

# 準新人受壓力 易致婚前恐懼



臨牀心理學家黃婷

頭條日報

金融海嘯下，本港在去年九月至今年二月的結婚人數，較前年度同期下跌百分之三。籌備婚禮「樣樣都是錢」，金融海嘯下，可能會對準新人造成壓力，有臨牀心理學家預期，未來婚前恐懼個案可能會增多，若出現婚前恐懼更有可能導致結婚不成。



■今年雙春兼閏月，不少情侶選擇在今年「拉埋天窗」。

一名三十歲的準新娘，因有感已屆適婚年齡，故在男朋友同意下，決定「拉埋天窗」。但婚前數月，準新娘開始出現婚前恐懼的情況，不但失眠、無胃口，更經常擔心自己究竟適不適合結婚，結果上班時經常出現錯漏，給上司責罵。她其後經輔導後，最終決定不結婚，因不希望因為自己的年齡而結婚。

## 可參加婚前輔導班

臨牀心理學家黃婷表示，不少準新人會有人擔心

「婚姻是戀愛的墳墓」，而且結婚涉及兩個不同的家庭，在籌備婚禮的過程，也有可能引起不同的爭端，令準新人備受壓力。她相信，在金融海嘯下，新人們籌備婚禮的資金或會減少，面對的問題會較多，繼而引發較多婚前恐懼的個案。

黃婷指，若情緒困擾嚴重，準新人可能出現失眠、精神不能集中的情況，繼而影響他們的日常生活。她建議，準新人可以參加婚前輔導班，或找身邊的有類似經驗的「過來人」傾訴。