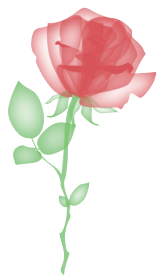


努力付出,为何总没有好结果?

情感
热线

小棠(化名):我今年28岁,谈过三段恋爱。身边的朋友总说我“恋爱脑”,对感情太投入。只有我自己知道,每一段感情里,我都想努力成为一个“完美对象”。可为什么我越努力付出,反而越容易失去?那些我以为能打动对方的付出,到头来好像只是我的独角戏。

■记者 杨天娇

记者
手记

别把付出变成自我消耗

在与小棠聊天时,她反复问我:“是不是我太用力了?”

小棠的三段感情都陷入了同一种误区:她把爱等同于“付出的数量”,把所有付出都指向“让对方满意”,却唯独忘了问自己:“这是我想要的吗?”她的爱成了一场自我消耗的独角戏。

其实,爱从来不是单方面的付出和牺牲,而是双向的滋养。感情需要两个人同时保有给予和接受的能力。面对一段感情时,不妨试着问自己:如果这段关系中没有所谓“付出”的压力,你还会做这些事吗?

真正的爱,应该让你在付出时感到快乐,而不是委屈;让你在靠近对方时,同时看见更完整的自己。当你不再把感情当作拼命追求的“满分试卷”,而是当作两个人并肩看风景的旅程,那个懂得珍惜你本真模样的人,才会真正走进你的生命里。

我和第一任男友是大学同学,他是那种有点“糙”的男生,生活不拘小节,而我偏偏是个注意细节的人。

在一起后,我几乎承包了他所有的生活琐事:每天早上提醒他吃早饭,他随口提过喜欢某款游戏耳机,我攒了两个月零花钱买来送他;他考研时,我每天帮他整理笔记、查资料,比自己考试还上心。

朋友们都说我把他宠坏了,但我觉得恋爱就是要互相照顾。直到有一次,他和朋友聚餐晚归。我担心他喝多了,打电话询问,他却在电话那头不耐烦地说:“你能不能别管这么多?”

后来我才知道,他跟朋友抱怨我“太黏人”“管得像他妈”。那天,我躲在被子里哭了很久,我为他付出了那么多,连自己的脾气都收敛了很多,为什么换来的却是一句“管得宽”?

第二段恋爱的对象是同事介绍的,男孩比我大两岁,事业心很强。我们在一起一年后,公司给我提供了一个外派提升的机会,这对我的职业发展非常重要。但当时男友正处于

创业的关键时期,他说异地恋很难维持,他需要我的帮助,希望我能留在十堰帮他。犹豫再三,我放弃了外派的机会。

我以为我们能这样顺利地走下去。可我慢慢发现,每当聊到我们的未来,他总是闭口不提或者闪烁其词,总是说“现在创业太忙,没想那么远”。当时我已经26岁了。

后来男友的公司慢慢走上正轨,他却总说我“不上进”“心思都放在家长里短上”。看着镜子里憔悴的自己,我突然觉得自己很可笑:我对他的付出和支持,原来在他眼里一文不值。

现在的男友喜欢摄影、旅行,而我则喜欢宅在家里刷刷剧。为了和他有共同话题,我开始研究相机的使用方法、摄影技巧。

上个月男友过生日,我为他精心策划了一场“惊喜旅行”。早早地做好攻略,订好机票酒店,和他一起去他心心念念的云南旅行。

旅途中,他大部分时间都在低头玩手机,很少主动跟我交流互动。晚上,我们坐在客栈的阳台上,

我鼓起勇气问他:“喜欢这次旅行吗?”他淡淡地说:“还行吧,其实我更想一个人来。”那一刻,我准备了一肚子的话突然都说不出来了。

三段感情,我都认真地付出:对他好、为他牺牲、迎合他的喜好。可结果呢?要么被嫌烦,要么被忽视,要么被推开。

身边的朋友劝我:“在感情里你太卑微了,爱一个人要先爱自己。”可我不懂,难道主动付出、用心经营感情有错吗?

我渴望的不过是一份双向奔赴的爱,什么时候能遇到一个懂得珍惜我的人呢?

晚报红娘
客服微信号

国家医保局发布指南

美容整形价格项目有了统一规范

爱美之心,人皆有之。

2024年,我国美容整形市场规模已近3000亿元,展现出市场活力与潜力。

6月18日,国家医保局发布《美容整形类医疗服务价格项目立项指南(试行)》,首次对美容整形类价格项目进行统一,引导医疗机构自主合理定价,让“求美”更安全、更安心。

新规范将如何引导美容整形市场规范健康发展?将注入怎样的新活力? ■新华社电

收费价格项目统一规范

“此前,医疗机构自主设定美容整形领域的收费项目并备案,这容易导致收费项目名称繁多、收费混乱。”国家医保局医药价格和招标采购司有关负责人介绍,立项指南旨在统一价格项目,规范医疗机构定价行为,并不改变美容整形类价格市场调节价的管理方式。

“规范化的价格立项,有助于医

美整形行业形成更好的价格体系,让老百姓享受到性价比合理的服务。”中国医学科学院整形外科医院副院长王永前说。

随着立项指南逐步落地,对于消费者来说最直观的变化是医疗账单更清晰,收据、发票等显示的收费项目更加一目了然。

“如根据技术原理将‘光子嫩肤’

支持纳入更多新技术

当前,美容整形行业迅速发展,新技术、新材料等不断涌现。为更好满足消费者的个性化需求,立项指南设立的价格项目也考虑了对新设备、新技术的兼容性。

“一些新技术、新材料要想纳入收费项目,需要重新向相关部门申请

备案,时间流程较长。”中国医学科学院整形外科医院医保物价处处长王沛陵说,此次发布的立项指南价格项目兼容性较好,有助于医院引进新技术、新材料。

比如在“填充注射”价格项目中,不仅包括常见的玻尿酸注射,

“超声炮”“热玛吉”统一规范名称后,分别映射为皮肤美容治疗光激光、超声、射频,项目名称简单易懂。”国家医保局医药价格和招标采购司有关负责人说,这既有助于消费者理解项目的技术原理,也有助于横向比价。通过公立医疗机构的引领作用,有望引导非公立医疗机构规范服务和收费行为,让公众更加充分感受到“减负”效果。

临床新出现的聚乳酸、聚己内酯、羟基磷灰石等新材料填充注射也可按此进行收费。

当前,美容技术和仪器设备更新迭代快,为更好满足消费者个性化需求,立项指南也明确规定,有条件的医疗机构可自行设立加收项、扩展项。

充分体现技术价值和劳务付出

北京协和医院整形美容外科主任医师龙笑说:“在临床治疗中,一些技术手段、操作项目难度较高。新发布的立项指南更多考虑了技术价值和劳务付出,有助于推动医疗服务质量的整体提升。”

例如,立项指南统一新增“减张美容缝合”和“切口美容改型”两个价

格项目,有条件的医疗机构均可根据患者需求提供服务,帮助患者从源头上减少瘢痕形成,在核心术式之外就缝合进行单独收费。

求美不可忽视安全,王永前提示,美容整形本质是医疗行为,有技术门槛,消费者要树立理性、切合实际的求美观念,不可盲目追求通过医美改头换

面。如有进行美容整形的需求,要选择正规医疗机构、有经验的医生就诊。

“我们期待,通过价格项目的进一步规范,为美容整形行业健康发展营造更有活力、更加规范的市场环境,为医疗机构和相关企业带来增量发展。”国家医保局医药价格和招标采购司有关负责人说。

