



求助热线——
讲述心灵困惑 聆听专家释疑

热线: 15169132840
QQ: 874273209
邮箱: diyaj3988@163.com

龌龊的现实 我该怎样去面对

□ 黎颖 (化名) 记录:小雅

前段日子单位组织体检,体检的结果报告需要两天后才能出来。等待的那两天,对我而言简直像20年般的漫长。尽管我明白,在体检之前的一个月,我刚去妇科做了全面检查,一切安好,可我害怕那些“不干净”的病症会随时随地进入我的体内。办公室主任负责拿取体检报告,午休时,她边看娱乐新闻边和我闲聊,“真搞不懂男人是什么心态,你说王全安的妻子那么美,他居然还去嫖娼。”一句无心的话,我顿时有种如芒在背的窘困,手心也跟着冒汗,“她是在影射我吗?难道我的体检报告有问题?”虽说知道老公储锐(化名)丑事的人并不多,但坏事传千里,所以,一听到“嫖娼”这俩字,我便惊恐万分,仿佛周围的人都在对我指指戳戳,极尽嘲讽。好在,体检的结果又是一次平安无事。

得知储锐嫖娼后,那真是一段暗无天日的绝望时光,至于其中细节,我实在没勇气也没面子去详细描述。我是在储锐的朋友圈里发现端倪的,一些比较露骨的聊天记录让我看了很不舒服。结婚十三年,储锐是公认的好丈夫、好爸爸,我也非常信任他,从未想过会有什么“花花事”能发生在我们的婚姻里。最初我认为那是男人们之间带“色”的玩笑话,但是越看越不对劲,像什么“够新鲜刺激吧,千万别让你老婆知道”,其中有好几处都是用字母“PC”替代某个词语。储锐见我翻看他的手机,三步并作两步走到我跟前一把夺走了手机,神色异常地跟我狡辩,说每个人都应有隐私权。

毋庸置疑,储锐的躲闪紧张证明他肯定有鬼。那天晚上我也较上劲了,不说实话绝不罢休,我软硬兼施,甚至要打电话给婆婆来威胁他(储锐是个孝子,最害怕父母不高兴)。“审问”了一晚上,却让我得到一个肠胃翻江倒海至想吐的真相:今年初夏的一天,在一次应酬结束后,储锐有过一次嫖娼行为,“PC”就是这个俩字的拼音缩写,他没想到我会去动他的手机。“除了好奇还有朋友们的怂恿。”这是储锐给我的解释,并且痛哭流涕地认错,“仅仅这一次,以后再也不敢犯浑了。”说实话,至今我都后悔,不应该去碰触他的手机,我宁愿不要看到那些聊天记录,即使做一辈子傻子,也好过于面对现实的龌龊。

事情发生后,让我备感憋屈的是储锐

的态度,他认为嫖娼不过是一时的邪念罢了,“那些女人除了会发嗲温柔一点,怎能和你比?再说了,你要是个细腻不粗糙的女人,我也不会做糊涂事。”固然,我的个性强硬霸道,稍有不高兴,就算婆婆在场,我也会冲着储锐一番“河东狮吼”,为这,妹妹时常提醒我,女人不能太凶悍,要给别人留足面子。话分两头说,纵使我再不贤惠,也没有碰触原则性的错误,更不是你去嫖娼的理由。储锐面对我无休止的辱骂和指责烦不胜烦,“怕你多疑,我下班就回家,推掉了所有的应酬,成天跟孙子似的看你的脸色,你还要怎样?”

我的确过不去这道坎,也找不到好的办法驱散心中的苦闷,只能折磨储锐:嫌他脏,不允许他进卧室,他的衣物必须独立清洗,而且我将储锐嫖娼那天所穿的衣服内裤,包括鞋袜,又从衣柜里翻出来,全部扔进了垃圾箱。一想起储锐做的龌龊事,我就觉得他浑身爬满了像虱子一样令人毛骨悚然的脏东西,我本就有密集恐惧症,尽管是胡思乱想的虚构,但也使得我汗毛倒立、打冷颤,仿佛那些脏东西正慢慢地向我密集式地蠕动过来。内心的无法释怀,导致我犹如深陷于逼仄黑暗空间的困兽,看不到前方的光亮,甚至想用自杀得以解脱。

