# 婚姻中的核心问题

很多人在面对伴侣出轨的时候,特别着急去解决问题。

为了尽快让伴侣和第三者了断,重新回来好好过日子,他们可能会说这样一句话:“你只要和他断了,我们就好好过日子,以后谁也别提这事!”

但是这句话却埋藏着巨大的隐患,即使伴侣答应和第三者了断,暂时回归,这句话也会让你们以后的婚姻过得鸡飞狗跳,再次面临一方出轨的境地。

为什么呢?因为这句话会掩盖你们婚姻中的3个核心问题,我们先拿一个例子分析下。

你只要和那个男人断了,我可以既往不咎!

在一次偶然的机会中,吴先生发现老婆出轨了。吴先生非常痛苦,但面对老婆的毫不在乎和那一句“大不了就离婚”,吴先生也无计可施,他想着年幼的女儿和家中的老母,对老婆说:“你只要和那个男人断了,我可以既往不咎,我们都不提这件事,以后好好过日子!”

老婆不置可否,一脸不情愿的样子。

在那之后的日子里,吴先生发现老婆还是一如既往的冷淡,一点都没有内疚感,该带孩子玩带孩子玩,该和闺蜜逛街和闺蜜逛街,过得既轻松又愉快,可是吴先生自己却很痛苦,多少次在夜里彻夜难眠。

更让吴先生难受的是,当老婆出去玩的时候,但凡吴先生问得细致一点,老婆就会感到很烦,还会反击他:“你是不是在怀疑我?我都说我和他断了,你不信!你不是都说了以后谁也别再提的吗?”

吴先生总觉得一口气堵在心口,自己明明是被伤害的一方,却什么都不能说,什么都不能问,以后这段关系该何去何从?吴先生不知道到底该怎么处理才好……

有多少人像吴先生一样,在面临伴侣出轨的时候,不知道该怎么处理,只想着快速解决问题,所以才会说这样类似的话:“你只要和他断了,我们就好好过日子,以后谁也别提这事!”

你以为伴侣只要和第三者断掉,回来好好过日子,两个人的关系就能变好。

但是,事情往往不会那么简单,到最后,你会发现,你伤透了心,对方却未必领情,未必能意识到自己的责任,你们婚姻中原本的问题还依然存在,你们的关系依然不会变好。

这一切就像是钝刀子割肉一样,让你日日活在煎熬之中,而你们的婚姻也会重蹈覆辙。

为什么呢?因为这句话一出口,就代表着你们婚姻中很多的核心问题被掩盖,无法得到处理。就像是被纱布包住的溃烂伤口一样,在看不见的地方慢慢溃烂,直到有一天,伤口溃烂到你再也无法假装看不见,这时候,就已经病入膏肓,再也无法处理了……

那么这句话具体掩盖了什么核心问题呢?我们今天和大家好好分析一下。

第一,夫妻之间没有谈话空间,不能谈论出轨背后掩藏的婚姻问题。

比如在这段关系中,老婆曾指责过吴先生“你回到家就抱着个手机,一天和我说不了几句话。”

吴先生觉得老婆是在为自己出轨推脱责任,于是更愤怒地指责回去。

后来两个人闹得凶了,老婆提出“离婚”,吴先生妥协以“不再提这件事”来换取老婆“和情人的了断”。

但吴先生也因此错过了和老婆共同去面对婚姻中的问题,调整相处模式的机会。

比如,老婆觉得吴先生总是不搭理自己,她那时候的感受是怎么样的呢?她希望吴先生怎样回应自己呢?

吴先生为什么没有及时回应老婆的期待,他当时的感受是什么呢?当他需要自己安静呆一会的时候,有没有更好的表达方式呢?

两个人以后该怎么相处,兼顾自己与对方的需求呢?

如果吴先生和老婆能够好好去谈论这些事情,把两个人的真实感受都摊开来讲,两个人才能达到深度的理解,这也会有助于他们在日后调整相处模式,让夫妻关系慢慢向好的地方转变。

毕竟,很多出轨都是表象,不是我们以为的“道德败坏、没有责任心、不安分”,出轨往往是婚姻有了问题之后,结的苦涩果实,如果我们想要根治出轨,必须先把我们的婚姻调整好,才能从根本上解决这个问题。

