

夫妻“睡出问题”，离床不离婚？

围城故事 >>>

老公“睡品差”，她快被“逼疯了”

小婧和丈夫阿亚今年情人节领了证，正式踏入婚姻围城。虽是相亲认识的，但两人各方面都很契合，恋爱没几个月就结婚了。但对婚姻生活有希冀的小婧，不久之后感觉自己快被逼疯了。

说起来这也只是个“小事情”——小婧睡不好。

她是独生女，从小到大就一个人睡，对睡眠环境的要求也很高：没有光亮、没有噪音，床上用品还要真丝的。婚前购买婚床时她就选了很久，还被阿亚说是矫情。但小婧觉得，疲劳了一天之后，在舒适的环境里美美地睡上一觉，是她重要的幸福来源。

这样的幸福感在婚后便不复存在了。阿亚有打呼的习惯，有时候还会磨牙。每当阿亚睡眠正酣，一旁的小婧却听着如入阵曲一般的鼾声辗转反侧，还要应对阿亚时不时缠上来的胳膊和腿。她睡不着，看着阿亚更是来气，一怒之下就会拍醒他骂一顿，要求阿亚要等自己睡着了再睡。阿亚觉得自己很无辜，他也控制不了自己的呼声和睡觉姿势啊！被拍醒的次数多了，阿亚也生气。两个人为了睡觉这件事，不知道吵了多少次。

一段美满婚姻居然要被睡觉打败？两人心里都觉得不是滋味。考虑了很久，小婧向阿亚提出分房睡。阿亚刚开始是不同意的：“分房睡？那跟离婚有什么区别？”小婧说：“再这样下去，你睡不好我也睡不好，结果还不是要离婚？还不如试试分房睡。”阿亚觉得，夫妻睡一起是天经地义的事，怎么到了他们这，小婧就接受不了呢？他们难道不可以再磨合一下吗？“现在都是什么年代了，每对夫妻都有自己相处的模式，我们觉得行不就可以了？”小婧如此回答。思量再三，阿亚答应了。

分房睡之后，两个人的感情似乎还真的有了好转。因为睡得好，小婧

今日女报/凤网记者 罗雅洁

在我们的传统观念里，夫妻同床共枕天经地义，但最近，一个“睡眠离婚”的概念火了，这个概念可不是指睡着睡着就离婚了，而是指“离了同睡眠的婚姻”。据澳洲网报道，为了可以好好睡一觉，澳大利亚越来越多睡眠不足的夫妻分床睡，目前约有20万对澳洲夫妻选择“睡眠离婚”。而此前美国的调查显示，有25%的美国夫妻分床睡。有专家表示，在合适的情况下，分床睡实际上能保证睡眠质量，这样更能维护夫妻关系。

那么，在国内，夫妻“离床不离婚”的现象普遍吗？这样的概念能被接受吗？

不仅精神焕发，也不乱发脾气了，恢复了原有的温柔体贴。而阿亚呢，也能在睡觉前安心打盘游戏，还不必担心自己被拍醒。双方父母得知他们分房睡后，着急地来打探情况，担心他们感情出了问题，两个人都说，他们感情不仅没有变差，还变好了！

同事夫妻分房睡，给彼此“一条活路”

欢欢和大刘是同事，当年被领导撮合而走到了一起，现在结婚都快一周年了。其他同事说起他们很艳羡：“你看你们，上下班都可以一起走，工作也可以分担着做，夫妻感情多有保障啊！”每当同事这么说，欢欢表面应和，内心却在苦笑哪有看起来这么美好啊！

另一半是同事，这在恋爱时确实给欢欢带来了很多好处：大刘经验比她丰富，在公司呆的时间比她长，平常工作中碰到了什么问题，大刘都会帮忙，还真为她解决了不少烦恼。他们也把这样的习惯延续到婚姻里，睡觉之前两个人也会讨论工作上的事情。

然而时间久了，两个人在单位忙了一天，在床上还是在聊工作，欢欢对此烦闷不已，往往以大刘苦口婆心地说，欢欢蒙被而睡收场。白天见面谈工作，晚上睡前还在聊工作。她觉得大刘不像自己的丈夫，而像自己的领导。一天24小时，一年365天，天天这样谁受得了？

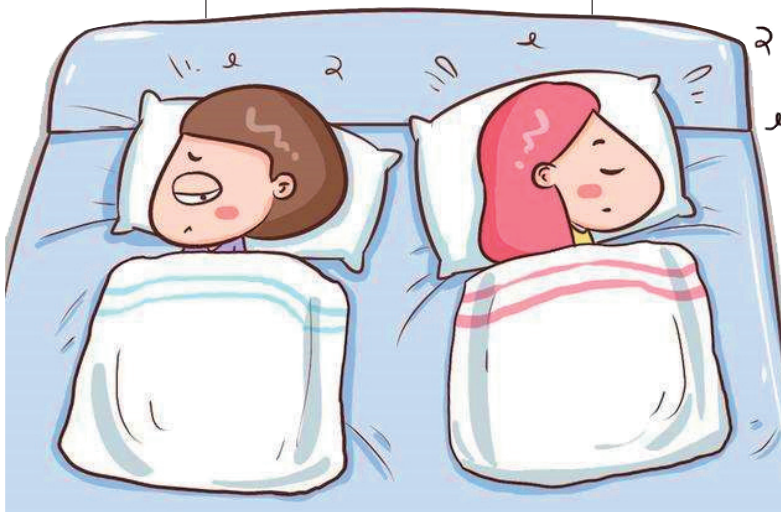
几经思索之后，欢欢决定和大刘分房睡。她告诉大刘，他们每天相处的时间太长了，而且聊工作的时间比谈心的时间还多，这样下去两个人的矛盾会增加。大刘本不同意，有哪对夫妻刚结婚就分房睡的？欢欢坚持：“我们每天见面这么长时间，都没有新鲜感了，距离才能产生美啊！”大刘只好同意先试试分房睡。