而且,我有几个知道内情的女友们也和储锐是一个腔调:谁让你骄纵不懂女人的柔情;他不过是一次嫖娼,又没动真格的,要是和外面的女人有了真感情,回来闹离婚,快四十了再失去婚姻,你更亏。面对女友们让我反省的“劝和”声,我真是伤感又无语,她们没有是非观,不论男人犯了怎样的错误,都是女人一手造成的,似乎我只要保住妻子的身份就是莫大的幸运了。

我和储锐的感情已经成了一碗腐烂变质的剩饭,让我再去淡然自若地面对他,很难,除非这事从未发生过。我现在的状态麻木且机械,成天怀疑自己染上了“脏病”,每隔一段时间就得去医院查体;储锐稍稍靠近我一步,我的反应就像受惊的猫咪,全身的毛孔眼都要炸裂开了。坦白说,离婚,我肯定不舍,苦心经营的婚姻谁也不想轻易放手,可我不知道自己能强撑到何时,想想余生要不停地咀嚼这份苦涩的龌龊,我的心又恨又痛……

专家援助

把焦点从对方的龌龊事儿上挪开

□ 邵咏梅(山东省中山心理治疗与咨询研究中心副院长)

真心理解并同情上述故事中黎颖女士“又恨又痛”、苦涩煎熬的日子。可以想象得出来,任何一个女人遇到类似的龌龊事儿都会如同她那样,需要相当长时间才能克服痛苦,慢慢度过这一现实中的大坎。这件事情的是非曲直都是显而易见的,她老公也拿出了改正的实际行动。她自己的圈内女友也给出了劝和的评估态度。而且她本人也有“离婚,我肯定不舍,苦心经营的婚姻谁也不想轻易放手”的基本方向。问题是黎颖眼下该怎样才能尽快“跨越”这一龌龊事件呢?

下边就让我们试着从几个层面来讨论一下这个困扰的难题吧。

一方面,公认“好丈夫、好爸爸”的储锐,在“好奇加朋友怂恿”等理由下,犯下了“男人好色”本能的差错,这是基本事实。对此,他自己从态度到表现都至少是“重新做人”了。另外,黎颖圈内女友置身事外相对清醒理智又相伴他们十三年婚姻历史,所以,她们的评估及劝和意见是值得认真参考的。还有,储锐、黎颖妹妹加女友们都共同反映了她本人存在的“凶悍”问题,这也对黎颖经营婚姻方面提出了值得冷静反思的长期大课题。

婚姻是需要夫妻二人共同谦让、合作、负责、彼此尊重、谅解包容才稳定下来

的生活共同体。婚姻里面的两个人还需要各自扮演好自己的性别属性角色才能让夫妻相互吸引,增强家庭的凝聚力。一个十余年过于骄纵、霸道,为半点儿小事也随时“河东狮吼”的妻子,试想,性格再好的男人也可能被她推到外边去的。所以,现在的黎颖需要把一部分注意力转向自己对待婚姻如何经营的反思方面来,而不只是死钻对方的龌龊和“脏病”。

另一方面,黎颖的心理问题不容忽视。

从事件之前黎颖在婚姻中的一贯性格表现,到丈夫龌龊事件发生之后她长时间处于高强度过敏、多疑、焦躁、恐惧、神经质的状态,还有她反复去医院检验排查举动等,所有这些表现都让我们有理由认定黎颖自身心理结构方面存在病理问题。这些特征可能的指向是她潜意识里边明显缺乏安全感,心理结构没有发展成熟。这种病理状况应该是黎颖在婴幼儿时期心理方面曾经遭受过某类精神伤害。

一个人从出生开始,心理结构就高速发展成用于一生的基础框架,并在大约六岁之前完成了这一架构。如果这一时期成长环境出了问题,她的心理基础框架就会留下病理缺陷。当她在人生某阶段遇到这个框架承受不了的过强刺激时,心理病症

就会完全表现出来。在没有发病之前,其实在许多细微方面也可以反映出其内在结构方面的问题,比如任性、脆弱、过敏、霸道、脾气暴躁、凡事以自我为中心、缺乏女人柔情包容的能力、不抗压力和打击,还有洁癖等等。而本案例中的黎颖就是一路走来都如此这般表现的。

所以,在此我建议黎颖女士,一方面你要试着反复回想朋友们都是怎样劝说你,并要努力试着把一部分注意力诚心转移到对自己的反思方面来。你还可以把自己的反思结果经常与丈夫沟通交流,也多听听他又是怎样理解夫妻婚姻之道的。这样做会增加你作为人妻的魅力,也有利于帮助储先生更加自律。

