

# 在索取爱中 亲密互动

文 | 陈 梅



在爱情中，通常有一方付出得比较多，这种爱看似心甘情愿、义无反顾，却也是渴求回报的。

看过这么一条微博：女孩加班忘了带衣服，夜晚起风怕冷，发短信让男友去送。男友正在打游戏，拒绝了。女孩郁闷了两天气消了，但此后每次外出总是带足衣服，即使哪次忘记带，也不会再喊男友来送衣服。微博里还说，女性往往有着猫一样的自尊，当她们需要一个男人的时候，就像逃机者需要降落伞，如果此时此刻他不在，那么以后也不必在了。这条带点赌气的微博引得女孩们纷纷转发，不少人认为它大有道理。但事实上，如果你听信这条微博所说的理论，就等于丢掉了自己索取爱的权利。

在爱情中，通常有一方付出得比较多，这种爱看似心甘情愿、义无反顾，却也是渴求回报的。只是，我们通常不会主动要求对方回报，而是盼望着对方自发地将爱付诸行动，做一些使我们感到愉悦的事情。

在爱情里，总存在这样一种误解：真正爱自己的人，理应知道自己的需求，不用等自己开口，就应当把事情做得妥妥帖帖。

然而，人的成长环境各不相同，表达方式也存在极大差异，故而有人对伴侣的心事一无所知。此时若一味赌气，不积极沟通，寻求解决问题的方式，就会错失增进感情的好机会。事实上，与其一味等待对方顿悟，不如抓住机会，巧妙地向伴侣索取爱。

索取爱的方式有很多种，可以是和风细雨式的交流，也可以是明明白白地表达需求，又或者是潜移默化地培养对方爱自己的习惯。

我有一位朋友，她的恋人在家时颇受父母溺爱，习惯了以自我为中心，吃饭时总是先挑自己爱吃的享用，对旁边的人不管不顾。朋友便悄悄告诉对方自己的感受，还常常在饭桌上提点对方，时间久了，她的恋人便养成了照顾女友的习惯，总是会先为女友夹上她爱吃的东西。

你瞧，在爱情当中，聪明的人懂得在付出的同时巧妙地索取，而不是盲目地用赌气葬送爱情的未来。

► 绘心一笑

## 大雁的助理

绘 | 草木虫



► 理享人生

绘 | 小黑孩



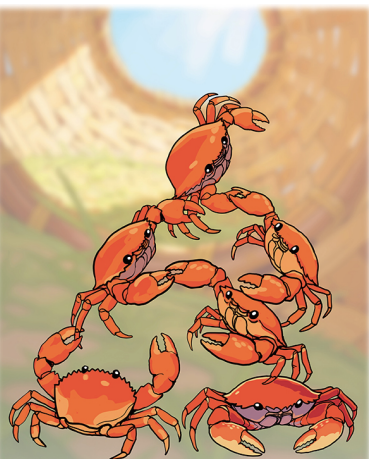
每个人都有一对梦想的翅膀，但不是所有人都选对了起飞的方向。

► 心晴计划

## 职场“蟹”逅，别让内耗夹住你的上升路

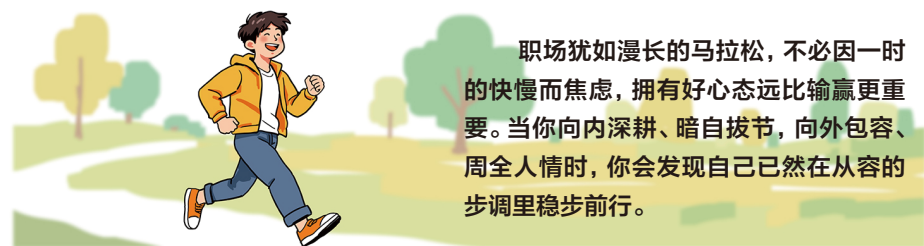
文 | 穆 兰 图 | 刘 毅

有的人在工作中处处受阻，并不是因为能力不足，而是把精力浪费在了与人攀比和拉扯上，忽略了自身成长。这便是心理学上的“螃蟹效应”：宁愿一起原地踏步，也不愿看见有人更优秀。



一只螃蟹能轻易爬出竹篓，但若有一群螃蟹，就会互相拖拽，一只也爬不出来。螃蟹效应告诉我们：困住人的从来不是工作难度，而是复杂的人情内耗。

如何跳出螃蟹式的内耗怪圈？1. 稳住心态，那些人缘好、工作顺的人，未必能力最出众，但一定懂得藏拙、极少较劲。2. 不较输赢，不逞一时之快看似吃亏，实则能避开许多陷阱和是非。3. 专注自身，当你不再执着与人分高下，把精力收归自己，能力与格局自然会在沉淀中悄然生长。



职场犹如漫长的马拉松，不必因一时的快慢而焦虑，拥有好心态远比输赢更重要。当你向内深耕、暗自拔节，向外包容、周全人情时，你会发现自己已然在从容的步调里稳步前行。