

心灵护航

婚姻遇到“暗礁”，能否一“冷”了之？

下月起施行的“离婚冷静期”成网友热议话题



图片来源于网络

全媒体记者 余依萍

近日,民政部办公厅印发关于贯彻落实《中华人民共和国民法典》中关于婚姻登记规定的通知。文件中明确,自2021年1月1日开始,离婚登记正式按照《民法典》的相关规定进行调整,办理离婚手续将需要经历一个30天的“冷静期”。

自此,“离婚冷静期”成为网友们的热议话题。“离婚冷静期怎么个冷静法?”“遭遇家暴等情况,冷静期是否会成为‘风险期’?”“离婚有冷静期,结婚是否也需要‘冷静期’?”每一个关于“离婚冷静期”的词条都迅速引发热议。

如今,还有大半个月就要跨入2021年了。在这个规定即将实施之际,本期“心灵护航”栏目与大家聊一聊“离婚冷静期”。

在义乌,离婚需预约

关于“离婚冷静期”,一直有两种声音。

赞成者认为,当离婚率持续攀升,“冷静期”是给彼此一个最后的缓冲期。而且,这项规则仅适用于协议离婚,针对的是冲动型离婚。假如遇见家暴等极端事件,可以选择诉讼离婚。

反对者认为,即便是冲动离婚,也可以复婚。以极少数人的婚姻问题强迫多数人为此买单,在失败的婚姻中被迫延长痛苦,是增加人为冲突,甚至有可能威胁人身及财产安全。

对于设置离婚冷静期的立法目的,民法典中早有解释,增加离婚冷静期制度是因为“实践中,轻率离婚

的现象增多,不利于婚姻家庭的稳定”。

离婚冷静期的设置,则是民政部门对民法典精神的落实。在12月4日举行新闻通气会上,民政部社会事务司司长王金华表示,离婚程序的调整系根据《民法典》相关设置进行的调整,主要是为草率离婚、冲动离婚的人增加一个门槛。

我们来看一组数据,从2003年起,国内离婚率已连续16年上升,2019年达到千分之三.点四,依法办理离婚手续470.1万对。2019年,义乌国内居民离婚登记2296对。市婚姻登记中心工作人员告诉记者,离婚的夫妻主要分为两类:80后、90后年轻人多是“冲动型”离婚;40多岁、50多岁的夫妻,则是激情磨光

后的选择。

实际上,早在2016年4月底,市民政局会同妇联、司法等部门就建立了婚姻家庭纠纷多元化化解机制,成立义乌市婚姻家庭指导服务中心,下设婚姻家庭辅导室。去年6月,义乌市婚姻家庭协会成立,协会下设婚姻家庭服务、一带一路(海峡两岸)婚姻家庭专业服务、婚姻法律与权益保障服务、婚姻家庭辅导与调解、婚姻家庭教育、婚姻家庭宣传策划、乌商孝亲文化传播与交流、企业员工家庭服务等8个专业委员会,壮大了婚姻家庭辅导志愿队伍。为避免当事人冲动离婚,市婚姻登记中心推出“预约离婚”服务,为准备离婚的夫妻提供一段“冷静期”。

咨询师观点

比“冷静”更有效的,是培养彼此的“共情”

著名两性关系和情感专家黄维仁博士有一句名言特别好,“婚姻中有65%的问题是无解的”。真正感情破裂的非离不可的婚姻很少,多数婚姻都是可以经过危机化解和情感调试得到挽救。在郑奕仙的工作中,就有不少这样的案例。她认为婚姻冷静期应当有配套制度保障,不仅有当事人的“冷静”,还要有“专业咨询干预”,这样才可能更接近初衷。

郑奕仙看来,与其讨论30天冷静期的意义,不如讨论在冷静期能够做什么。婚姻里的男女提出离婚,大多数是双方关系已经到了“冰冻三尺,非一日之寒”的地步。没有外力介入,不改变思维模式和受害者情绪,仅凭双方独自“冷静”,关系只会越来越僵。当事人钻进认知“死穴”,认为离婚了,就会解脱重生,殊不知,失败婚姻里的模式会复制到下一段婚姻,第二次或更多次婚姻的幸福感比第一次好的人,现实中不多见。

无论如何,我们都要清楚,婚姻的终极目的是幸福,而幸福是自己的,与其到了“冷静期”再去被迫冷静,不如在婚姻中,培养彼此的“共情”。

“好的婚姻与坏的婚姻最大的区别之处,不在于修复尝试技能是否更高超,而在于彼此能否理解对方发出的信号,并给予积极反馈。”郑奕仙说,通过“共情”,夫妻中的另一方能感受到自己是被理解、被接纳、被关怀的。夫妻相处,一定要满足对方渴望被看见、被理解的情感需求,在“共情”中积蓄安全感与满足感。或许在误会来临时,就会多些信任与包容。

“离婚冷静期”为冲动离婚按下缓冲键

“一个月的离婚冷静期恰恰不是婚姻自由的一种破坏,而是怕过于自由的草率。”在很多婚姻专家看来,离婚冷静期最大的意义,就是提醒我们去思考:我们的婚姻真的走到尽头了吗?

