

每一次心软，换来的都是下一次心寒

倾诉人的话

我一边兼顾学业和兼职，拼命凑妈妈的医药费，一边满心期盼男朋友能快点儿成熟。可每当我变得更优秀，他就觉得我们的感情不再完美；每当我感到无助需要他时，他总选择缺席。我无数次想分手，但只要他一抱着花束、红着眼眶哀求，我的心就软了下来。我想要的从来不是多华丽的爱情，只是一份简单的陪伴。而这份期盼，竟成了遥不可及的奢望。

倾诉人:小琳,女,21岁,在读大学生,兼职模特。

主持人:昔大,天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员。

选美赛后的隔阂

去年暑假实习期间,经朋友推荐,我报名参加了国际小姐选美比赛。我第一时间告诉了他,没想到他当场反对,还和我大吵了一架。

他说选美比赛水很深,容易招来闲言碎语,也担心我在那种复杂的环境中受委屈。我强忍着眼泪问他:“我到底是哪种人,你心里没数吗?”后来,我还是硬着头皮参加了,并在五十多名选手中脱颖而出,拿到了最高分。

回来见他不仅没有一句夸赞,还一副不高兴的样子,我委屈得不行:“以前我参加什么活动你都陪着我,帮我拎包。这次你没有陪我,所有的事情都是我一个人赶场准备的。”他却说,他不是不担心我,只是当初是我追的他,那时候他觉得自己很光鲜,可我现在拿了奖,他的朋友们都夸我优秀,他感觉自己黯淡了。

听完这番无厘头的话,我终于明白,他是自私的,从头到尾都是虚荣心在作祟——他从未真心为我的努力感到过开心。

拍照时刻的猜忌

5月20日快到了,他提议带我去拍一组类似结婚照的照片,说是等以后结婚时能用上我们“颜值巅峰”的合影。

到了影楼之后,我越想越觉得别扭,毕竟我们还在上学,这么早就拍类似结婚照的东西,似乎不太合适。我试着跟他商量,说要不选那套黑色新中式的衣服,既好看又不那么正式。没想到他立刻翻了脸,认为黑色不喜庆,不像结婚照。他的语气越来越冲,甚至反问我是不是根本不想和他有未来。

我既生气又无奈,我们在一起的时间并不很长,这种毫无根据的猜疑,让我怀疑他是否真的信任我。这一刻,无论我怎么解释,他似



天津卫视《爱情保卫战》直播现场和情感疗愈团队

乎都只愿意相信自己的臆想和猜忌。

病床之前的懦弱

去年我妈查出了脑部肿瘤,在医院住了半年多,现在还得定期回去做后续治疗。我们双方父母早就知道我俩在一起,我内心一直渴望他能主动去看看我妈——不是非要他做什么,只是觉得这是男朋友对我的一种支持。可他总是找借口推托,一次都没主动提过。最后我实在忍不住了,跟他说“再不去看我妈就分手”,他才不情不愿地跟我去了。

现在想起来,我还是很伤心,这是我人生中第一次遇到这么大的事,多希望他能陪在我身边。他却辩解:“我也是第一次遇到这种重病,不知道去了该说什么、该做什么,所以之前才不敢去。”

我还在妈妈面前替他打圆场,连他的礼品都是我提前买好的,结果我妈一直夸他懂事、贴心,而他全程就低着头坐在那里,偶尔挤出两句“阿姨好好休息”。我妈问他平时爱好什么、工作忙不忙,他都是几个字地往外蹦,场面冷得我只好不停地接话。

经过这件事,我看清了他骨子里的懦弱:他可以做一个轻松的男朋友,却做不了那个在我塌了天时替我顶一顶的人。我甚至觉得,他就像一个还没断奶的孩子。

红包背后的重压

我们在一起三个月时,他带我去见了她妈妈。

阿姨非常热情,一见面就往我手里塞了一个1000元的红包,说是见面礼。我私下跟他说:“咱们才刚在一起,收长辈的钱我总觉得特别不好意思。”

更让我有负担的是,两个月后我过生日,她妈妈微信给我转了1.1万元,寓意“万里挑一”。我实在不敢收,便只留下一千元,把一万元退了回去。即便如此,我心里还是七上八下。

他却完全不理解我的压力,说:“我妈是把你当亲闺女对待,我跟她说你兼职很辛苦,她也是心疼你,你

没必要有负担。”可他根本不明白,后来他妈妈还提出要带我去看婚房,说户型、地段都按我喜欢的来。这份沉甸甸的好意,落在我身上全是压力——我想让他帮我挡一挡,帮我去拒绝,他又觉得我矫情。