分房后，欢欢觉得大刘带给自己的那种如领导般的窒息感消失了。夫妻俩每天把该做的事情做完，各自回到房间，甚至还会隔着一道墙发微信，不谈工作只谈心，还真给婚姻增添了一分情趣。

的距离也能产生美。

微博网友“星羽曦愿”：生活压力那么大，如果每天睡眠不足，工作就容易出错，家庭更容易出现问题，分床睡也是个不错的选择。

微博网友“婷婷的天地”：为什么结婚一定要睡在一起，在同一间卧室，都没有自己的空间了，有时候想想感觉好奇怪，一个人睡了二十几年，结婚后几十年就要和别人睡一块？



对此，你怎么看？扫一扫，参与讨论吧

心声 “灵魂摆渡师” 摆渡女儿的故事

文/瑞芳

春暖花开时节，我结识了一位拥有“灵魂摆渡师”名号的老师。久闻只要与她深入交流，就能将躁动不安的灵魂摆渡到宁静祥和的境界。数年来，她义务疏导孩子们的心理问题，引导家长们走出精神困境，为数百个家庭、数千个孩子撑起一片晴朗的心灵天空。

面对这位传奇人士，我最好奇她是如何练就这神奇的本领。她略带苦涩地笑道，这都是与她女儿十年斗智斗勇的“成果”。

有一年的一个清晨，她陪母亲去寺庙上香，发现门口躺着一个被遗弃的女婴。寺庙不肯收留，就由她送到了福利院。谁料到，这个小女孩先后被两个家庭收养，都因太淘气又被送了回来。奇怪的是每次在她面前，小女孩都很乖巧。

眼见此情此景，福利院的同志纷纷动员她收养这个可怜的小家伙，说她俩有缘。因已有一个女儿，她做了家人不少工作，家里人才勉强同意。没想到，小女孩来后，调皮捣蛋，极尽所能，搞得一家人紧张兮兮，生出不少家庭矛盾。

就在自己快要崩溃的时候，一位家庭教育指导师为她指点迷津。于是，她开始学习家庭教育知识去应对解决女儿层出不穷的问题，慢慢地成长为一名经验丰富的家庭教育指导师、心理咨询师。

说到这里，她停顿了一下说，其实，我那小女儿一切问题都来源于她的不安全感。以前，我总以为收养她时，她还小，应该不会知道自己的身世。记得有次，她也像别的孩子那样发问，她是从哪里来的。当时我很紧张，就反问她觉得自己应该是从哪里来的。她一下子钻进我怀里，身子一拱一拱，撒娇地说她是妈妈生出来的，现在都还记得自己在我肚子里这样拱来拱去。顿时，我松了口气，以为一切没事。

直到有天深夜，我发现她偷偷在被子里玩手机，气得我把她的手机抢了过来，狠狠地摔在地上。她像疯了似的冲着我哭喊，“我就知道我不是你亲生的，你才这样狠心对我！”我一下子懵了，赶忙把她紧紧地抱住，轻轻抚摸着她的后背。待她平静后，我问她是怎么知道这件事的。她极不情愿地告诉我，其实她很早就感觉自己不是家里亲生的孩子。真正得到验证，是有次学校报名要户口本，她一直偷偷盯着我把户口本藏进衣柜。当我走后，她翻看到了自己被收养的记录。

女儿的话震惊了我，原来她早知道自己身世，所有的一切都是她装出来的，她所做的那些出格的事，无非就是想吸引我们的注意，得到大家的关注。那夜，我与她交心很久，让她明白我对她永不放弃的爱。

自此之后，女儿变了，听话懂事，但依旧敏感。如今，女儿每天都要对她问东问西、嘘寒问暖。在我们闲聊的时间里，她就接到女儿的好几个电话。看来，这位“灵魂摆渡师”摆渡女儿的船儿还在路上，仍未到达彼岸。

听完这对母女的故事，我不由感叹，每个“问题孩子”的身上，都有一个不安分的灵魂。家就是孩子心理问题最好的“摆渡船”，需要父母的觉悟和爱的付出，让良好的家庭教育成为这艘船上的“稳定器”“助推器”，载着孩子乘风破浪、健康成长。

网友讨论 >>>

越来越多夫妻选择分房睡

今日女报/凤网记者在今日女报头条号上发起了一个投票——“你会选择和另一半分房睡吗”，截至5月14日中午12时，有600余名网友参与投票。其中，选择“已婚，和另一半睡在一起挺好”的网友占比为53%，有27%的网友选择“已婚，已经和另一半分房睡了，不影响感情”，还有13%的网友选择“已婚，想和另一半分房睡”，4%的网友选择“未婚，不能接受分床睡”。

这个话题在微博上也引发了众多讨论，听听网友怎么说：

微博网友“悠哈豆儿”：必须分床睡啊！睡眠好了才有助于夫妻感情！跟老公同床时他每次都在我刚睡着时进房间、半夜打鼾、被他手机震醒……睡不好白天看他各种不顺眼。

微博网友“心蓝手绘”：分床睡真的很好，两个人都能睡得很放松，我们每周一三五睡自己房间，二四六一起睡，夫妻间适当