

问题：刚谈了2个月的女朋友，她持续3年一直在和心理咨询师每周视频聊天一次，这是正常现象吗？

有一个参数非常重要——每周一次。

我一向严厉警告新手咨询师严格时间纪律，不宽容迟到（迟到计时）、不超时、不接临时咨询、不被动提高频率（即由来访提议的提高频率）。

时间纪律是高度敏感的安全红线，如果守不住，就表示你没能力做好这个服务，务必转介，绝对不能勉强。

这问题描述如果是真实的——就是当事双方能稳定严格遵守每周一次的纪律，那么这大概率是安全的。

如果真的发生了有违咨询伦理的问题，那么这个周期律应该早就被打破了。尤其是已经是三年之后仍然可以稳定遵守，至少从这一点上看是比较健康的迹象。

至于说长期化的问题，心理咨询并不见得是只有病理治疗意义，它在很大程度上在替代以前由牧师和神父担任的定期告解职能。在咨询师足够成熟和职业的前提下，它的确可以被视为一种正常的生活安排。这在将来甚至可以说是一种普通人的常态，和社保体检、家庭医生一样，没什么值得大惊小怪的。

只不过因为资源很少，成本很高罢了。

至于说嫉妒咨询师的特殊地位，这可以理解。不过说句实话，这样的人格成熟度不适合谈论严肃的亲密关系。

认为在亲密关系中不允许存在隐私，其实是一种错误的执着，它总是毁灭关系，而不是巩固什么关系。

一个人根本不应该用“对一切知情，从而可以放心的不设防，视这份节省下来的安全成本为不可缺少的福利”的方式来对待任何人，因为它既无效、也不公平，本身就构成一种虐待。

不管你自己多么热爱这个主意，这个执念都是不可行的——最终会把一切人都驱离。

只有人断了、没了，你才能断了这种强迫症，对方也终于不必过这种一切思想都要上报，接受审查，接受批准，没完没了的解释、求理解、求谅解、求允许的日子。

这种劳改犯的生活，人家凭什么要过？只因为吃住打折就被“爱”成一个劳改犯，对那些缺吃少穿的才可能勉强成立，一旦吃饱穿暖，则是可忍孰不可忍。岂能不走？

所以，你自己有多喜欢、觉得这有多正义、多传统、多天经地义，实践上它仍然是愚蠢的。

不否认这对某些幸运儿没有恶化到毁灭的地步。但是，如果有一种行为会将你的事故率提高50%，这种行为带来的“利益”是不是值得，是一个很需要单独探讨的问题。

你应该做到的是不管对方如何，都做全面的安全工作——比如保持竞争力、保持财务安全——并且确保你做出的牺牲、冒的风险，都是即使对方最后没有保障、回报，你仍然愿意做的牺牲和风险。

不把自己的幸福责任强加在别人必须按照某种特定方式生存的前提上，这是一个人有立场对另一个人说出个爱字的基本资格。

否则你不过是要捕获一个猎物用来供自己役使，只不过自认为“好吃好喝”，已经是一个无可抱怨的奴隶主了而已。

把这叫“爱”，真的是一种巨大而可悲的误解。

---

评论区：

Q: 爱是信任，是给予对方和自己自由。

A: 爱是强壮和无畏。

----

Q: 如果两个人都可以做到自给自足，没有捆绑，那我们还要爱干什么呢

A: 还有很多别的人做不到啊，帮助他人啊

B: 唔.....正是因为双方都自给自足了，此时的二者依然决定要靠近彼此的话，我想，这是出自于更加纯粹的爱与欣赏呢。就像磁铁间相互吸引。

----

Q: 答主你是否是有要他人提醒你关赞赏的呢？若我记错，抱歉。你现在开着赞赏。

A: 已经不再作这个设置了。默认开着的，我也懒得一个个关了。

现在的限制是要求不要一次超过 10 元。

----

Q: 果然屁股决定脑袋，

A: 你这是在猜我是心理咨询师？

这个习惯要不得。

----

更新于 2023/8/25