



求助热线——
讲述心灵困惑 聆听专家释疑

热线: 18764175582
QQ: 541739910
邮箱: qjwan2007@126.com

儿子婚姻事业双失意 是我们的错吗

口利 华(化名) 记录:舒 平

这段时间,儿子大维完全是破罐子破摔,我和他爸爸看在眼里急在心里,可大维倒好,口口声声说我们:“活该!这是你们的报应!”堵得我们没有话说,他这样颓废,这真的都是我们的错吗?

大维今年已经30岁了,有一份非常好的工作,我和他爸爸也都是国企的负责人,家庭条件也算比较优越,大维的媳妇是和他一起留学的同学,俩人感情基础也不错,结婚后,很快有了孩子。在外人眼里,我们这个家庭已经很圆满了,可是,大维却非得要把好好的一个家折腾得妻离子散。

先是工作时吊儿郎当,然后,不等我们知道,他自己和人合伙开了一家外贸公司,投了不少钱,又不好好管理,扔在那儿纯粹是赔钱。那就是一个无底洞啊,每天都赔钱,我们劝他及早关闭,他不听,硬撑着,东挪西借了一大笔钱,像滚雪球一样越滚越大。

然后就是闹婚外情,闹得沸沸扬扬,经常住在外面酒店里夜不归宿,这对得起老婆孩子吗?我们劝他,他就和我们闹,说我们什么都管着他。现在他看见老婆就烦,看见我们更烦,唯独对孩子好一点,难得回一趟家,就和孩子咋咋呼呼说两句,对我们就像见了空气一样,视而不见。

我们实在没办法,就找大维最好的朋友小乐商量,想知

道大维到底想干什么?小乐说大维每次和我们闹过一场,他说他自己心里也不好受,但就是控制不住想冲我们发脾气,他觉得他之所以到今天,做什么都做不好,都是我和他爸爸的错,是我们从小到大老干涉他,不给他成长的机会,所以,现在,无论我们做什么,他都不领情。

那天,和小乐聊了很久。我们也回忆起了大维小时候的很多事情,大维对我们最耿耿于怀的是两件事情,一是他6岁那年,我去英国进修两年,大维当时就觉得妈妈不要他了,不疼他,这是他心里的第一个坎;第二个坎是他上高中时,他和一个不怎么学习的小姑娘谈恋爱,我们反对,他激烈抗争,后来,他出国留学,才慢慢和那个小姑娘断了。这两件事,我们都和大维反复解释过,如果说他当时太小,不能理解,那他现在都是成年人了,为什么还这么意气用事?

就说他搞婚外情吧,搞婚外情总不对吧?我们做父母的尽父母的责任,劝他珍惜老婆孩子,这是对他的干涉吗?还有他开公司,接触了一帮人,以我们的社会经验,一看就不行,他不听,晚上跟着那帮人喝酒,唱歌,洗桑拿,通宵不归,万一他的事情被单位知道了,开除了怎么办?我们总不能眼睁睁看着他走上歪路啊?

前两天,儿媳抱着小孙子

来找我们,话说了一半就哭了,说大维已经提出来要和她离婚了,让我们和她一起想办法劝大维回心转意。唉,这桩婚姻,可是大维自己选择的,虽然,人是我们介绍认识的,可他们一起留学时,他也说喜欢人家,后来,又交往了几年才结婚的。现在,结婚才不到三年,就搞婚外情,闹着要离婚,这算什么事呢?

实在忍无可忍,我和他爸爸就自己开车去酒店找大维,没找他还好,找到他,我和他爸爸肺都气炸了,大维在干什么呢?一个30岁的大男人,就对着电脑玩一些乱七八糟的游戏,见了我们,自己抽了根烟,吞云吐雾地继续玩游戏!他爸爸当时就气得甩门走了,我也是痛心疾首啊,这个孩子心智太不成熟了!

可是,怎么办呢?我们从此以后就这样放手不管了吗?大维现在欠下的债已经不是一点两点的小数目了,如果他再这样继续挥霍下去,后果,我们想起来就不寒而栗啊!听小乐说,大维自己也很困惑,甚至想找心理医生看看自己是不是心理有问题?不管怎么样,这么多年,如果他心里真的有什么心理阴影,我们依然愿意陪着他一起去面对,不管曾经是谁的错,重要的是眼下,要走出来,好好走好以后的路,所以,请专家一定帮助我们……



专家援助

该放手时且放手

□崔桐鸣(山东润心心理咨询研究中心主任、“青未了·心理咨询工作室”专家顾问团成员)

读利华女士:

