

## 出轨但爱家的女人



岳晓东  
香港城市大学应用社会科学系教授，香港心理学会辅导分会首任会长。

岳老师：

您好！我是很爱家的女人。一次偶然的机会认识了一位心仪的男性，不断交往中擦出了火花，渐渐我们爱上了对方。他，弥补了我心灵上的空缺，有老公身上没有的优点。近一年来，我们都没影响各自的家庭，就是觉得对家庭有一点儿分心。我老公也没察觉，现在，我不知该如何与老公相处。

——读者 爱家的女人

看了你的问题，我首先想起了居里夫人与法国著名物理学家保罗·郎之万的故事。郎之万原是居里夫妇的好友，居里先生逝世后，他成了居里夫人的地下情人。后来，郎之万夫人发现了居里夫人写给丈夫的一些情书，便大闹了一番。

可以说，你们俩现在玩的就是心跳。也许正是因为如此，所以才那么耐人回味。其实，现如今也

有许多人在进行“网恋”，甚至是“网婚”，大家玩的都是一个主题——距离产生美。

夫妻相处，一个重要基点就是相互信任、相互尊重。可眼下，你和情人两个人都打破了这项最基本的承诺，却不断告诉自己和对方，我们的关系是适可而止、恰到好处的。这在心理学上是合理化思维的突出表现。它指个人为了排除内心的焦虑，会把原本看来不合常理、不能接受的行为加以合理化解释，以图让自己的良知不受谴责。此时此刻，你的想法也许正是郎之万与居里夫人当初的念头。

所以，你该怎么与老公相处，与恋人相交？这是生活给你的思考题。

最后提一句，居里夫人当初面对郎之万夫人的攻击，既没有争辩，也没有想不开，而是到乡下避居了一段时间。再回到巴黎后，事情就过去了。当然，居里夫人与郎之万的恋情也就此结束。

## 男友不喜欢和我亲近



王建一  
中国科学院心理研究所EAP签约咨询师和心理测量师，创立了“王氏舒压法”。

王老师：

您好！我跟男友感情很好，但是他不喜欢跟我亲近。比如我亲他一下，他就不愿意。刚开始觉得是小事，后来日子久了，他一直都这样，我心里就有点生气。他老是说心思都在工作上，要努力赚钱。可我总觉得心里不舒服，该怎么办？

——读者 李思源

你的来信有点简单，没有交代先前的情况，比如，是你们交往之初就这样？还是交往之后尤其有了性关系之后才变成这样？也许你会问，反正他不喜欢跟我亲近令我感觉不好，和之前之后有何关联？但任何问题都不像猜测的那样简单。

如果开始时候他便如此，可能和他的生理因素、成长环境、对男女接触的认知有关。

如果开始时不是这样，那或许就和你以及你们相处之后的事情有关了。比如，是否相亲相爱久了，他对你的渴望变得淡漠了，甚至是厌倦了？或者是他工作压力变大？或许是你的脾气性情等让他越

发不喜欢了？或者还有其他事件、因素等造成。

不过，男人因为生理性因素导致对女人冷淡或者性生活水平变得低下的情况不多，更多的是心理因素。

你要和他多交流，让他说出心里话，帮他找到真正的原因。千万不要对他一味抱怨和指责。这只会让结果变得更糟，甚至会导致他离开你。

你要知道，人追求快乐的勇气永远不会大于逃脱痛苦的决心。如果他和你接触的结果是痛苦不堪的，那么，你就会丧失对他的吸引力，导致他对你不理不睬和厌倦。

另外，你平时爱打扮自己吗？男人是“视觉动物”，如果你变得邋邋遢遢，男人也会对你失去兴趣。还有，他是否有了“外遇”。

建议你按我提供的思路，和他一起找找原因，同时也多反省一下自己。总之，你不要着急、控制好情绪。情绪化，是很多女人的性格特质和易犯的错误，千万不要打击男人的积极性，他在各方面都需要你的鼓励。☑