

初恋记忆

初恋,听起来是一个非常美好的词汇;这其中蕴含的情感就更加让人迷恋沉醉。每个人对自己的初恋难以忘怀,甚至珍藏在心中一辈子。

在很多人的初恋记忆中,或许你是别人的初恋,或许对方是你的初恋,又或者彼此都是对方的初恋……无论是哪一种,初恋对于个人内心的感触和影响都是不可取代的,都在很多人的心中留下过很深的印记。

但往往美的东西容易昙花一现,所以许多初恋对象最终未能走在一起,同时也成为了一种遗憾。

或许当您看到本期话题的时候,会停顿下来想想自己曾经走过的那些青葱岁月,在您的记忆中,也或许留下了那么一个人的印记,他(她)对你来说充满了甜蜜、酸涩,当然你也深知那确实已经成为了过去。

本期主人公正面对着自己的初恋对象,不知情感如何表达,她认为对方是她的初恋,但是却没有得到感情上的回应。于是,她感到非常痛苦。面对这样一份纠结的感情,她究竟该如何面对,本期让我们跟随她的心情体会其中滋味,帮她寻求解决方案。 主持人:赵莉



本栏目特邀专家:
安徽心健心理咨询
中心主任
安徽省心理咨询学
会副会长
江俊

情感面对面

学长,我心中的梦

主人公:小雅

偶像剧总是让人特别迷恋,其中男女主人公的纠葛感情也总能抓人眼球。从上大学开始,我的心中就住进了一个学长,直到现在也对他充满着好感,他可以说是我真正喜欢的第一个男生。

我们是在一个活动上面认识的,他长得高高帅帅的,很喜欢笑,看到他就像看到了偶像剧中的男主角。活动后,我们互留了联系方式,不过联系不太多。

渐渐地,我发现自己不可抑制地喜欢上了他,可是我不敢说,我怕表白之后会连朋友都做不了。

半年之后,他有了一个女友,看他们在一起确实挺般配的,我就劝自己死了这条心。刻意地减少了跟他的往来,只是每逢节日会发一条温馨的短信。

不过毕业前夕,他跟女友也和大学里很多其他的情侣一样,因为未来发展的问题不得不分手了。

之后他去了南京,我在合肥工作。一年前,一次偶然的会我跟他又见面了,他跟我聊了许多,最近的工作、生活、心理状态等等。回家之后我的心情久久不能平复,大学里的那些事又浮现在我的眼前。我发现其实我从来都没有忘记他,我纠结着到底要不要把心中的这份感情告诉他,无论结果如何,至少我努力过。

想了好几天,我最终决定为自己赌一把,我请假去了南京。我把对他深藏多年的感情告诉了他,他听完后沉默了一会,告诉我他已经有女友了,表示挺对不起我的,让我赶紧找一个合适的人。

得到这样的回答,我的心情可想而知。我陷入了无比的痛苦中,可是碍于面子我也没多讲什么。

与他道别之后,我强忍着难受回到了合肥,并且下定决心这次真的要放弃他。从那之后,我再也没有主动与他联系,当然,他也根本就主动找过我。我想,就这样让自己的心情慢慢平静下来吧。

可是,两个月之后我从朋友处得知,他那时根本没有女友,大学毕业后到现在他都没有交过女朋友。我不知道他为什么要这样对我,但我又重新抱有了幻想。

这几个月,我都会时不时地发信息或者打电话给他,但他经常不理我。我有时想自己为了这份感情是不是太没有自尊了,可是我还是难以控制自己对他的这份感情。

我想不通他之前为什么和我不吐真言。如果真的没有可能的话,他为什么不给我一个明确的答复呢?我几次想努力忘记他,但是每次都舍不得……

我现在已经26岁了,家里人也开始为我找相亲对象了,但是我总是一个都看不上,我现在真的不知道该怎么办。

心理专家点评:

小雅的这种心理和自己曾经对于偶像剧的眷恋,尤其是其中男女主人公那纠葛的爱情故事的迷恋是分不开的。那些浪漫的爱情故事可以说深深地影响了小雅,影响了她的爱情观。

于是,上了大学之后,当她看到与自己心目中的偶像剧男主角很接近的男生,便不由自主地产生了好感,并且产生了美好的幻想。但是由于女生的羞涩,小雅并没能一开始就大胆表白爱意,特别是当她得知男生已有女友的时候,便选择了回避,甚至是逃避。她试图忘记这份感情,可是心理和行动上都证明她没有忘记这份感情。

所以,当小雅得知暗恋对象已经分手时,希望重新燃起,当她鼓起勇气向男生表白时,却遭遇了婉拒,小雅内心的种种不甘心更加膨胀。当然,这也是一种正常的心理反应。不过,从小雅的表现来看,她是一个有些钻牛角尖的人,明知道眼前的这份感情不属于自己,却硬要去触碰,结果一次次伤害了自己。

奉劝小雅不要太执拗,早点从心理上解脱出来,正如你所说,自己也到了谈婚论嫁的年龄,所以正确看待感情非常重要,努力寻找一份属于自己的真正爱情吧。

赵莉/文



情感急诊室

Q1:我跟我老婆结婚有大半年了,我们俩一直在为工资归谁管的问题吵架。我觉得一个男人作为一家之主就应该掌握经济大权,她需要买什么东西从我这里拿钱就是了,但是她总是觉得应该自己留一笔,以防我们会离婚或者什么的。但我觉得,作为一个男人都不能在经济上做主那也太没面子了,我们该怎么调试心态呢?

A1:换位思考一下,如果你妻子让你把工资全都交给她,你愿意吗?现在你妻子需要一定的经济独立来给自己安全感,你应当理解她。另外,一个男人作为一家之主的表现,并不是只能从经济方面来体现的。既然有缘走到一起并组成家庭,就应该互相理解尊重,彼此都让步一下,这样才能更好地经营家庭。

Q2:我的性格比较开朗,平时不管跟同性朋友还是异性朋友玩得都挺好的,大家都像哥们一样相处。但是我的男友总觉得我跟别的男生搞暧昧,甚至觉得我还做过对不起他的事情。平时聊得好好的,一说到我那些男生朋友他的脸色就变了,甚至还跟我提过分手。我真不知道是他太小心眼了还是太认真了。

A2:你的处事方式让他产生了怀疑,但是如果你自信自己并没有错,就不要做过多地解释,这样反而会有有一种欲盖弥彰的感觉。你们平时聊天的时候可以多聊些生活、工作上的琐事,与他多分享你的心情,不要太多涉及到异性朋友的部分,让他感受到你对他的在乎和关心。

赵莉/文

微情感

@治愈系心理学:你我素不相识,生命并无交集。爱我的人,其实是爱自己,当在我身上发现自己想要但自己却已失落的东西,心生向往;恨我的人,其实是恨自己,当在我身上发现自己想要但自己却已失落的东西,心下愤然。其实,世上没有无缘无故的爱,也没有无缘无故的恨,你的爱与恨,都是自己与自己的斗争和对立。 ——乐嘉

@情感心理:这世上最大的冒险,就是爱上一个人。因为你永远也不知道,自己全身心的投入,最终会换来什么。这就像是一场轮盘赌,你明知可能会输,但又忍不住想投身其中。其实,你真正需要的,并不是赌赢,而是一个能让你收手的人。因为最终征服你的人,会令你失去爱其他人的能力。

情感主持热线:

电话: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