下面分享几个发生在婚姻家庭辅导室的故事。

几天前,雨洁(化名)因为丈夫出轨,两人大吵了起来。雨洁一气之下提出离婚,拉着丈夫去市婚姻登记中心。两人推推搡搡来到婚姻

家庭辅导室,在调解员郑奕仙的劝说下,丈夫哭了,雨洁也跟着哭了。哭过之后,他们决定反省,丈夫表示愿意回归家庭,妻子也原谅了丈夫,并与丈夫敞开心扉,彼此约定好好过日子。

“我们是多年的朋友,走到一起很不容易。”雨洁和丈夫都是85后,两人育有一儿一女。在雨洁看来,“离婚冷静期”不是要限制离婚自由,而是可以给年轻夫妇多一些思考的时间,避免自己和家人受到不

必要的伤害。

家庭教育指导师、心理健康服务师郑奕仙,是市婚姻登记中心婚姻家庭辅导室的一名调解员。她印象最深的是一对90后年轻夫妻,两人都没有工作,因为孩子的教育问题,两人不止一次带着孩子来到婚姻登记中心闹离婚。

“其实他们不是真的想离婚,只是不善表达,都太以自我为中心。”郑奕仙耐心地倾听这对小夫妻的心声,通过“身心雕塑法”,帮助他们修复“裂痕”,缓和紧张的夫妻关系。

离婚并非临时起意,不必再冷静

尽管专家强调,“离婚冷静期”不适用于家暴等“诉讼离婚”的情况。但也有人担心“离婚冷静期”设立之后,其中任意一方在规定期限内的反悔都会导致离婚登记无效。当一方坚持离婚,另一方反悔时,当事人不得不走上艰难的“诉讼离婚”之路,离婚会变得更难。

在律师事务所工作的王莹接触过一些离婚案件,在她看来,“弱势群体想要离婚已经很难了”,设

置“离婚冷静期”的门槛,无异于增加弱势群体的离婚难度。她觉得,多数人离婚并非临时起意,“没有必要再冷静,婚姻不是儿戏,每个人要为自己做的决定负责”。

经历过“闪婚闪离”的90后楼康(化名)则认为,与其设置“离婚冷静期”,不如设置“结婚冷静期”,热恋时容易头脑发热,提出离婚反

倒思考许久,他坦言:“不轻易开始也不会草率结束。”

33岁那年,父母一直催促楼康

结婚,楼康也觉得该结婚了。在朋友的介绍下,他与前妻两人相处不到2个月就领了结婚证。后来,因为工作原因,长期异地分居,让两人本就不牢靠的婚姻关系彻底破裂,最后将双方家长都牵扯其中,尽管才领证4个月,经过一番深思熟虑,两人还是办理了离婚手续。

如今,楼康再也不愿开始下一段感情,谈及这段短暂的婚姻,他不后悔离婚,但是后悔结婚,他认为自己“不该为了结婚而结婚”。



萍心而论

一周婚姻观察

全媒体记者 余依萍

上周,市婚姻登记中心来了一对刚成婚不久的夫妻。

三十多岁的成杰(化名)和之梦(化名)刚刚结婚不到半年,如今却已经面临分手的局面。“半年的光景,两人从相识、相恋、结婚、摆酒、搬家到吵架分手,赔了夫人又折兵,闪婚让我这个中年男人真的伤不起。”成杰说。

而在矛盾爆发前,之梦一直觉得自己比很多人幸福,结婚时找到了一个让她心动不已的人。“我在西藏旅行中遇到了他,也许是因为这片土地的净化,人们抛却了时刻审视他人的目光。在这里遇到的每一个人似乎都变得纯良可爱。”之梦说,两人都来自同一个省份,这让她无比欣喜,回去后两人依然保持着联系。

结束旅行,想见成杰的心情愈演愈烈,于是之梦主动发出了邀请。再次相遇在城市,感觉特别不同。“在条件简陋,人人喘着粗气,灰头土脸的西藏时,似乎我们都性情坦诚,形象邋遢。再次同游,我穿了套裙平底鞋,他穿着简单的衬衫和浅色西裤,一双球鞋。球鞋是我很喜欢的搭配,看起来有青春质朴的感觉,一身干干净净的穿搭。”之梦说,她觉得自己遇到了那个想要结婚的人,成杰对他的好感也给予回应。很快,两人激情洋溢地结了婚。

