

## 怎样的爱情才能堪称完美

郎才女貌、门当户对……一直以来,这样的婚恋观总是影响着年轻男女的思想,因此完美爱情的想法就出现了,尤其是对自己要求比较高的女孩子更是如此。

那么,事实上有没有完美爱情呢?什么样的爱情才能堪称完美呢?当然,各人有个各的想法。

本期案例的主人公小雨一直渴望着自己能有一份完美爱情,也一直在为此努力着,可是自己想要的爱情迟迟还未到来。虽然周边的朋友、亲戚已经逐步步入婚姻殿堂,可是小雨的爱依旧未到。

她开始有些彷徨了。接下来,让我们一起走进小雨的情感世界,帮她分析一下自己的问题究竟出在哪?

主持人:赵莉



**本栏目特邀专家:**  
安徽省心理咨询  
学会副会长  
安徽播健员工心理  
健康(EAP)中心主任  
江俊

### 情感面对面

# 我的爱情为何还没到?

小雨 26岁 硕士 某外贸公司职员

小雨长相清秀,接近1.7米的身高,不胖不瘦正正好,也正是这样的外在条件,小雨也很讨男孩子喜欢,经常是桃花朵朵开,“可为啥朋友们都逐渐结婚了,我还是单身一个呢?”

从自己青涩的高中时代开始,小雨就不乏有男孩子递“小纸条”、送小礼物,但那时的小雨非常听父母的话,绝对不准早恋,一门心思地忙学习,因此学习成绩在年级里也是名列前茅。

加上这一个大优点,小雨可以说是年级乃至学校里的风云人物,倾慕者也越来越多。对于“小纸条”、小礼物,小雨通常都会忽略不看。从那时起,她也开始背负起“高傲”的评判。

**心理专家分析:**一个小女孩,面对别人的好感表示,能做到波澜不惊,确实需要很强的毅力,才能压抑住内心的感情流露。

因为成绩很棒,小雨在高考中一举中榜,考取了国内的一所名牌大学,开始学习国际贸易专业。进入了“象牙塔”之后的小雨更加引人关注,再加上此时也更加会打扮自己,那种青春的气息走到哪里都会赢得一片欣赏的目光,小雨享受着这样的感觉。渐渐地,周边的同学开始由一个人变成了两个人,追求小雨的男同学也从不缺乏,可是,小雨并没有恋爱的想法,还是选择继续单身。

**心理专家分析:**进入大学,按说小雨可以放松一些对自我过高管束和要求了。面对追求的优秀男孩可以瞥一眼,但小雨依然采取的是“屏蔽”异性的手法。

“其实,在大学的四年时光里,我对一位追求者还是有点感冒的,但总觉得没有到那份上,似乎还不至于走到一起,所以我依旧选择沉默。”小雨回忆着大学里被追求的情景,其实那个男孩子还是挺优秀的,1.8米的大个,长得很帅,很阳光,应当是大多女孩所倾慕的对象。

可小雨至今也不知道为什么自己没有答应男孩

的表白,可能是觉得两人家乡所处城市不同,可能是这样的男孩给予自己太大的压力,或者自己太过冷漠,错失了这样一份缘分,又可能是觉得自己还能找到更好的……

**心理专家分析:**世上本没有完美的人。没有缺憾的婚姻对象,那是“海市蜃楼”。

时光总是这样流逝得很快,转瞬即逝。

四年的大学时光已经向小雨说“再见!”小雨有些留恋,可是自己又考上了上海一所重点大学的研究生,奔向了更高的塔顶。

是金子总会发光。在外人看来如此优秀的小雨到了研究生阶段依然备受关注,也从未缺乏过追求者,可是此时能够入她眼睛的男士已经越来越少。研究生期间,大学本科一位优秀的男士千方百计联系到了小雨,并用真情赢得了小雨的芳心,两人交往了有一段时间,但也是异地恋。

