

为人民服务

我帮你

民生服务

05

2018年7月20日
星期五

2382258

主 编：廖晓梅
编 辑：胡 扬

远离“退休综合症” 需要扩展生活空间

“最近，我家在装修房子，我老婆选窗帘选了快一个星期都还没选好。”近日，市民唐先生致电本报心理咨询热线2382258称，自从这套房子开始装修，他就发现老婆在选择装修材料上很纠结，两三个月时间都在围绕装修争论不休，事后又觉得没必要。

退休装房遇“选择困难症”

唐先生告诉记者，老婆今年50多岁，已经退休在家。他们几年前在西北选了一套小区住房，今年初交房后，他们找了一家设计公司设计，4月底开始装修。“装修房子是一件费时费力的事，因老婆已经退休，她全权负责这件事。她每天奔波于达城各个装修市场，非常辛苦，特别是每天晚上她都会拿很多资料进行比较、选择，一样材料就要选择好几天，还喋喋不休地非要让我一起选。我每次说了意见，她又不采纳，她自己最终选择了但心里仍然不满意。这个星期为选窗帘的事，我们把达州的窗帘店都跑遍了，仍然没有选到她喜欢的。”唐先生说，“记得我们现在住的这套房，其实也是老婆一手操办的，整个装修过程干净利落，根本没有像现在这样纠结。我总感觉老婆不仅是更年期问题了，还有明显的‘选择困难症’。”

属典型的“退休综合症”

市心理咨询师协会魏娟女士认为，唐先生给老婆贴的“更年期问题”和“选择困难症”两个标签都不够准确。现在的住房，唐先生老婆装修得干净利落，是因为那个时候她还没有退休，一心追求事业有所成就，没有时间

去千挑万选。现在退休了，装修新房子就成了她寻找成就感、存在感的方式，她也有时间和精力去比较、选择。对自己已经完成的装修不够满意，证明唐先生老婆是一个追求完美的人，她是在试探不同人群中自己的存在是否得到回应与认可，如果没有非常确定的认可，她会有挫败感。基于她的种种表现，这是“退休综合症”的典型特征。唐先生作为自己老婆最重要的家人，可以多给她一些肯定与鼓励，多点耐心去陪伴她，鼓励她去结交更多的朋友，建立自己退休后新的人际圈。同时，还可以鼓励她去学一些新的生活情趣和技能，扩展生活空间。这样的话，家人的压力自然也就小了。

□本报记者 杨秀琴

晚报心理咨询热线2382258

每周五晚
聆听您的声音

心理课堂

每周五 19:00—21:00，可拨打热线或到本报308室倾诉。



声 明

我公司目前在达州地区只负责有雍河湾和阳光新城二期物业管理项目，暂没有其它经营的物业管理项目，并且未委托和授权他人对外开展经营。

特此声明

成都金房物业集团有限责任公司达州分公司
2018年7月19日

广告

达州晚报

一直伴您前行……
Accompany you forward always

在这里，您能聆听到达州念念不忘的回响
在这里，您能触摸到达州跃动的脉搏
我们分享您的喜悦，我们更关注您的烦忧



达州晚报