

每个人都需要第三空间

社会学里面有一个概念：“第三空间”。

每个人都生活在三种空间中。

第一空间，是熟人关系世界，父母、朋友、妻子、儿女，都是在这个世界中；第二空间，是陌生人关系世界，萍水相逢抑或擦肩而过的人；第三空间，是与自己的关系，你最真实的自己，高尚或者卑微的灵魂，欲望，脆弱，只要真实，都属于这个世界。

第一空间、第二空间，我们都有意识。第三空间，是人们疏忽的，也是能为缺失的心灵带来圆满之处。心理学家认为，三种空间，在某种程度上，都是为了补偿心灵。

第一空间带来的是亲密补偿。渴望被关心，被认可，被鼓励，被温暖，自我价值，通过熟人的行为，凸显出来。

这是一种亲密补偿。

第二空间带来的是社交补偿。人天然具有社交属性，这是因为，人类都会有一种群体认同。有时候，群体认同是基于地域关系，例如湖南人、广东人，出了国，是中国人；有时候，群体认同是基于某种价值观，例如佛教徒，例如自由主义者。和陌生人之间，通过一种非接触方式共同存在，并且互动，信仰，观念，彼此都可以得到确认，并且找到共鸣。

第三空间带来的是自我补偿。人有些时候总会有一些想入非非的思绪，飘然无止，却无法和任何人交流，没有人可以真正懂；也总会有一些不可为人道的叹息，甚至是一些说不出口的想法，无法表现在人前，例如，一位父亲，是不大可能在孩子家人的面前哭泣

的。而这些，都只能自我消化。人之所以需要第三空间，是因为人是非常矛盾的生物：既希望一个人懂你，理解你，但又恐惧一个人看透你。在懂你与看透你中间，留下一片空间，是给自己的，要自己触摸，抚慰，理解。在这个空间里，与自己，与这个世界和解。

近日，读者陈女士在《中原地铁报》后台留言，述说了自己的苦恼，丈夫明明5点下班，到家也就6点左右，可是到家以后，他竟然不上楼，在车上抽起烟来，“起初我倒垃圾时发现了，没在意，说了他几句，可是现在更频繁了，他这是怎么了？不愿意回家吗？可是我们感情很好啊”。针对这个问题，小编邀请了情感专家给予解答。
记者 蒋晓蕾

关照他的脆弱，理解他的安静

社会中的男人，担负的责任很多，有人需要他坚强，需要他坚持，不能哭，要咬着牙前进；但没人会关心他的脆弱，关心他的无能为力，关心他加班到深夜的心累，关心他失败后在路边独自一人行走。而这些脆弱、无能为力，才正是你真正需要关心他的地方。

当他的情绪被忽视后，就需要一个第三空间，一个绝对自己可以控制

的空间，来熨烫这些负面的、不能显露于人前的情绪。通过自我补偿，去弥补心灵。

这也是一个绝对安静的空间。这里安静的意义，不在于没有丝毫声音，而在于，可以选择，选择只听自己喜欢的声音。

这里的安静，意味着真实，完全可以用自己的喜怒哀乐去主宰。

为什么有些人开车到家后会独自坐在车中发呆？记者采访了几位男性读者，一起来看看他们怎么说。

@明珠一颗：看到这个问题我都快要哭啦。我不仅喜欢把车开到家门口停一会儿，有时候我甚至绕过家门口掉个头奔外环。有无数个想不明白的夜晚，我一个人开着音响在高速上兜圈，放空完然后保持微笑地回去。

@卡萨布兰卡：别说开车回家了，在家吵架了，出来也是在车里坐着，不然去哪里？只有这里不用掏钱啊！去哪个咖啡厅茶馆不得要钱？

@黄小牛：我总觉得车是我的一部分，坐在驾驶座上，有种安全感。下班开到家门口，我有时会在车里放空好一阵，什么都没想，什么都没做，就是发呆而已。那一刻，我觉得我是我自己。

@匿名：当兵三年，马上退伍了，在交出车钥匙的前一天晚上，吃了饭在车上足足坐了三个多小时。什么也没干，在哭。没有对部队的不舍，也没有对战友的不舍，只是对车的依恋。

@王飞：有时候累了，上楼都懒得上，就喜欢在车上睡一觉。

@没有毛的熊：自认定为某程度上的广场恐惧症吧，心理上，车里属于封闭状态。有时候能在车里待上半个小时甚至更长，并不思考任何问题，只是抽烟，听歌，感觉很放松。

@刘子：现在这个社会找一个没有人的地方静静待一会真的很难，车给了我们一个比较单独的空间。让自己有时间可以忧郁一会，安静一会，思考一会。

@张西婷：车是男人的女人，去哪裡都陪着你，你总要有不忙的时间陪陪她，哪怕几分钟安静的时光。

@千南川：对于外地工作的人，车是自己的，租的房子不是，和车有种相依为命的感觉。

@yn_yu：这就像上完卫生间了，也总想继续坐在马桶上，要不是打开的游戏没完，要不是一篇文章没看到最后，要不就是只有在卫生间的时候才是一个人。

关于婚姻，关于情感，如果你正在不解和疑惑，请关注《中原地铁报》公众号，留下你的年龄、婚姻状况和问题，我们将邀请情感专家为您解答。



为什么他到家后不上楼，要在车里待一会儿？