您好!大维的现状的确令人闹心。“他这样颓废,这真的都是我们的错吗?”以笔者个人之见,真的不能说“都”是。

我们知道,一棵树的成长,需要很多的因素:树坑大小是否适合,水分是否适量,阳光温度是否充足,是否有人监护管理等等。在每一个环节上出现缺乏或过度,都有可能给树带来不同程度的伤害,比如浇水,过涝过早皆不利。而一棵树,生来就会一边向大地深深扎根一边向着太阳伸展,这是天性,即使早年受过不同的伤害,很多树木也会带着伤疤,依然长得高大强壮,成为栋梁之材;而结疤之处,反而会变硬,更好地防止病虫害侵袭。人的成长具有相似性。幼儿时期,孩子没有能力提供给自己生存发展所需,家庭父母的作用至关重要,关爱过度与不够同样都会形成不良影响,甚至伤害。随着慢慢成长,孩子会受到父母之外的学校、同伴、社会、文化等多方面影响。同样在孤儿院长大的孩子,幼年被遗弃的经历会造成心理创伤,但是,他们长大后也会有不一样的人生。一个人成年后,事业

或婚姻不如意,显然不能全部归因于父母。父母纵然过去有些不当之处,对孩子的成长留下些伤痛,但三十年了,他的事业与婚姻,也不能说“都”是父母的错。

虽然不是“都”,但您也开始反思,做父母的是否有责任?不可否认,的确有。大维三十岁了,是个男人、丈夫、父亲。年幼时,父母作为监护人,尽职尽责给予他所需要的关爱和引导,犹如给小树苗系上铁丝防止大风吹歪吹倒;当孩子一天天长大,步入成年,逐渐有能力应对风雨,走向自我完善时,父母可以相信他,允许他走自己的路。他会有自己的事业,自己的朋友,自己的婚姻家庭,有能力为自己的行为做出选择,同时也去承担选择带来的种种后果。如果仍像小树苗时期铁丝捆绑在身,阻碍了他内在的力量,试想这棵树会有怎样的感受?常见种花的人会定期换盆,如果不换,成长的根须可能会撑裂盆底,带来破坏性的后果,因为花盆已经限制了成长。所以,为父母者,该放手时且放手,根据不同年龄幼

年时过度保护的绳索,给孩子提供更大的空间。大维的表现或许给我们提出了新的功课,建议您和大维不妨想一想,是什么让大维一见你们就烦?三十岁了,离开父母妻子住在酒店里玩游戏,他在满足什么又逃避什么?为什么愿意和那些你们看不惯的朋友在一起?作为父母,曾经的所作所为,满足的是孩子的需要,还是自己内心深处的某种需要?

“不管曾经是谁的错,重要的是眼下,要走出来,走好以后的路”,只有现在才最重要。对大维而言,成长中经历的“坎”,的确造成了影响,多少会有未完成的种种心结,大维也许需要在专业人士的辅助下,尝试去表达出压抑的情绪和愿望等,解开心结,以新的姿态面对现在。放手不是放弃,“我们依然愿意陪着他一起去面对”,在他需要的时候,父母仍是重要的支持力量。

心理治疗师萨提亚如是说:“爱你,而不用抓住你;欣赏你,而不需批评你”,也许适用于您跟大维之间。深深祝福!



文/徐秀

随着WiFi的全覆盖和智能手机的普及,WiFi已然成为人们,尤其是大学生们必不可缺的“生活伴侣”,四处寻找免费WiFi甚至高雅地被“手机控”们升级为时尚。

WiFi即无线宽带,全称Wireless Fidelity,是一种短距离无线技术。它之所以在高校走红,主要有两个原因:一是它摆脱了以往的一线一机模式,实现了随时随地地上网,可以在宿舍不受约束地欣赏电影、微信语音,可以在餐厅边吃边看边刷屏,可以在排队购物时浏览新闻、QQ聊天;可以在自习室接收多媒体课件、上交作业;二是节省钞票,可以肆无忌惮地免费蹭网,享用WiFi带来的天堂般的福利。难怪网友们开心地创作段子“让我们红尘作伴活得潇潇洒洒,策马奔腾共享WiFi密码”。

但WiFi时代,大学生们真的都能得到天使般的回馈吗?如果下面片段在你身上持续上演,小心你已被WiFi绑架。

你总在询问“这儿有WiFi吗?”