异地恋坚持了两年多,小雨的研究生又毕业了,下一步将经历人生的又一重大抉择,那就是找工作。在家人的要求下,小雨回到了合肥,找到了一份外贸出口公司的工作。

按照常理,毕业工作后的下一步大事,就是婚姻大事。因为研究生毕业之后,年龄也不算小了,家人开始催促着她找对象。又一现实的问题摆在她面前,之前的那个对象合适吗?适合结婚不?在经过三思之后,她觉得异地恋的结果会很悲哀,毅然决定与男孩分手。

**心理专家分析:**小雨对待感情的态度,一直是游离的。既然是游离的,那就可以进去,也可以出来。

其实两人也没有发生太大的矛盾,小雨只是觉得两人有点不合适。分手后,小雨又成为了单身,不被催促时,她一人过得逍遥自在,但是当家人一遍遍催促她,看到周边的朋友逐步走入婚姻殿堂时,她才开始有些着急。

最近,她正在接受家里安排的相亲对象,她觉得男孩本身条件很不错,但总是觉得有这样那样的条件不能在一起。

很多人都说是不是小雨太挑剔了,劝说小雨眼光不要太高。“其实我觉得自己眼光也不高啊,总觉得要找一个跟自己合适的,但总是这样那样的问题,以前的追求者也很不错,但总是不能机缘巧合。

对此,小雨也表示很无奈,难道是性格决定命运?

**心理专家分析:**都说性格决定命运,这句话说得很有理。确实,因为性格造成我们的思维模式、行为模式有很大区别,与很多的机缘都失之交臂。

在早期的家庭教育中,造就了小雨一直对自我的要求较高。也就会对自我约束过严,不能这样,不能那样的训责,一直陪伴在身边。小雨就会压抑自己的很多想法。时间长久后,小雨不能很好体察自己的感觉,比如爱的感觉就像离自己很远一样。这样小雨对待感情所采取的方式是游离、不投入。我可以有,也可以没有。

有完美人格特点的人,对自己的要求高。将自己的各方面都收拾成一个美轮美奂的“瓷瓶”,同时对身边的人要求也较高,对待别人的缺点不能容忍,一辈子都在寻觅能达到自己标准的人。寻寻觅觅,年龄大了,实在没有办法,再降低自己的要求,或是胡乱寻找一个人搪塞一下。造成一辈子都活在不如意之中。

完美的女孩,需要接受一些不完美在自己生命中,不给自己设置那么高的标准,也就不会徒增一些人生烦恼了。

赵莉/文

### 情感急诊室

**Q:**我跟老公结婚有十年了,两个月前我发现他有外遇了,我跟他吵过也好好地求过,但就是没有用。我好绝望啊,想离婚,但是想到孩子我又不忍心,其实我还是很爱我的丈夫的,我该怎么办?

**A:**老公出轨已经是一个事实了,首先需评估一下自己,婚姻想要不想要?想要,就不要吵闹,切忌让老公家人、你家人及其单位掺和进来。你需要直接面对老公解决你们两人之间的问题。需要好好审视一下自己的婚姻,自己哪些方面导致老公出轨?先改变自己,并拓展自己的生活,创造三口之家一起游玩并相聚的机会。经过一段时间淡然和老公相处,并修复感情后,再找老公郑重谈一次,让老公必须做出选择。

**Q:**我和老婆结婚3年了,现在她爱上了另一个男人,我不知道该怎么办?她倾向于选择那个男的,但也不想伤害我。我用死来威胁她,她暂时选择了留在我身边。但现在,她和那个男的还是有来往,我很烦。我想过放手,放弃这段感情算了,但是我非常非常爱我的老婆,我做不到。

**A:**你老婆现在留在你身边又和别人保持联系,可能是因为她两个人都不想伤害。你应该调整一下自己的状态,心平气和地和你的老婆好好谈谈,如果她真是吃了秤砣铁了心地要和别人在一起,其实,放手未免不是一种解脱。

赵莉/文



您可以通过以下方式找到我们:  
热线:0551-5140885(每日15:00-18:00)  
QQ:124424913(每周四上午9:00-11:00)  
微博:http://weibo.com/2127420971  
邮箱:aiqinghaiscxb@126.com