

夫妻之间的界限

1

□ 1. 婚姻对外的界限

在一个节目里，何炅让朱亚文抱吴昕做游戏，朱亚文说，

我已经结婚了，还是抱何老师吧。

这就是对异性主动保持距离的意识

- 主动保持距离就是人际交往中所需要的分寸感，考虑另一半的感受，保持好自己与他人的距离，就是人与人之间需要存在的“边界感”。而边界感就是，**就是夫妻之间和睦相处的关键和底线**

夫妻之间的界限

2

□ 2. 婚姻对内的界限

- 和睦的婚姻里都需要夫妻双方持有“界限感”。
- **保持适当的距离、坚持双方的底线**
- 树立你们之间的规则，划清彼此之间的“界限”，在这条界限内，我们互**不干扰，互不控制**。
- **我尊重你的隐私，你允许我的不同**
-
- 对内“边界感”是夫妻两人**相处的底线**。
-
-

夫妻之间的界限

3

夫妻之间的界限意识

- 与异性保持频繁接触
- 婚姻是第一位，配偶需求为先
- 时间是边界
- 与朋友交往的界限

是什么让**幸福**出走了？

4

- ❖ 不肯改变，我永远都是正确！
- ❖ 托付心理
源于男尊女卑，没有自主权

是什么让**幸福**出走了？

5

- **心里瞧不起配偶**
婚恋最讲究平衡

- 人一生最怕三种人看不起自己
 - 1 父母—**自卑，消极，逃避，退缩**
 - 2 配偶—**关系紧张，外遇**
 - 3 孩子—**孩子失去认同榜样**

是什么让**幸福**出走了？

6

- **受害者心态**
 - 采用攻击方式激起配偶愤怒
 -

- **交换心态**
 - 我对你好，你也要如此，才是爱我
 - 你爱我对我好，我才会爱你对你好
 -

相信自己

7

你值得更好

