

爱情和事业如何两全

在选择一段爱情时,大多数人的理解往往会停留在浪漫的层面上,直到相爱得足够深、步入婚姻,才开始逐渐明白付出和责任才是爱情的真谛。所以,经常会有人产生爱情和事业相矛盾的疑问,比如:两性关系是否会妨碍人的发展?爱情和事业是否只能二选一?

事业与爱情同时存在,肯定不是二选一的关系,毕竟事业可以构建更有责任感的爱情,而爱情则可以让奋斗之路更有动力。那么,爱情和事业应该如何两全?

需求分拆——

爱情与事业之间的矛盾,其实是需求之间的矛盾。曾有女生跟我说,她谈恋爱时发现男友有时缺乏同理心。男友念书时非常顺利,进入职场后事业也蛮成功,因此觉得只要努力就可以做到任何事情,缺乏宽容心,更没有悲悯情怀。

有时她工作不顺利,凌晨两三点会跟男友说:“工作上的一些事情好烦啊。”男友第二天回复:“你焦虑是因为你能力不够,与其失眠,不如起来学习。”男友的话是一种典型的父亲式发言,对于女生的情绪起不到任何帮助。

有些女生会觉得:“你怎么这么冷漠?我都已经这样了,你居然不安慰我,还要求我半夜起来学习,你还是个人吗?”但是,有些女性就能客观接受这是一个“没有错”的发言,认为他说得也不是没有道理。所以,这件事情本身没有对错,重点是自己怎么去看待这件事情和两性关系。

可以说,男友是爱女生的,只不过他的爱不是女生需要的或想象中的那种。女生寻求的是情绪支持或同理心。

很多女生在两性关系中想要一站式男人,即要一个男人解决自己所有的人生问题、满足自己的所有需求,这是很困难的。最好的解决方案是分拆,有意识地把自己的需求进行分类,找到对应的人来满足自己的需求,同时也要有能力让对方愿意来满足自己的需求。比如遇见这类男友,就把

积极的人生和共同进步作为双方的共同点,而把被理解、被支持的需求放在闺蜜聊天中获得,当需求经过拆分后都得到满足,就不容易生气伤心。

取舍——

经济学有一个原理:资源是稀缺的,必须合理配置。这个原理放在爱情里同样适用。

有位咨询者说,她和先生上大学时相识,是彼此的初恋,恋爱7年,结婚7年,现定居四线小城市。她结婚生子后离职在家独立带娃,先生体谅她的辛苦,婚后两套房只写了她的名字,财权也上交。

孩子上了幼儿园后她重新工作,先生不仅希望她照顾好家庭、孩子、拥有自己的工作,还希望她能帮自己干活。因为白天上班、晚上带孩子,她只能半夜熬夜或白天偷偷在公司做。即使这样,先生有时还挑剔她做得不够好、不够快。她觉得白天上班、晚上带娃精力刚刚好,而先生觉得有多余的钱可以赚是好事。

很多男性并不理解女性从职场到家庭、再从家庭返回职场过程中遇到的障碍及挑战。因此,女生可以在情绪稳定的情况下表达自己的想法,甚至要做好取舍:在不是所有事情都能做好的情况下,优先处置个人认为最重要的事情。

女性永远不要认为自己是超人,要学会把解决不了的问题扔

掉,着重解决核心问题。在家庭和事业不能平衡时,如果认为家庭重要,就花更多时间处置这方面的事务;如果认为事业重要,就把注意力放到事业上。正所谓求仁得仁,做好取舍。

承认自己不是超人、分配好注意力,这是最重要的。而且,取舍不代表放弃,是一种平衡方式。

搭配——

很多人在被问及如何兼顾事业和爱情时,习惯性地将对对象限定在“我”身上,却忽略了一件事:两个人从步入婚姻的那一刻起就成了共同体,“我”应该成为“我们”。

另一位女性咨询者,孩子一岁半前她是家庭主妇。因为丈夫工资只有3000元,两个人有过非常多的争执。之后她去外地做化妆师,两年换了两个城市,有了理想的收入,她却依旧很痛苦,觉得愧对孩子、很想回家跟孩子一起生活。然而,回家工作工资很低、无社保,且工作时长、顾不了家。深思熟虑后,她决定学美容、自己开店,并且得到了丈夫的支持。

她和丈夫之间有很好的感情基础,双方都对生活充满希望。基于这样的前提,他们坚信小富靠勤,同时,愿意为了一个目标去共同努力。

要想家庭蒸蒸日上,夫妻就要共同努力,比翼齐飞。事业和爱情孰轻孰重,不在于选择,而在于心态。无论如何切记在谋求事业的路上不要抛弃良知,在谋求爱情的路上不要放弃自我。

(据《中国妇女报》冷爱)

◆爱情小贴士

婚姻中,90%的矛盾都是因为想证明:我是对的,你是错的。

“要不是你出门的时候磨蹭能赶不上车吗?”“我跟你说了多少遍了,你就是不听,现在后悔了吧?”这种对话是不是很熟悉,结果是两个人在争对错中,越来越情绪化,都想要压过对方一头,结果两败俱伤。

那么,遇到矛盾如何解决,让夫妻关系变融洽呢?教你一个简单的技巧。

如果你和伴侣有了分歧,交流时试着把“你”换成“我们”。比如一起出门时,伴侣整理东西、换衣服耽搁了时间,这时你不要说“能不能快点,别磨蹭?”改成“我们得快点,要赶不上车了。”

当你说话时用“我们”开场时,很难引发对方的反感。哪怕你很生气,语气很强势时,只要用上“我们”,比如“我们必须一起想办法解决”“我们在这件事上有误会,今天必须说清楚!”就会既让对方感受到你的情绪,但还不伤人。

所以,争对错只会让原本应该在一条战线的你们变成对立面,但“我们”又能把双方拉回统一战线,它指向的是怎样更好地解决问题。

当然,说“我们”不是委曲求全,是让你学会换位思考,跟对方形成合作思维,你的思路开阔了,对方也会更愿意配合你,你们的关系自然也会越来越和谐。

(周小鹏)

不要在婚姻中争对错

