

# 恐婚族 到底恐惧什么？

越是快到谈婚论嫁的时候 ,我就越不确定 ,他是与我共度一生的人吗？我们现在仍在为一些小事闹别扭 ,这是即将步入婚姻的恋人该有的状态吗？临近婚期 ,夏晓(化名)却打起了退堂鼓。周三一大早 ,她便来到永报佳缘工作室找香香姐谈心来了。

夏晓与男友是通过永报佳缘交友平台认识的 ,相处一年多来 ,感情一直不错 ,然而一说到结婚 ,她就忐忑不安。香香姐表示 ,在永报佳缘 ,像夏晓这样的 恐婚族 不在少数。他们并非没有遇到爱情 ,而是对婚姻的恐惧让他们对婚姻殿堂望而却步。

□记者 应玲菲 制图 应桃蕊



## 案例

### 情感受挫 心理创伤

夏晓今年30岁 ,公务员 ,肤白貌美 ,追求者不在少数。一年前 ,在 香香姐 的撮合下 ,夏晓终于遇到了心仪的 另一半 ,两人很快擦出火花 ,坠入爱河。

相处了一年多 ,男友开始筹划起两人的婚事 ,没想到 ,夏晓却退缩了。不知道为什么 ,当他和我说求婚时 ,我感受到的不是幸福 ,而是恐惧。她重新梳理了一遍自己和男友的感情 ,发现并不是不爱 ,而是害怕自己的婚姻如同父母一样 ,变成捆绑两人的牢笼。

原来 ,外人面前光鲜亮丽的夏晓有着不幸福的童年 :从小 ,夏晓的父母就关系紧张、争吵不断。10岁那年 ,父母离了婚 ,夏晓跟着乡下的外婆生活。小时候看见其他孩子和父母在一起时 ,我总是很羡慕。渐渐的 ,我也开始疏离朋友 ,疏离自己。夏晓说

【解读】由于亲密关系的疏离 ,有很大一部分人像夏晓一样从小缺乏安全感 ,内心自卑 ,不知如何与他人建立亲密关系。于是 ,当他们面对婚姻时 ,往往既渴望又害怕 ,为了避免受伤 ,她们倾向于选择单身。

### 追求完美 ,宁缺毋滥

除了在心灵、情感上受挫而 恐婚 以外 ,香香姐表示 ,在接触过的一大批年轻人中 ,追求完美 宁缺毋滥 也是许多 恐婚 族共有的心理。

玲玲是公务员 ,漂亮、能干 ,典型的 三高 女性。平时有许多爱慕者追求 ,但她全不上心 ,执意等待着心中那个虚幻的 高富帅 白马王子出现。眼看就到30岁 ,家人朋友都替她着急 ,劝她降低标准。她却扬言 :我等了这么久都过来了 ,怎么能就此放弃？要我委曲求全 ,还不如自己一个人过。

【解读】玲玲这样的年轻人 ,大多拥有充沛的能量 ,是十足的理想主义者。他们(她们)信奉 或许转瞬就能碰见 真爱 ,丝毫不妥协 ,反而表现出不强求、不忧心 ,顺其自然。遇上了欣喜 ,遇不上也没关系 ,自己一个人过也挺好的心态。

### 孩童心理 ,不想长大

28岁的小茜从小娇生惯养 ,是父母眼里永远长不大的 小公主 ,即使28岁了 ,生活事物均由父母操办。近来 ,两家老人一直催促着结婚 ,可她坚决不同意。

不想结婚 ,结婚了我就变成黄脸婆了 ,要打理家务、要生孩子 ,我觉得 ,现在比较幸福。在小茜看来 ,现在的她还没过够大小姐的生活 ,她不敢想象结了婚的样子 ,她怕自己变成一个成天围着家务、孩子转的家庭主妇。小茜说 ,潜意识里 ,她还是想过一直被人宠爱的生活 ,

【解读】不愿长大的 恐婚 女性中有不少人持 及时行乐 的价值观 ,认为人生在世 ,最重要的是过得轻松自在。她们视结婚生子为人生负担 ,宁愿孤家寡人、清清静静地度过一生 ,也不愿与任何异性组建家庭 ,从此陷入纷繁复杂的家庭关系与事务 ,以及各种无法脱身的家庭责任之中。

## 支招

### 拒绝 不信任 改变对婚姻的认识

出场嘉宾 :永报佳缘工作室总监、国家三级婚姻家庭咨询师孔香翠

恐婚 这一现象与年轻人的观念变化以及社会环境的变化有关 ,它是现实生活中的多种因素导致的。

其实说到底 ,恐婚 的主要原因还是缺乏信任感 ,因为结婚前每个人都会问自己 ,对方真的适合自己吗？我们婚后的生活会幸福吗？实际上缺乏信任感是由方方面面导致的 ,如双方在相处过程中有一方做出过一些让人产生不信任的行为 ,又或者是 恐婚者 有着不堪忍受的成长阴影 ,比如家庭不和睦 ,父母经常地不信任、吵架 ,会让其产生一种对婚姻的恐惧感。

此外 ,现在的生活成本高 ,经济压力很大 ,一些男性也会产生自己经济条件、工作能力有限 ,担负不起家庭的责任的顾虑 ,这样的话他们同样会有产生 恐婚 倾向。

因此 ,要建立合理的心理预期。不能悲观的看待自己的条件 ,要根据自己的实际情况作出合理的规划。同时 ,要让对方对婚姻生活有所期待。

克服 恐婚症 首先需要 恐婚族 改变对婚姻的认识 ,婚后幸福生活的家庭有很多 ,如果拒绝尝试 ,就永远无法体会到其中的快乐。恐婚族 可以试着与幸福的家庭多接触 ,也可以与交往对象多沟通一下 ,摆正自身的心态才能有助于摆脱对婚姻的排斥。



感情问题  
@香香姐



扫一扫  
关注我们的活动

## 美媛荟课堂掠影

### 彩妆课堂

### 感受彩妆魅力

本周一晚 ,美媛荟女神计划第三季彩妆课程如期开启 ,法·萝丽庄园创始人、国家高级化妆讲师楼群利带领学员们感受彩妆的魅力。

课程的前半小时 ,楼群利老师为各位学员系统复习了化妆步骤及手法。

接下来就是学员们开始自行动手给自己或他人的化妆实践课。2个小时的课程里 ,学员们时不时爆发出化错妆的懊悔声以及完成妆容后的赞叹声。第三季彩妆课程在一片欢声笑语中结束。



### 礼仪课堂

### 生活中的小优雅

礼仪修养已成为现代文明人必备的基本素质。礼 就是指礼节和礼貌 ,仪 就是指仪表、仪态、仪式和仪容。

课上 ,美媛荟礼仪导师、全国高级礼仪培训师、雅仪文化传播有限公司首席讲师丁东晓为各位学员讲解、示范了生活礼仪中的站姿、坐姿、走姿、鞠躬行礼、挥手告别以及如何下蹲这些日常生活中应注意的细节。同时 ,学员们在老师的带领下走了一段T台秀。

不少学员表示 ,收获不少 ,以后不管是朋友聚会还是商务洽谈都不会再手忙脚乱了。



扫一扫课程咨询

