

和另一半總愛爲了小事爭執 其實是感情好的表現



發現，如果你們已經交往至少三年，卻從來沒有爭吵過，其實是一個你們感情不大健康的指標，即使你已經看過他骯髒的臭襪子、聞過他還沒刷牙的氣味，但你們依然不夠瞭解真正的彼此，如果希望能夠改善這樣的關係，建議可以試著大膽一點，從生活中你不滿的事情開始表達出來，當你表達出來，也代表著是一種情

感的關心。
雖然電影或是戲劇總是將愛情呈現的非常浪漫美好，但我們都很清楚現實中的感情故事，無法時刻像戲劇那般隨時上演驚喜或擁抱等甜蜜。事實上，追求完美的愛情沒有意義，因為那並不存在，擁有一段長久的關係，需要兩人一同花上許多努力去維繫與經營。

談感情向來不是件容易的事，因為不可能自己和自己對談吧？遇到了一個從陌生到熟悉的物件，深深感覺到彼此越來越親密，也樂於分享生活上的大小事，但是你不解如此深愛彼此的你們，卻依然常常爭吵？

成長自兩個家庭的人，擁有不同的想法與價值觀很正常，如果你們總是為了晚餐的選擇與要看哪一部電影這種日常小事爭吵，其實真的不必將之視為感情中的負面徵兆，而是要慶倖彼此的坦誠，另根據Lifhack分享，有研究證實吵吵對兩人間的感情其實是一件好事。

說出來比悶在心裡好

根據科學家的研究顯示，那些在日常生活總是為了小事爭吵的伴侶，關係往往維繫的比態度消極、似乎什麼都無所謂，只抱怨重要問題的伴侶來得長久。另外，平常不吵架，一遇到大事就爭吵的夫妻往往離婚率更高。

我們都知道，溝通是任何關係的關鍵，也經常在爭吵過後產生懊悔的心，想著下一次不要激動、理性的說出自己在想什麼。但每個人

都有自己的脾氣和情緒，這也是為什麼總是爭吵連連的原因，從本質上來看，兩個人都還願意以爭吵作為溝通的一種，就代表兩人的關係是有試著與願意去互相瞭解。雖然這不是最理想的交流方式，但是至少你說出來，遠比悶在心裡不講來的好。

為什麼不爭吵的感情表示不健康呢？

如果剛開始交往就頻頻爭吵確實是不好的事，但是為什麼在交往一陣子後，這反而變成促進感情關係的一大動力呢？根據知名教授John Gottman的一項研究發現，每走到一個感情階段（我想是雙方已經度過尷尬期，能夠真正做自己的那時期），抱怨也漸漸多了起來，因為你已經不再擔心在對方面前做自己，但如果兩人都沒有為了對方真正的性格而產生矛盾或爭吵的情形，其實代表雙方已經失去表現情緒給對方看的心力了！大概就是在乎才會去爭取，如果不在乎就會視而不見的道理吧！

大膽表達來傳達情感的關心

而另外一項針對交往三年以上的情侶研究

4 條戀愛中的男人禁忌



男人在職場上得心應手，但是並不代表男人也同樣能夠在情場上得心應手。作為成功的男人，無論是職場抑或是情場都該有自己的一套。那麼在情場上，成功男士有什麼需要注意的呢？

1. 自以為是，過分霸道

職場上，出軌男人習慣了指手畫腳。那是，下屬必須聽你的指揮，然後按你的意思辦事。可情場中，對方是你的伴侶不能用同樣的方式對待。你們的地位是平等的，沒有誰必須服從誰的道理。即便對方再是愛你，也不能把她當做奴隸似的要得團團轉。

2. 唯我獨尊，絕對獨裁

成功男人以自我為中心，覺得女人應該什麼都順著自己。情場中的男女，誰順著誰都是愛的象徵。但不代表，你就是百分之百正確的。唯我獨尊，對方要麼消極對待，要麼忍無可忍的開始反抗。關係還繼續，也會影響彼此的感情。真心愛她，你就不能替她著想嗎？

3. 說一不二，不講道理

要求對方言聽計從，沒有絲毫的商量餘地——你覺得，這樣好嗎？你的建議合情合理，對方也沒有提出反對的需要。你的建議實在過分，還要求對方必須做到。

如果不做到，那就是不愛你的表現。這種想法不能有，這種錯誤不能犯。職場那套策略，情場行不通的。

4. 佔有欲強，必須占優

成功男人有著特別明顯的優勢，便會下意識的認為：女友（老婆）就要乖乖聽話。幾乎就是他的附屬品，他想怎樣搓圓弄扁都可以。而對方，就得無條件的服從。一旦對方有什麼微詞，他就會氣急敗壞。造反了是吧？甚至限制對方社交活動，徹底剝奪交友自由。