婚后,两个人先是回老家摆了酒,之梦放弃了老家的工作,来到男方所在的城市打拼,后俩人又租了房子、买了家具,兴致勃勃地布置了新房,过起了甜蜜的家庭生活。

共同生活后出现的第一个问题就是经济方面的,之梦要成杰把钱给她管,但成杰只给了她付房租的钱。成杰说:“前两年我老家盖了新房子,欠下了一点债务,结婚摆酒又花了钱,所以我不仅没有钱还有债要还。我想她也有工作,我们可以分担一些开支。”了解了成杰的财务状况后,之梦非常失望,认为成杰欺骗了她。

经济矛盾没有解开,两个人又开始了互相猜疑和指责。成杰说之梦非常多疑,经常查他的手机,看他跟谁通话、跟谁发信息,后来甚至发展到跟踪他。有一次她给成杰打电话,刚好成杰刚刚接到公司前台小姐的电话,通知他去维修一个机器,所以之梦的电话打不进去。之梦查出跟他通话的是一个女孩后大发雷霆,硬是说他跟那个女孩有问题。成杰说:“你不相信我,就在我身上安装窃听器好了,你查到我有什么问题,就凭你怎么处置。”之梦回答:“可我就是怎么查都查不到,到底怎么回事?”那个样子比他还有气。

成杰也同样查之梦,他说两个人明明结婚了,但之梦却跟她的女友们说成杰是男朋友。有一次在家里,之梦接到一个电话,她说:“现在我不方便说,以后再说。”成杰怀疑之梦和以前交往的男朋友还有联系,说:“她为什么在我面前就不方便说话呢?”为了证明自己的疑虑,成杰查了之梦的电话单,认为她跟以前的男友确实有联系。

新婚不到半年,两个人就开始了彼此猜疑、追查、挑剔,抓到了一点把柄就不放过,在吵架的时候彼此攻击对方的伤痛,裂痕在争吵中越撕越大。一开始是之梦不肯睡床,在地上打地铺,成杰把她抱到床上;后来还是争吵,之梦就干脆离开家,搬到公司去住了。

成杰一个人住在空荡荡的新家六神无主,他打电话问之梦:“你就这么走了,家里怎么办呢?”之梦说:“家里的东西你愿意留就留着,不愿意留就扔了。我是一定要离开你的,再不离开,我这辈子就完了。”

之梦走得毅然决然,比结婚时的豪迈有过之而无不及。成杰无计可施,为了减少开支,他把新房退租了、把家具卖了,搬回公司去住宿舍。他说:“到现在结婚才半年,要闪离吗?我真的好后悔。”

◎记者手记 >>>

婚姻是一件需要慎重的事。即使爱情可以让我们最小化地忽略经济因素或者其他不利因素的影响,但同时人们要着重考虑的是对方的性格以及遇到挫折时的应对方法。

相比于高风险的快节奏爱情,那些慢悠悠的、一点也不轰轰烈烈的温开水式爱情往往更可能修成正果。而相比于那些超音速闪婚一族,经过了漫长考察期、磨合期、筹备期的长跑式结婚,往往婚后两人相处的幸福感会更高,矛盾会更少。

节奏过快的爱情还减少了我们在这段感情中获得的安全感。由于发展太快,往往会让人不由得产生“这么快真的好吗”的困惑,会觉得这段感情是漂浮在半空中的,没有踏实感。缺乏安全感带来的表现就是在交往过程中不信任对方,怀疑对方以及过度敏感,很快这些表现就升级为双方的矛盾,最后就上演“既然你这么不信任我那还是分开吧”的戏码。

虽然常说“爱情是一时冲动的产物”,但是在促成这冲动之前,终究还是需要大量的相处时间的。两个人的日常相处,每一天其实都是爱情路上所不可缺少的一部分。

在爱情路上慢慢走,不要急于求成,放慢节奏,无论是对于当下交往,还是对于未来婚姻,终究是有着积极作用的。

◆心理答疑

婚姻里哪种关系最重要?

问:在婚姻里是与父母的关系重要,还是与妻子的关系重要?

心理咨询师答:大家必须清楚婚姻是家庭里最重要的关系。在结婚之前,父母占最重要的位置,结婚之后,最重要的位置必须属于爱人。夫妻的关系优先与父母,孩子,朋友,事业。很多婆媳问题的产生,是因为公婆自己的婚姻不幸福,婆婆要把自己的情感需求转移到孩子身上了,儿子结婚后,婆婆与儿媳就成为竞争对手,而不是好朋友。丈夫夹在中间,妥协做孝顺的儿子,顺从自己的母亲,但这又伤害了妻子,使得她不得不放弃从婚姻中寻求情感满足,而把情感转移到自己孩子的身上。这样,婆媳的问题不解决,就会代代相传。如果你确定了爱人为最重要的人,你就要花最多的时间与她建立关系,你们就更能孝顺父母了。