以改变的，但是应对工作和生活压力的方式是可以改变的。而一旦我们找到了更好的应对压力的方式，我们的道德和理性所面对的压力就会减少，就能更好地发挥道德和理性的作用了。

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则》等

肖军

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：400 0731 308
服务时间：9:00~20:00
扫描二维码
下载凤网e家APP→
←关注凤网e家微信