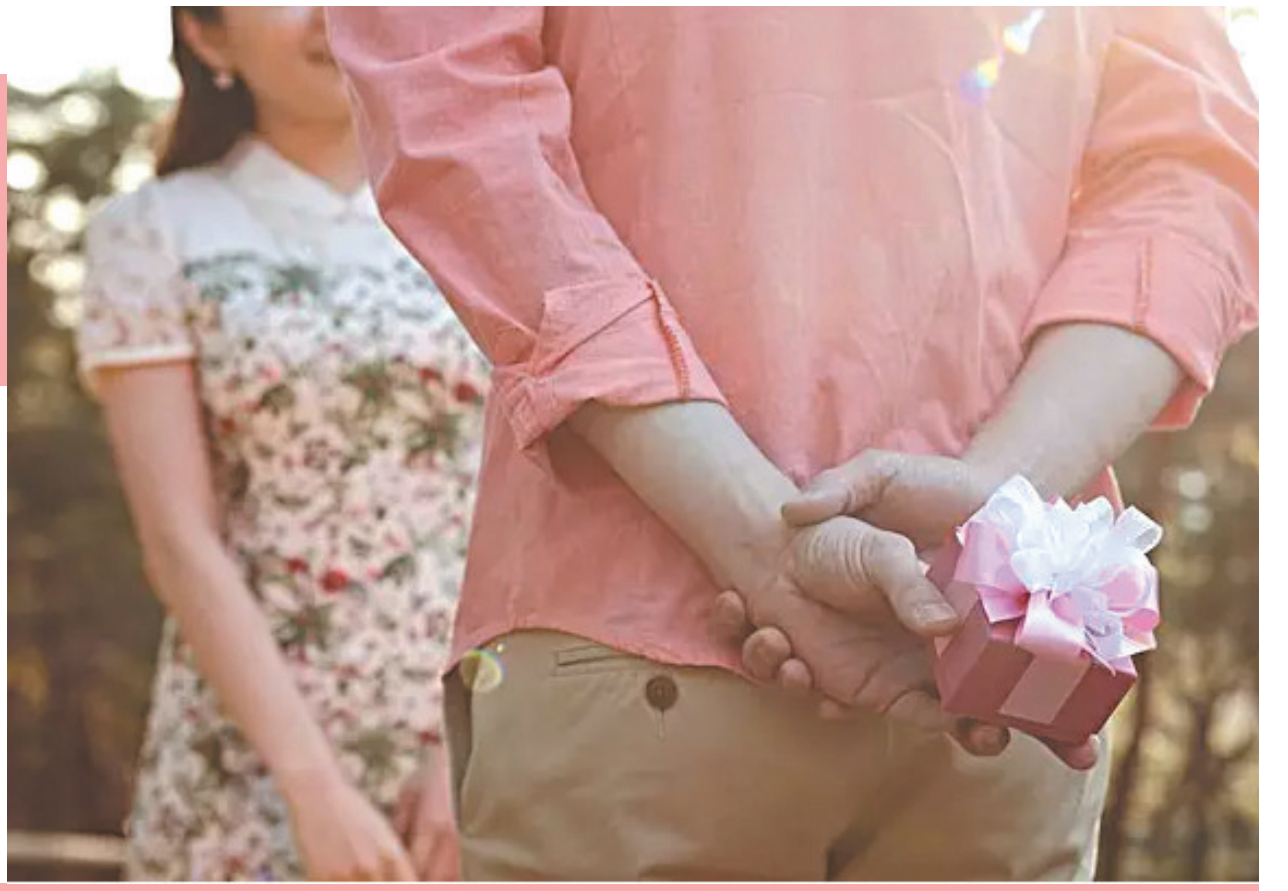
男人若想在情場同樣成功，還是要多加斟酌為好……

看你朋友圈 我好想娶你

幾月前我無意中加了一位年輕讀者的微信，於是不時就會在朋友圈裡看到她的曬照。有時候是自己做的麵點，有時候是做失敗了的芒果千層，有時候是她在練瑜伽的照片。她笑容很燦爛，偶爾也曬幾張自拍，臉圓嘟嘟的，很可愛。

比起我的朋友圈裡很多的“IPO精英，A輪創業者”，她的朋友圈沒有名牌手袋，沒有國外旅行，沒有■喊，沒有總裁的日報表，沒有加班。就是一個，在大城市裡普普通通生活著的，安安靜靜的姑娘。

一日三餐而已。



有一天晚上我疲憊不堪從高鐵站下車回家，實在餓不住了，去超市買了一杯牛奶。在等候的間歇，我又打開手機發現她在做一盤水果沙拉。

那一秒我的總裁力被激發了，甚至覺得自己手上做的事情毫無用處。看著這個姑娘，我突然理解了直男思維：如果我是個男人，而且，如果我是個很有錢的男人，在這一瞬間，會喜歡她，會希望有一個這樣的女朋友在家裡等著我。

