

娘家不是夫妻争吵的“避风港”

“风吹着杨柳，唰啦啦啦啦……谁家的媳妇，她走得忙又忙呀，原来她要回娘家……”一首《回娘家》，生动诙谐地描绘了一位小媳妇高高兴兴回娘家的快乐幸福场景。然而，现实生活中，一些妻子回娘家却是因为和丈夫吵架而向父母“告御状”、“搬救兵”，把娘家当成“避风港”。

俗话说：清官难断家务事。婚姻生活中发生磕磕碰碰在所难免，再恩爱的夫妻也会有争吵的时候。夫妻拌嘴并不是两个仇人之间的恶战，而是两个相爱的人产生了暂时的分歧。这时候，双方都应该冷静下来，想想为什么会产生分歧，彼此让个步，通过协商充分沟通达成一致。若是把娘家人掺和进来，非要弄清个是非曲直，且不说可能会将“内部矛盾”扩大，弄不好还可能会使亲友间的产生新矛盾，实在不是明智的做法。

软磨硬泡“哄”老婆

结婚的头几年，常和老婆吵吵闹闹，不过，无论两人闹多大的别扭，老婆都不太会赌气回娘家，倒不是因为不爱回娘家，而是她的“避风港”在我的“牛皮糖”攻势下早已“瓦解”。

第一次把老婆气回娘家，是因为我们在孩子的教育问题上产生分歧。看着冰箱里所剩无几的食物，再想想其实出发点都是为了孩子，所以我第二天便骑自行车，带着孩子来到丈母娘家哄老婆回家。老婆一见我就躲进房里，我一面给老丈人递烟，一边暗暗吩咐孩子溜进妈妈房间装

可怜喊“肚子饿”。老丈人倒好说话，一支烟的工夫，已和我谈笑风生。丈母娘一开始还说我几句，可见我狼吞虎咽地吃着剩菜剩饭，不由地开始责怪起女儿不懂顾家了。饭桌上，我痛心疾首地忏悔，发誓痛改前非。明着是说给二老听，心里却惦记着房间里的老婆。我偷偷瞄她，她在给孩子喂奶，一脸的心疼——好小子，这么快就打人“敌占区”了，有你爸的风采！

吃完饭，我发动最后的攻势——赖着不走。二老哈欠连天不断劝说老婆跟我回家，老婆似乎有些动摇，于是

我对儿子使了个眼色，他立马哇哇哭起来，喊着要妈妈。软磨硬泡，妻子终于跟我回了家。

我这招屡试不爽、百试百灵，渐渐的，妻子和我吵架后就不怎么回娘家了——再狠的心，也架不住我的“牛皮糖”攻势。为了确保老婆以后不回娘家，我和她“约法三章”，但凡以后有矛盾，不能一走了之，而是要两个人互相商量。退一步说，哪怕不顾我，也不能让孩子饿肚子。“枕边风”徐徐吹来，老婆晕乎乎地满口答应，还一脸歉意。 陈振

无需“后援团”

半夜被“闺蜜”叫出去听诉苦，原来和她老公吵架了，偏偏她的“后援团”——父母去泰国旅游，无奈之下就来找我倾诉。一通牢骚后，“闺蜜”的心情好了不少，还不忘满脸同情地对我说：“你也怪可怜的，和老公吵架，连娘家都不能回，你妈妈可真够狠的。”

结婚前一晚，我妈曾找我谈话，她说，“过去，你是我的生命里最重要的人，甚至比你爸爸还重要。现在你嫁人了，我要把你爸爸放在最重要的位置。你也一样，得把自己的老公放在最重要的位置。我们愿意分享你

们的喜悦，可不愿意分享你们对彼此的抱怨和指责。”

妈妈说到做到。我和老公第一次吵架跑回娘家后，妈妈打电话给我老公，说：“吵架是你们的事情，请在自己家里处理，赶紧把海心接回家，我们要出去散步，没时间听你们的唠叨。”我就灰头土脸地和老公回家了。

现在，我和老公也会吵架，还时常会吵得不可开交，可我们总是很快地冷静下来，我还是会乖乖地给老公做饭，向他求饶，心里默念：吵得再凶，也不能让这个对我最重要的人饿肚子，我们还要相依相扶到老。 海心

“网络投诉”化解矛盾

很多人都不看好陈洁这对夫妻。老公脾气暴，稍有不顺意就找茬；妻子陈洁性格内向，受点委屈就往娘家跑。有一次，老公因为工作上的原因，回到家对陈洁横挑鼻子竖挑眼。陈洁憋了一肚子怨气，最后彼此都忍不住了，开始恶语相向，然后进入“冷战”阶段。正巧陈洁妈妈打电话来说身体不舒服，她一急，转身回了娘家。丈夫想当然地认为她又是赌气离家，过去他气消了就会去接陈洁回来，这一次，他决定给她点“颜色”看看，不去接陈洁，看她还要不要这个家。

陈洁回娘家不久，就后悔不该在这个节骨眼上离开。几天过去，不见丈夫来接，怎么办？想到我这个老爷叔平时和她比较聊得来，便发邮件向我诉苦。我想，陈洁现在需要的不是安慰，而是帮她解决难题。于是，我把这封邮件转发给了她丈夫。第二天，我的电子邮箱里又“躺”着一封邮件，打开一看，竟是陈洁老公的“投诉信”，不由得乐了。邮件中历数陈洁一周来所犯的种种“错误”，比如上厕所没有关门、下班回家不准时、烧菜太咸不顾及丈夫有高血压需要饮食清淡等等。我又将信转发给陈洁，陈洁也不甘示弱，再回信细述丈夫的“罪状”，比如忘了老婆的生日、睡前洗脚总要她叮嘱、走在路上喜欢看美女等等。我又转了出去，并告诉陈洁和她丈夫，我这个“中转站”关门了，谢绝打扰，若还有什么要“控诉”的事，请他们自行沟通。

