“未完成事件”长期得不到解决，就会形成“未完成情结”。在未完成情结中，压抑是基本要素。压抑到一定程度就会形成“心理黑洞”，直接威胁到心理健康。所以，在正式结束这段感情之前，你最需要的就是宣泄，而非压抑。

“军”师说情

未婚夫收留三月的“表姐”竟是前女友

读者来信

我和杰哥年初订婚，今年一来长沙，我就搬到他的房子里住，那也是我们的婚房。

今年3月份的时候，杰哥说他有个表姐要来长沙找工作，要先在我们家里住着，等找到工作了再搬，问我同不同意。我当然同意，亲戚之间，这点小忙为什么不帮呢？

可是，这个表姐来到家里后，我觉得她很面生。因为过年订婚期间，杰哥的父母出钱把我们全家都接到他家里去了，他家的亲戚我好多都见过，唯独这个表姐我没印象。杰哥说，这个表姐的外公是他爷爷的堂兄，关系很远，所以和他们家不是特别亲。

我也没多想，还安慰表姐就在这里安心住下，工作慢慢找。表姐也夸我是个好女孩，叫杰哥珍惜我。一开始，表姐都在认真找工作，每天面试完还买菜回来给我们做饭吃，大家相处得不错。但一个月过去，表姐还没找到工作。我私下问杰哥,表姐到底想要什么样的工作？老住在这里打扰我们的二人世界也不是办法啊。杰哥说：“我也不清楚，随她吧。”

我总觉得，表姐虽然比我们大，但心智还没我成熟，这一拖就拖到了现在。相较于工作，表姐似乎对每天给我们做饭更感兴趣，而且她对杰哥的依赖也越来越重，时常一点小问题就要他来解决。我感觉非常不好。

果然，出事了！上周末，表姐单独约我见面，哭着对我说，她怀孕了！怀的是杰哥的孩子！我那一刻真的无比气愤，马上冲回了家。杰哥正好也加班完回到家，我冲过去就打了他一巴掌，果断提分手！

杰哥求我，说他错了，他只是在我出差时和表姐一时糊涂发生了关系，就只有一次。关键是，这个表姐也不是真正的表姐，而是他的前女友！

我简单收拾几件衣服就冲出了家门，去了闺密那里住。闺密也非常气愤，她说杰哥一向脾气好人老实，没想到是这种人。杰哥这两天都来求我，他说他是肯定会和我结婚的,他爱的是我。他还解释,前女友是他学姐，高他两届，跟他分手就是因为嫌弃他没钱，他不可能娶她那么现实的女人，他把她赶走了，还告诉我怀孕是假的。

我还是决定要分手，可心里好难受。毕竟订婚了，双方家长也见面了,杰哥家现在也有钱了,就是耳根子软。他长得也不错，家里人都说我外表上配不上他，带他回家是很有面子的。女人都虚荣，我害怕分手了，以后还能找他到这样的吗？

小华

“未完成事件”可以通过宣泄获得释然

我们还是先从找结婚对象的事情谈起吧。

找对象，可以看外表，但更应该注重对象的内在品质。美丽的外表在时间的磨刀石面前是何其脆弱！就算美丽的外表暂时还令人迷恋，但也会因其内在人格的低下而让人心生厌倦甚至厌恶。所以，以对方外表的好坏来决定自己一生的归属，这是多么缺乏理性啊！

我不相信你会如此缺乏理性。我相信，你是暂时还不敢面对这令人伤心、令人愤怒的结局而已。

愤怒需要宣泄。你给男友的一巴掌,是你只宣泄愤怒所必须的，但是，还不够。你还需要向男友的前女友宣泄愤怒，你可以给她一个电话，对她进行适当的谴责：谴责她利用了你的善良，侮辱了你的感情，突破了做人的底线，你为她的行为感到羞耻。

爱情中，最宝贵的就是真诚。没有真诚，爱情就失去了一切意义。偶尔的隐瞒甚至欺骗都可以谅解,但是,如此长时间的欺骗，除非有什么重大的难言之隐，一般人是不会选择原谅的。

你伤心是因为你苦心经营的爱情转眼之间就化作了灰烬，所以你心有不甘，或者说难以接受这样的结局。用专业一点的语言，是“未完成事件”在起作用，让你难以放下这段感情。

“未完成事件”这个概念来源于完形心理学。 所谓完形心理学，就是我们的内心对事情会追求完整的心理图形。在你即将正式走入婚姻殿堂的时候，忽然因为男友的前女友而无法如愿——也就是无法“完形”，你的愤怒、伤心和不甘，都是很自然的情绪反应。

“未完成事件”长期得不到解决，就会形成“未完成情结”。在未完成情结中,压抑是基本要素。压抑到一定程度就会形成“心理黑洞”，直接威胁到心理健康。所以，在正式结束这段感情之前，你最需要的就是宣泄，而非压抑。

宣泄可以减轻痛苦，但是并不能令痛苦消失，所以，你还需要转移你的注意力，只要你转移注意力，不过分纠结爱情的得失，你一定会成功走出这段阴霾的日子。

最后，我还要分析一下你男友和他前女友的所作所为，以便你对这段感情有客观的认识。

一个嫌前男友穷的女孩，却要以表姐的名义住到前男友的家里，充当前男友的第三者，这样的女孩，信念丧失，内心之混乱是可想而知的。而你的男友让她以表姐的名义住到自己家里，表面上是为了帮她，其实很可能早就存了偷腥之念。而一旦偷腥行为暴露就马上赶她出门，这样的男人，欲望至上，感情靠后，纵然外表再美，也很难坚守一份长久的爱情。

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

■头条互动

这样的未婚夫到底是没原则还是拎不清？到底是渣男还是长情？如果你是咨询者，你会怎么做呢？看看今日女报头条号上的粉丝怎么说。

篼丫菜加小番茄：“我在想你是有多丑，多嫁不出去？你还害怕找不到他这样的？还没结婚就把出轨的男人当捡着宝了，还舍不得离开他，你就活该。”

心心：“呵呵！能把前女友接回家里跟未婚妻住三个月的男人，哪怕他们什么都没发生，这种男人也是咱们正经人家的姑娘招惹不起的！识破了还能惦记人家的好我也是醉了！女人可以犯傻但不能犯贱！”

倾听雨落：“婚前就出轨了，还舍不得分，留着过年吗？我没见过未婚夫出轨还舍不得离开的。见过傻的，没见过你这么傻的。你应该庆幸是婚前发现，而不是领证之后才发现。”

闫太太：“当然不应该分手。毕竟他那么帅，你又喜欢他的帅，带出去又有面子。这样的男人错过了可就不好找了。而且前女友帮你们做家务、生孩子、照顾孩子，多好啊。绝不能分手。”

无言无语：“在头条真的看到很多这样的故事，我就不懂了，现在的女人真的这么是非不分吗？这种事还用问吗？婚前就敢这样大胆，婚后你还有什么保障啊。”

千变小雨雨：“他说了，那女的是嫌他没钱跟他分的，明显是这女的后悔了，来搅和你俩，而你对象肯定也对她余情未了，只是觉得她不适合结婚。还有，长得再帅，时间久了也就那样。过日子，人都会老。重要的是这个人怎么样，人生很短暂，却又很漫长，千万要慎重。现在给你机会看清一个人，你居然还假装看不清。”

这事你怎么看？扫一扫左边的二维码发表你的看法。

地址：长沙市韶山北路1号 邮编：410011 传真：(0731) 82216654 广告部电话：(0731) 82333686 广告经营许可证：4300001000070 全年定价：126元 零售价：1.50元