一天不上WiFi就会感到不安、焦躁和不适;你不愿错过网络上一个数字、一个画面;一些新鲜的热词,你听不懂就会恐慌;每天不拍饭菜、秀陶瓷肌、晒小恩爱周身不爽;你不能落伍,你也不敢落伍;你注意力不集中,视力减退;你不愿与亲人或朋友面对面交流,稍被打断WiFi,就恼怒不已;你可以不吃不玩,但绝对不能没有WiFi;你像对待恋人一样依恋它,情愿被它拽上信息高速不归路。

2014年5月28日《新民晚报》辩论《大学该不该限时屏蔽WiFi?》,分析WiFi有功还是惹祸,不听讲,不锻炼,谁的责任,帮助学习还是干扰学习;同年7月22日《中国青年报》调查《大学开通WiFi 73.2%受访者发现周围涌现“低头上课族”》,72.2%受访者坦言“课上低头”确实影响听课,52.3%受访者不支持把WiFi无差别覆盖教室,因为经不起诱惑;同年9月17日《武汉晚报》透视《大学食堂开通WiFi学生吃完赖饭在食堂“蹭网”》,导致就餐高潮时座位不足……

随着新一轮科技发展和信息化技术整合的提升,校园信息化正在向智慧化迈进,智慧校园背景下的大学生更应理性抓住高科技提供的学习便捷方式,增强自主性学习,合理规划人生,合理利用WiFi。痴迷无线网络的娱乐馈赠,从生理上解释是人之本能。但“这世界一切形成多决定于人的‘意志’,并非‘偶然’,亦无‘侥幸’可言。对自己尽管苛刻,征服自己一切弱点,正是一个人伟大的起始”。

小坤是一名大三的学生,已经三次参加了一个对他来说很重要的上岗职业资格证书考试,但都因为过度紧张而没有通过。在他第四次即将走进考场的前一天,他走进了心理咨询室。他坐立不安,双手颤抖,一再恳求老师要帮帮他。

对于这样的来访者,语言的安抚是很无力的,对于寻找原因他们根本没有耐心,所以,比较好的办法就是让他与自己的内心进行连接,通过潜意识为其减压。

通过心理聚焦疗法让他感受内心的焦虑情绪,并通过意象或情景将问题外化。他在体验焦虑情绪

时眼前出现了一座独立的6层楼,只有一个单元,外墙是丑陋的水泥面,没有任何装饰,没有窗户,里面挤满了焦虑不堪的考生。这些画面比较明显地投射出他的恐惧、焦虑及对考试的厌恶和无奈,怀着这种心情参加考试,结果可想而知。

在比较全面地了解他的情绪基础上,我将他导入浅度催眠状态,与他一起创造了一幅很优美的画面。并经过多次训练,在他焦虑时,让他的脑海里浮现出他喜欢的这个画面。

做完心理聚焦疗法和催眠后,他的焦虑情绪明显降低,考试焦虑自我评分为:做咨询之前是9.5分,做完后为4分。

一个星期后,他又一次来到咨询室,其目的有两个方面:其一,感谢老师对他的帮助,因为这次他顺利通过了考试;其二,他希望老师帮他解决另外一个心理问题——每当取得了比较好的成绩后,他就无法延续良好的学习状态,并且一直到下一次考试之前才能进入学习状态,但他认为和“骄傲、浮躁”无关。他曾经尝试过各种办法激励自己,但都无济于事。可是,他又非常看重考试成绩,他认为这是造成其考试焦虑的最主要原因。

事出有因。原来小坤的父母一直在外地打拼,他和哥哥小时候跟着爷爷奶生活,父母只有在过年时才回老家。在他5岁时,大他两岁的哥哥要上小学了,父母就把哥哥接走了。随着哥哥的离开,他感到极度的孤单、不安和担心,包括愤怒,他经常哭闹,没人能安抚他,只有爸爸妈妈打来电话哄哄他,他才能消停下来。

自从上学后,他一直和父母生活在一起。但是,忙于生计的父母很少关心哥哥,家里请着保姆,负责一家人的生活起居。而文化程度不高的父母很看重孩子的学习成绩,每当考试结束后,父母都会格外关注他们的学习情况,并会与老师沟通。

小坤的价值观、做事方式显然深受父母的影响,所以,他也会只重结果,不重过程,更谈不上享受在努力获取知识过程中的乐趣。另外,小时候“被抛弃”的经历,让他特别重视父母对他的态度和评价。他自认为对父母是“讨好”的,是特别善于察言观色的。从心理学的角度分析,他所做的一切都是全心全意为父母,而极少考虑自己的需求。

在我的分析得到小坤认同的基础上,我为他提出如下建议:一、首先要理解在其小时候父母的做法,那时候的“抛弃”不代表他们不爱他,而是为了给哥哥俩创造更好的生存条件;二、他现在已是21岁的男人了,应与父母划清“界限”,为自己的需求和目标而努力;三、寻找自身的优势资源,提升改变自我,战胜自我的信心。

走出『考试焦虑』的男生

走进咨询室

■杨素华 山东商职业学院心理健康教育中心心理学教授“青未了·心理工作室”专家顾问团成员

心理提示

小心被WiFi绑架