后来再见到陈洁，夫妻俩已经和好如初。问原因，说是当初心中有气，说出来心里舒畅了。他们以前听我讲过，我们老夫妻俩吵架，为避免矛盾激化，便用给对方留纸条的方式来消化。现在他们家推行“网络投诉制”，用电子邮件来消化矛盾，受了委屈再也不回娘家了。

婚姻需要休养生息，带着“火气”运转总有一天会“冒烟”。我们应该学会给婚姻问题找一个发泄点，让“火气”灭了，这才是解决问题的根本办法。 黄顺福



温暖的港湾 晓网/摄

有话好好说

隔壁的小夫妻常为点小事争吵不休。每次吵嘴，男人必提女人曾遭前男友抛弃的事，说：难怪别人不要你，原来你是这样的一个泼妇。女人恰恰最不爱听的就是这句话，而事实上她和前男友分手，是因为前男友另结新欢。所以女人一听这话就更加歇斯底里地同男人大吵大闹，经常一气之下回娘家，老两口掺和其中，导致矛盾升级，

那天，小两口又吵架了，女人打算再度回娘家，男人则在门口一个

劲儿地抽烟。路过我家门口，我忍不住把女人拦住。我告诉她，夫妻俩朝夕相处，哪有筷子不碰碗的，不要动不动就回娘家。毕竟父母年纪大了，何必无端为他们原本平静的生活平添烦恼？遇着明白事理的父母，不听女儿的一面之词，也给女婿申辩的机会，细听原委之后给出公正的评断。相反，遇着护短的父母，觉得女儿受了委屈，

等女婿来时数落一番。即使女婿当时勉强低头认错，心里却思忖着往后少来便是。这样一方面增加了女婿与丈母娘家的相处难度，另一方面也容易使矛盾激化，本来不大的事，因为父母的掺合，反而越闹越僵。长此以往，夫妻感情也会冷淡。 女人听从了我的劝导后，第一次吵架没有回娘家，而是和男人促膝长谈了一番，男人也表示以后不再提及往事，从此小两口和睦多了。 钱洁

回娘家有错吗？

点评：从表面上看，你没什么错。但从家庭这个系统出发，你们小夫妻的家庭是一个独立体，发生了矛盾，要学会自行解决，每次吵架便回娘家，而不去解决问题，日积月累，夫妻关系便容易在一次次的“躲避”中慢慢变质。从信中看得出，你们是欠缺沟通的。如何改善沟通方式、应付这种局面呢？至少要牢记3点：

奉献理念 不要总是挑剔对方，也不要期待重塑对方。日常生活中要

发自内心地为对方做些事情，哪怕是件小事，比如：帮对方挤牙膏，给对方一个拥抱，让对方体会到温情；

留下空间 回娘家是开心事、平常事，可以经常回，但切不要总在夫妻争吵后回。不要将婚姻作为自己唯一的精神寄托，要有自己的朋友交往，也允许对方有朋友圈子，在交往中不断提升自己的人生智慧，不断调整自己、适应婚姻，也是适应新的生活；

调整期待 过高的期待常会与现

让你盛开或是枯萎

我有一个朋友，每次跟老公吵架总是提着行李回娘家，隔天她老公堆着笑脸儿把她哄着捧着接回家，屡试不爽。可能每个女孩心里都有个“公主梦”：自己就是那高高在上的公主，男人必须神魂颠倒，干出诸如一掷千金、茶饭不思等失去理智的事情来取悦于她，才能证明他是真爱。

那个朋友在和老公几经上演走走的戏码之后，情绪的弦已经松掉了，现在回娘家甚至都不带行李。而她老公也琢磨着：反正分不开，也不可能再好到哪里去，干脆就顺其自然，你走就走，我乐得一晚上悠哉。当回娘家变成了一种“程式”，就算现在是一段大好姻缘，也没准被“作”成一场悲剧。

那些爱情的故事里，我们看到的总是“犯贱”和“反犯贱”的探戈——你进我就退，我退你就进。当你以为用“回娘家”这一手段可以掌控局面的时候，没准对方心里已经是时过境迁，他或许会变得更加敏感，也或许会更加云淡风轻。就好比龙卷风袭过，若不是满地狼藉，就是遭遇到了固若金汤的堡垒，这都是说不准的事。

所谓婚姻，就是当初有多爱，婚后就有多能忍。既然决定将后半辈子的人生道路和命运与对方捆绑在一起，若还是沉浸于梦幻，对真实的婚姻生活缺乏想象和忍耐的话，那些“公主梦”或许就要变成“失婚妇人症候群”了。 谭小哥

实形成反差，造成双方的压力，与其想着改变对方，不如调整自己的期待。配偶不一定是最好的、最优秀的，却可能是最适合你的，这就足够了。

另外，夫妻之间发生矛盾后，要主动开口调和，先生可以气量大些，妻子也不能小肚鸡肠。一发生争执就回娘家，往往是和童年时期的亲子依恋有关系的，你必须意识到，现在已经完全长大了，过度依恋父母确属不妥。如果婚姻确实出现状况，可以找心理咨询师倾诉、化解。张常红（嘉定区“相约星期三”心理疏导工作室国家二级心理咨询师）