求助热线——
讲述心灵困惑 聆听专家释疑
热线：15169132840
QQ：874273209
邮箱：diya3988@163.com

我家三口人之间的关系怪怪的

口述：余烁(化名)
记录：小雅

半个月前的一天晚上,我加班回家又看见妻子在卫生间帮儿子洗澡,15岁的儿子,个头都超过他妈妈了。我对妻子老话重提,“跟你讲过多少次,儿子长大了,你对他该有分寸有距离感。”妻子冷冷的不说话,该做什么做什么。儿子不吭气,低着头进了妻子的卧室,随后传出娘俩亲昵的交谈声。这就是我家的常态,妻子永远垂着眼皮不正看我,儿子一直和他妈妈一起睡,性格柔弱到有点委屈就掉眼泪。

先说我和妻子的关系吧。当初,我俩的介绍人是我的领导,他和我父母交情甚好,和妻子家又沾点亲戚关系。恋爱时,虽和妻子不怎么合拍,可碍于面子,又到了谈婚论嫁的年龄,就稀里糊涂地进了围城。

妻子这人好钻牛角尖,在和我妈的关系上她就走进了“死胡同”,起因是我妈坚持不照看孙辈。我妈热爱旅游摄影,退休后,经常拽着我爸去旅行。在儿子三四岁之前,是我和妻子生活工作最忙乱的几年,我处在职位上升期,妻子面临工作调动,老岳母又被查出肺癌,不到一年便去世。为这,妻子对我妈相当不满,“谁家没有婆婆的帮衬?你妈活得太自私了。”

我理解妻子心境和委屈,可我又不好干涉我妈的生活,妻子便将所有的怨恨横加在我身上。我病了,让她帮着拿点药,她会说,“找你妈去。”我喝醉酒,躺在地板上,她能绕过我的身体来回走,也不给我盖个被子。和她理论,她照旧还是那句话,“让你妈管你去。”妻子很少去我父母家,就算去了也仿佛是天大的恩赐,“吃你妈做的饭,已经够给她面子了。”妻子对我妈的不敬,成了我心里的疙瘩。

我和妻子都属于闷声不吭的类型,即便争吵,也是几句话就陷入沉默。一来二去,沉默变成了冷漠。在外人眼中,我俩是从不吵架的恩爱模范,只有我深知,家庭过分安静的背后是浸入骨头的寒凉。如今,我和妻子分居也有七八年了,很少沟通,日子过得犹如变质的剩饭,吃不死人,但绝对有害。

再说说我儿子吧。我对儿子唯一焦虑的是,他很黏妈妈。儿子五岁时,我让他和父母分床睡,他噙着泪花说“我害怕”,妻子也坚决不同意。直到今天,儿子仍旧和他妈妈睡在一个床上,“睡在妈妈身边踏实”,这是儿子的理由。有一次,我急了,把儿子的被褥抱进次卧,“你必须学会独立睡觉。”15岁的儿子,一听要和妈妈分开睡,居然低着头,流露出抵触和绝望的神态。

妻子有一天晚上参加同学聚会,从九点开始,儿子不停地给妈妈打电话,问她什么时候回来。过了十点,儿子磨磨蹭蹭地不肯上床休息,见我催得急了,他嗫嚅道,“妈妈不在家,我睡不着。”我真想痛骂一顿,让他明白和妈妈也是有男女界限的,又担心自己口不择言,再伤了孩子。妻子对我的忧虑向来不以为然,“他再大也是我儿子,你有什么可多想的?”

我们三个人似乎都有问题:我和妻子的关系更像是一种持久的习惯,我也有过离婚的念头,但转瞬间就掐掉了,我们有共同的孩子,共同的财产,共同的义务,如果离婚,一切都得大乱。离婚后又会遇到什么样的女人,生活会比现在幸福吗?我可没精力去折腾了。我想,妻子或许也是这样的想法,她说过,“好坏这都是个完整的家。”中年夫妻就是如此的现实。儿子呢,对我敬而远之,对他妈妈依恋过度,我怎么看都觉得别扭不舒服。这个家怪怪的,但我找不出怪的原因到底在哪里……

【专家援助】

停止抱怨开始行动

□知尘(心理咨询师、“青未了·心理咨询工作室”专家顾问团成员)