如果我是男人，是風風火火的男人，我會想要娶一個這樣的太太。

生活已經夠累了。

說句實話，這一瞬間，我還真一點都不喜歡，如我自己這樣，看起來永遠在工作的女人。

想起知乎上有個女生嚴肅提問：我自認為，工作努力，兢兢業業，一週三次健身，逢考試必過，職稱高級，怎麼說算優秀的都市女青年，為什麼我找個男朋友就這麼難？

下麵一網友神回復：姑娘，你只是想談個戀愛而已，卻花了太多的時間在搬磚上。

我在深圳工作的一位女友聽聞此言沉默半晌：難不成，我要從此洗手作羹湯，才能覓得良緣？

她有一超然能力，能把任何相親物件談成合作夥伴，惹得另外一個姐姐忍不住罵：這樣下去，男人要跟你聊什麼？

女友也很無奈：不是故意的。就是聊著聊著……總能聊成一筆業務。

這當然是能力。

曾有朋友感歎如今的我：掌門，你只是機緣巧合——如果窩家鑽研收納，你未必不是個好主婦。

我鄭重搖頭：我還真不行。

不要覺得職場風雲才是能力，賢妻良母亦是能力。有些能力你就是天生缺乏，你得承認也擔負這一點——畢竟，誰都要為自己缺乏的那點能力付點代價，人人如此，不必介懷。

越是往後，越是知道，成長二字並不意味著你奮勇向前覺得自己無往不勝，而是逐漸開始承認，生而為人，有些事你就是做不到。

如果換作以前，我會想，為什麼做不到？憑什麼做不到？

可是我從今年開始，學會一個詞叫做：so what？做不到又怎麼樣呢？我們總得原諒自己，有些事情就是不擅長，有些事情，就是擅長也不想做。

我曾在電視看到一情感專家鼓

吹：女孩子為什麼要把精力放到工作上，其實不衝突，工作和家庭真的不衝突——

我當然知道不衝突，可是，為什麼不肯承認，成為一個自己喜歡的女人和成為一個家庭型的女人，它很多時候還是“情感與修身，一別兩條路”。

一對人兒的吻合，猶如齒輪。他是激進的那一個，你便最好是守候的那一方，方能成全彼此。可是這都市里，機會淋漓，職場精彩，願意退居人後的女性數量遞減，人人只想出山爭天地，久而久之，便已經成為趨勢。

Sorry，如果，你真的不是作羹湯那個類型，我依然心疼你的無數次加班，我心疼你為了一個理想而站在台前的樣子，我欣賞你累到半死回來還要記得背幾十個單詞。

這有什麼好怨自己的呢？

我們都是第一次過生活，我們沒有必要成為一個全才。

終於，你兢兢業業成為了一個，優秀的女孩子。但那未必，是一個優秀的男人此時所想要娶回家的女子。

這很可悲嗎？

你會喪氣嗎？

無非看你怎麼看。

我另外一個女朋友很樂觀：這樣正好呀，我至少知道了，當我想要嫁人的時候，把我的朋友圈換個模式就好了。

不是嫁不掉。只是這十年，真的有更重要的事情想要去做。人的精力太有限，這十年，還想擁抱自己多一點點。

看，一語道破天機。

終究是為了那點掌控權，終究是為了那點選擇權，終究是，你可以隨性去選擇做怎樣的女子。人生頭三十年，拼搏看世界，未必不可以從三十歲往後面起，洗手作羹湯，拿著存款上米其林班。

求仁得仁。

二十幾歲的時候，我以為我已經夠懂了，其實還是不夠，永遠不夠，生活這種事，你不走到那一步去吃那一天的飯，你就真的不明白那是一種怎樣的滋味。

不到三十歲你不會知道，一個女人認識自己有多難，一個女人要原諒自己有多難，一個女人，從此要給自己選一個活著的姿態有多難，更重要的，你決定放棄另外一個自己有多難。但是最好的姿態是，當你放棄了，你也可能不會再咬牙切齒說什麼，“我不後悔”；戴安，在《傲骨之戰》中，有人問她，沒生孩子你後悔嗎？她沉默了一下

，淡淡地說：有時候會。看著丈夫會覺得，如果有個像他的孩子也挺好的時候，會。

看，我們得承認，有時候我們會後悔。但那在選擇的長河中，就是“有時候”。

沒有成為一個做水果沙拉的女人，你後悔嗎。有時候會。

沒有早早在30歲之前嫁人，你後悔嗎。有時候會。

沒有成為男人喜歡的女子，你後悔嗎。有時候會。

可那又怎麼樣呢，那就是選擇。

擁抱一些星辰大海，也偶爾有一些點滴傷懷。人生不過如此，誰都難求完滿。就像昨日的文裡，“靠自己，一技之長，然後無需多麼大富大貴，身邊一票好友，有質感生活，衣物無需花俏。聰明有味道。”

這樣的自己，也不錯啊。

雖說下次，我疲憊之時可能還是會喜歡看那個女孩子的朋友圈，還是會想要娶她。

可是，我們也還是會，背負行囊，選一個自己的遠方，繼續。

各人修的，終究都是自己。