第二,剥夺了对方体验失去你的恐惧感,剥夺了对方反思责任的机会。

开始面对老婆出轨的时候,吴先生是愤怒的、悲痛的,但很快他被老婆的一句“大不了就离婚”给吓住了,他不想失去自己的老婆,也不想让孩子生活在单亲家庭。

于是他说出“你只要和他断,我们就好好过日子”,想要快点把问题解决。

但是这就相当于他快速地把自己的底牌亮给了老婆,老婆会觉得:“即使我出轨了,也没什么大不了的,闹一闹,你就妥协了,不会离开我。”

吴先生的老婆就没机会体验到失去吴先生,失去这段婚姻的恐惧。她也就没有动力去反思自己的责任,学会在以后的日子里珍惜关系、在乎关系。

所以,真的不要太过着急用这一句话挽回关系,这会让对方失去体验在乎关系的机会。

当然,也许你会说,吴先生的老婆确实是毫不在意啊,她都想要离婚了。

但其实,她是不是真的这么冷酷呢?一点都不带留恋呢?不一定,只是当两个人变成了敌对关系,为了保护自己,不被对方的指责、攻击“打趴下”,她才选择了故作冷漠,避免被一直攻击。

而且,从另一个角度讲,如果她真的这么不在乎这些的话,吴先生也需要重新考量这段婚姻“真的要把自己绑在这里吗?真的要自找苦吃吗?”

那时候,或许选择面对真相,才是更好的选择。

第三,被出轨方内心的伤痛如何处理?

作为一个局外人,我们都觉得吴先生很卑微,他没有照顾自己内心受伤的感受,把自己放得很低,好像老婆回了头,他们就能好好过日子。

但这对吴先生公平吗?

他一心为家人付出,老婆却背叛了自己,这种受伤的感觉怎么处理?

难道只能自己消化吗?要不要让老婆意识到“我真的做错了,狠狠地伤害了我的老公,以后我再也不能这样做了”?

要不要让老婆来帮助自己,来抚慰自己受伤的感觉,让自己觉得伤痛被看见,老婆还是在意自己的?

总之,这些受伤本是吴先生需要向老婆展露的部分,是两个人达到深度理解与跨过出轨这道坎的必经之路,但因为一句“都不再提”,被草草掩盖了。

从此,一个怀揣着伤痛、不被理解的委屈,自哀自伤,却觉得对方从来不在意自己;一个不知道你伤得有多深,还觉得出轨没什么大不了的,承担不起来自己的责任。

综合来讲,我们看到。一句“不再提了”看上去是原谅了,放下了,但是却掩盖了很多的问题。

对方没有认识到给你带来的痛苦,没有体验到自己可能会失去这段关系的恐惧,你们也没有看清楚婚姻中错误的相处模式。

这样的原谅就像是饮鸩止渴,想要太快去解决问题,没有好好处理伤口,迟早会把你们的婚姻再次推向绝境。

那到底该怎么办呢?与其逃避问题,不如积极去探讨这些问题,比如:

你们的婚姻怎么了,过去的相处模式有哪些是你们各自不开心的?

对方为什么要出轨,他出轨的对象有什么吸引他的地方?

你内心有多痛,有多难过,该怎么向对方表达,既能让他意识到自己错了,又不会让他过度防御,为了保护自己,对你态度冰冷?

对方还在乎这个家妈?还愿意为这个家去努力吗?

你们之间的信任如何修复?为了修复信任,彼此愿意做些什么呢?

只有把这些问题弄清楚了,你们才能够下决定:是分,还是合?如果要合,以后要建立什么样的相处模式,才能避免婚姻再次出现这样的问题,以后遇到了问题,该如何有效地沟通,把问题扼杀在摇篮之中。

当然,这些问题需要系统去处理,不是那么简单的事情,还需要我们把握每次谈话的节奏和具体内容,比如第一步,谈什么,怎么谈,第二步,谈什么,怎么谈……

这个过程就像医生在给骨折的人逐步修复断裂骨骼,然后把断裂的神经和血管重新连接上的过程,可以让你们理清婚姻关系,让你们真正变成离彼此最近的那个人。 (彬 彬)

本报地址:淮南市洞山中路 邮编:232001
总编办、热线新闻部:6650042(邮编:hhzbrexianbu@163.com) 采访中心:6650041(邮箱:hhzbcfzx@163.com) 地方新闻编辑中心:6663771 (邮箱:hhzbdfxw@163.com) 专副刊部:6643118(邮箱:hhzbzhfk@sina.com) 时事文体部:6644076 广告中心:6661461 发行中心:6645533
零售价:0.50元
印刷:淮南市新文报业印务有限责任公司
地址:安徽省淮南市田家庵区宾馆路28号