我妈还在治病,我担心自己配不上这份重视,更害怕以后拖累他,这份压力压得我喘不过气来。

青春路上的错位

我很清楚我妈治病要花多少钱,所以只能拼命挣钱。我拼命跑礼仪模特的兼职,运气好的时候,一个月能挣到近一万元。哪怕一次只赚几千块钱,只够给妈妈买一次药品,我心里也会踏实。

可他却整天无所事事,只会黏着我,总发消息问我什么时候能陪他。我跟他讲,你也努力一些吧,得为咱们将来想想。他却满不在乎地说,年轻就该活在当下,还嫌我太较真儿。他笑嘻嘻地讲:“咱们先享受恋爱,不负青春才好,其他的我妈会先帮咱们的。”我觉得我俩好像活在两个完全不同的世界里。

如今,我们吵架越来越频繁,可我始终狠不下心分手。我承认自己是个恋爱脑——每次一提分手,他就抱着一大束花,红着眼眶求我,说他一定会改。看着他掉眼泪的样子,我又开始怀疑是不是自己太苛刻了。于是一心软,就又原谅了他。

现在我真的好迷茫,不知道这段感情到底该怎么继续下去,也不确定我们究竟还适不适合在一起。有时候深夜自己干完兼职,走在路上被风一吹,觉得身体疲惫不堪,心里也空落落的。

《爱情保卫战》节目

播出平台:天津卫视

播出时间:每周三、周四21时20分

在线观看:万视达APP、天津卫视微信公众号

扫描二维码 关注《爱情保卫战》官微和情感导师互动



本期主持人昔大

情感导师 疗愈指南

正方观点

吕洋(天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员):女方在自己母亲患病的重压下扛起家庭责任,这份坚韧值得敬佩。但女方也要承认一个事实:你用“优秀”和“懂事”把自己逼得太紧,却一直用“心软”为男方的逃避买单——以为只要自己足够好,就能换来对方的成长,这本身就是一种执念。

真正的情侣关系不是谁拖着谁走,而是彼此能望见对方的身影。女方若继续一边嫌弃男方幼稚,一边又一味迁就他,只会让男方永远断不了奶。所以,女方要学会“狠心”放手,把成长的责任还给男方。唯有如此,两个人的关系才能走长远。

瞿玮(天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员):女方对感情的真挚和对家庭的不离不弃,令人动容。但也需要反思:你一次次原谅男方,究竟是爱他,还是害怕面对“自己选错了人”这个事实?你的“恋爱脑”不是善良,而是一种不敢止损的软弱。

男方确实不成熟,但女方从未真正给他划定清晰的底线——每一次掉眼泪,每一束花就能让自己回头,这等于在告诉男方:你不需要改变,只需要表演悔恨。所以,女方要先看清自己:一个不敢向伴侣提要求的人,注定只能得到廉价的敷衍。真正的爱,既要懂得包容,也要敢于设定边界。

反方观点

昔大(天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员):不要只看到男方的逃避与幼稚,却看不到他在这段感情里的憋屈。女方一边拼命证明自己“不需要依靠”,一边又怨恨对方不给依靠——她把生存的压力全部外化成了对男友的指责。

男方不是不想长大,而是女方从未给他成长的空间:她嫌弃他黏人,却又不肯放手;她讨厌他依赖父母,却又收下他母亲的红包和关心。说到底,男方也只是一个二十出头的年轻人,他的“活在当下”不是罪过,女方的“负重前行”也不能成为绑架对方情绪的理由。与其互相消耗,不如彼此放过。

阎品红(天津卫视《爱情保卫战》情感疗愈团成员):女方的委屈是真的,但男方的无奈也是真的。女方恨男方不像自己一样拼命赚钱,可男方对这种生活状况并没有切身感受。一个从小被父母保护得很好的男孩,怎么可能一夜之间变成顶天立地的男人?女方选择了他,却又不接受他本来的样子,这是问题的根源。

年轻人相爱,最怕一个跑得太快,一个原地不动。但错不在那个原地的人,错在跑的人非要拉着一个还没准备好的人一起冲刺。因此,女方需要想清楚:自己爱的究竟是真实的他,还是自己幻想中那个“应该成熟”的他?如果无法接受对方的步调,不如坦然放手,而不是在抱怨与委屈中耗尽彼此的感情。