另一方面,你应该尽快就心理医生,最好就诊以分析式深层心理治疗为导向的医生。这些专业医生会帮助你发掘潜意识里面的深层病理冲突问题。这样可以使你有机会早日告别疑神疑鬼的黑暗日子,并且可以帮助你真正心理结构成熟有效起来。这类深层心理治疗对你自己的一生,还有你的孩子、家人都会帮助巨大。从此,你会变成一个真正成熟、温柔、强大又知性的美丽女人。这还会让你有力量吸附好储先生,过上正常幸福的婚姻生活。

小辉是一名初二学生,懂事,内向,学习成绩一直不错,但最近妈妈发现他经常闷闷不乐,学习成绩不断下滑。可是,无论妈妈怎么问,他都说没事。

面对不愿开口讲话的小辉,我让他画了一张“房——树——人”,小而拘谨的人物画像说明了他自我评价较低;树干的下部有一个比较大的伤痕,说明在他幼小时经历过比较大的创伤。

我猜测小辉的成长过程可能有些问题,于是让他到另一间房子,我先询问妈妈单独了解情况。小辉有一个比他两岁的哥哥,父母很想再要一个女孩,于是在他半岁后就被送到了姨妈家,两年后有了妹妹,当他3岁多的时候才回到了父母的身边。

回到家里的小辉与在姨妈家判若两人,在哭闹一段时间后,原来活泼外向、调皮快乐的小男孩变得沉默寡言,但很乖很懂事,而且从来不向父母提非分的要求。

知道了“病因”,我又与小辉单独进行了沟通。当问到他在家里的感受时,小辉表示家里人对他都很好,但眼睛却是低垂的。当问到刚回到自己家里的情况时,他忽然泪流满面,一边摇头一边掩面啜泣。他说在姨妈家是他人生中最快乐的时光,姨妈姨夫及两个姐姐都很疼爱他。但是当他回到陌生的自己家的时候,他不停地哭闹,刚开始父母还比较关心,后来就不耐烦地

训斥和恐吓,渐渐地他停止了哭闹,但恐惧、无助和孤独一直陪伴着他,他总认为自己不是这个家庭的一员。当我问到是否有愤怒的情绪时,小辉惊讶地看着我,看到我鼓励的眼神,他用力地点了点头。

他一直想问父母两个问题:既然当初不想要他,为什么不把他打掉?既然送给了姨妈家,为什么又把他接回来?他觉得父母特别自私,仅仅考虑到自己的需求,从来没有想过他的感受。另外他还发现,父母有时很偏心,妈妈疼爱哥哥多点,爸爸更疼妹妹。父母很少批评他,有时还有点小心翼翼,但他的感受是虚伪和疏远,所以,他不想给他们说自己的心里话,他只有回到姨妈家才感到全身心地放松,可是,父母却很少允许他去姨妈家,这些都让他很无奈、很愤怒。

寄养的原因有多种,或因为计划生育,或因为外出务工,或因为工作繁忙,或因为偷懒不愿付出,关键是很多父母自认为孩子小不记事,而且照看者都是自己的亲人,不会亏待孩子。殊不知,依恋关系的发展始于3个月,到2岁时基本明确建立。而且依恋关系是指婴儿与母亲或主要照看者之间形成的一种正性情緒连接,也就是说母亲不是婴儿唯一的依恋对象。另外,婴儿时期的依恋关系模式会影响人的一生。所以,回家的孩子不亲父母不是他们故意为之,是潜意识的疏远导致的。同时,有的父母在意识层次很想加倍补偿孩子,但在潜意识里他们也在挑剔孩子,看不顺眼,因为孩子的身上有着别人的影子。所以,这种人间“小悲剧”是我们无法用理性可调控的。

看来,本案例首先要做的应该是改善亲子关系。我为他们提出了如下建议:一、父母要从内心多关心和疼爱小辉,让爱填充彼此间的沟壑;二、小辉要从社会大背景下多理解父母,有理解才能有接纳;三、帮助小辉寻找自己与父母的相似之处,通过建立连接,加深他与父母之间血浓于水的感情。

走进咨询室

被寄养的「乖」男孩

■杨素华 山东商职业学院心理健康教育中心副主任、心理学教授「青未了·心理工作室」专家顾问团成员

