

◀ 上接 04 版

真诚信任是感情“保鲜”的前提

在桂林从事家庭关系咨询方面工作的辛迪认为,情侣关系和夫妻关系的基础是把对方的需要和喜好放在心上,有了这个基础才有和谐的关系。如果双方之间没有最基本的真诚和信任,“保鲜”也不过是浅浅的表象而已。

家住瓦窑口的许女士今年已经 56 岁,但是夫妻关系依然甜蜜和谐,经常和丈夫出双入对,是朋友圈子里的模范夫妻。许女士介绍,虽然已经到了银婚的年纪,但她和丈夫依然有恋爱的感觉。“首先,我们是真心相爱,非常珍惜这段感情,而且年过半百,体会到了白头偕老的相伴很重要。”许女士介绍说。

许女士认为,尊重对方,互相坦诚、互相信任是良好夫妻关系的基础。当然,还得在生活中注重感情的维系。许女士介绍,每当丈夫过生日或者到了父亲节时,她都会给对方准备礼物。平时虽然比较忙,但是也要抽出时间给丈夫做点好吃的饭菜。两人经常一起饭后散步、看电影,长假里还会去外地旅游。

“做任何事情,都要考虑这是一个家的决定,而不是一个人的决定,要时刻把对方放在心上,对方才会时刻把你放在心上。”许女士说。

在本报调查中,关于“婚后保持夫妻良好关系的办法有哪些”的问题,有 74.5% 的人认为,互相坦诚,真心沟通交流是保持夫妻良好关系的办法;有 54.9% 的人认为,经常制造浪漫,保持恋爱状态就很好;有 51% 的人认为,公开欣赏、赞美对方有助于促进夫妻关系的提升。

同样从事家庭关系咨询相关工作的惠玉认为,良好的夫妻关系,应该加强沟通,遇事商量,共同担责,认可彼此。

专家建议:心中有对方 生活才圆满

桂林嘉鑫心理咨询中心的心理专家张双玉介绍,没有良好的沟通,容易造成夫妻双方内心的隔阂,这也是家庭暴力、冷暴力的根源。当然,夫妻双方长期分床睡觉也会对感情产生一定的影响。夫妻之间的情感维系缺少了桥梁后,脾气更容易暴躁,对对方也会失去耐心和包容心,更容易产生矛盾。

辛迪和惠玉凭借多年的心理咨询个案总结得知,常见的影响夫妻关系的表现主要有几方面,比如有事不沟通,在大事面前擅自作决定;没有共同参与孩子的养育;遇事甩锅抱怨,认为都是对方的错,而自己没有错;在夫妻关系中迫切求证明,证明自己比对方优秀;对于自己没有创造收入的愧疚感、无价值感、自我价值低;带着怨气一起生活等等表现。

“如果心中没有对方,再怎么‘保鲜’也没有效果,‘保鲜’需要两个人共同努力,有意经营。”张双玉介绍,“保鲜”的办法很多,比如培养两人的共同爱好,一起看电影、散步,进行娱乐活动等等,去珍惜恋爱的感觉。

其次,在重要节点,如对方生日、结婚纪念日等可以赠送对方礼物,还可以旧地重游,回忆美好时光。

辛迪和惠玉建议,在生活中要多注意自己的情绪,不迁怒身边人。如果迁怒了,要及时澄清。两个人一起生活出现矛盾冲突并不可怕,重要的是,要及时化解。同时,两人要共同承担家务,对对方多夸奖,少抱怨,从而让情感一直保持“新鲜感”。

记者韦彦青

图说婚恋

本期关键词:感情“保鲜”

针对婚恋中如何维护并保持双方良好关系,51 位市民参与了本报的调查问卷,通过他们的选择结果,可以了解大家对情侣及夫妻感情“保鲜”的基本看法。

1. 您觉得您与恋人或爱人的关系如何?(单选)

一般	17 人	33.3%
很好	29 人	56.9%
比较差	5 人	9.8%

2. 您认为恋人或夫妻关系中双方是否平等?(单选)

是	44 人	86.3%
不是	7 人	13.7%

3. 您觉得保持恋人或夫妻良好关系的办法有哪些?(多选)

经常制造浪漫,保持恋爱状态	28 人	54.9%
常常公开欣赏赞美对方	26 人	51%
互相坦诚,真心交流沟通	38 人	74.5%
以上都很有用	32 人	62.7%

4. 您觉得以下哪些做法会破坏恋人或夫妻关系?(多选)

家庭暴力	44 人	86.3%
分房睡觉	31 人	60.8%
语言等冷暴力	48 人	94.1%
一方对另一方只讲道理	34 人	66.7%

5. 为维护好恋人或夫妻关系,您愿意妥协吗?(单选)

愿意,家是讲爱的地方,不是讲道理的地方	23 人	45.1%
不愿意	1 人	2%
看具体情况,如果不是违反原则的问题,可以妥协	27 人	52.9%

数据整理/记者邢刚 图表制作/美编杨斯诗

公 告

由我公司承建桂林市经济建设投资总公司(已更名为桂林城乡建设控股集团有限公司)发包的桂林市西站东路项目建设工程一标段项目,已在 2016 年 10 月 27 日前全部竣工验收并交付使用。为保护债权人的合法权益,请与上述建筑工程施工项目有关的我司债权人自本公告见报之日起 45 日内向公司申报债权或提供相应担保请求。逾期未申报的,将依相关规定处理。联系人:刘茜茜,联系电话:18260917188。

特此公告。
施工单位:湖南省第六工程有限公司
2023 年 4 月 6 日

停水预告

经桂林市行政审批局批准,兹定于 2023 年 4 月 11 日 22:00 至 4 月 12 日 8:00 进行供水管网驳接施工。
停水范围:桂林市至两江机场市政供水加压泵站等周边用户。

停水影响主要单位:僚田收费站,僚田服务区,桂林市至两江机场市政供水加压泵站,两江机场等及附近单位和居民停水。

请上述地区用户做好蓄水准备并请相互转告。

以上时间为正常计划停水时间,实际恢复供水时间视现场施工情况可能提前或延时。停水施工期间,请用户将阀门或水龙头关闭,避免提前通水造成不必要的损失。如遇暴雨等恶劣天气造成施工无法进行的,停水日期顺延。

不便之处,敬请谅解!

供水服务热线:2896332

桂林市自来水有限公司
2023 年 4 月 4 日

延期交房公告

尊敬的顺祥学府壹号业主:

首先非常感谢您对我司的认可和厚爱,购买了我司开发建设的【顺祥学府壹号】项目 3/5 号楼商品房。根据双方签订的《商品房买卖合同》的相关约定,3/5 号楼商品房原应于 2023 年 4 月 30 日交付。但由于异常天气的影响,大雨暴雨期间影响施工进度,加上近几年受新冠疫情影响,采取了停工停业、延长假期、隔离观察、交通管制等系列措施,也直接导致了项目开发建设遭遇停滞,一定程度上影响了工期。经本公司全体员工的共同努力及施工单位加班加点施工,现已经确定交房时间为 2023 年 10 月 10 日,由此带来不便深感歉意。

桂林广恒投资有限公司
2023 年 4 月 10 日