读余烁的倾诉,不禁感慨,一个畸形的家庭对孩子心理的健康成长是多么不利。我给余烁的建议是积极求助专业的家庭治疗师,制定系统的家庭治疗计划,即三个人都参加的治疗。在一个家庭中,最主要的关系首先是夫妻关系,其次才是亲子关系、婆媳关系等,但在余烁的家庭中,亲密关系几乎是空白的。情感的疏离导致身体的疏离,身体的疏离更加深情感的疏离,导致夫妻关系越来越稀薄。

不是所有的夫妻都是因为爱情而结婚,许多夫妻在婚姻之初并无深厚的感情,但通过不断地经营呵护,他们最终成为人生路上最亲密的伴侣。显然,在建立和经营呵护亲密关系上,他们都有不可推卸的责任。有位做离婚案件的律师朋友对我说,当一个女人在情感上更加依赖儿子而不是丈夫时,责任更多在丈夫,因为他一定没有给予妻子足够的关爱和温情。余烁的妻子让我想起张爱玲《金锁记》中的七巧,不知她是否读过这篇小说,是否能意识到自己和七巧的相似,是否意识到对孩子过度的依赖掌控最终会害了孩子。

当面对一个问题时,应当多承担一些的必然是首先意识到问题的人。余烁已经意识到了自己家庭的问题,无论妻子是否意识到,是否愿意配合,这都是非常可喜的一步,因为余烁完全可以通过改变自己而影响妻子和儿子。余烁可以先自己咨询家庭治疗师,然后按治疗师的指导和妻子交流。交流的目的不是指责和埋怨,也不是争个谁对谁错,而是为了家庭幸福,为了孩子更好地成长,我相信一个真正爱孩子的母亲不会无动于衷的。问题不是一天两天形成的,解决起来也必然不是一天两天的事情,做好心理准备,温柔地坚持,必将重塑良好的家庭模式。

余烁应积极努力地承担起父亲的责任,多多陪伴儿子,周末经常带儿子出去打打球爬爬山聊聊天,逐步建立起良好的父子关系。如果父亲缺失,儿子长期和母亲在一起,对性格的形成的确很不好。父亲的果断、勇敢、坚强对儿子的影响至关重要。不必说教,只要和孩子在一起,以父亲的阳刚影响他,孩子就会慢慢呈现可喜的变化。

对父亲母亲孩子三个人的家庭来说,每个人都是家庭的核心人物,都是必不可少的,否则这个家庭就会失去平衡甚至解体,我们熟悉的作家周国平第一次婚姻的解体就是因为女儿妞妞的死。在倾诉中,余烁谈到妻子和婆婆的矛盾。婆媳关系历来是中国家庭最激烈的矛盾,余烁作为夹在两个女人之间的男人应起到平衡调和的作用,而且首先要维护的不是某个人,而是某个关系,那就是排首位的夫妻关系。余烁认为尊重母亲的个人生活方式是应该的,余烁的妻子则认为一家人就该互相帮衬,两种观点没有对与错,只有分歧。如何处理好这个分歧,不让这个分歧影响到夫妻关系才是最重要的。当妻子处在孩子幼小母亲身患重病的焦心疲惫中时,余烁是否给予了妻子足够的温暖和安全感?是否承接并共情了妻子对婆婆不伸援手的委屈和不满?我个人以为,纵然个人生活很重要,但一家人毕竟是一家人,如果在家人遇到困难时都不伸把手,那么,就失去了一家人的意义。余烁妻子生气是情理之中的,锦上添花不难,难的是雪中送炭。

人心都是能焐热的,尤其是女人的心。只要余烁对妻子真正地关爱和尊重,她一定会感动的。我想对余烁说,妻子不太愿意搭理你,是因为她感到自己在你心中没有位置,寒心了。先从自己做起吧,真正对妻子好,帮着做家务事,下班回家陪伴孩子,多关心孩子的学习和想法,给孩子去开家长会。从今天起,停止对孩子的抱怨,当他表现出胆怯时,给予他温暖的关心和鼓励。比如当孩子说不敢独自睡时,他表达的更多是一种需要,一种陪伴的需要,完全可以摸摸孩子的头说,好吧今晚和爸爸睡,然后趁机给孩子讲点勇敢者的故事,比如鲁滨逊。

好的教育是潜移默化的,足够的耐心和关心给予孩子,一年二年三年,持之以恒,相信孩子的男性意识终有被唤醒的那一天。足够的关心和爱心给予妻子,相信她必将温柔相报,和你亲亲热热共度此生。

停止抱怨,开始行动,和余烁共勉。

心灵成长手记之十一

长不大的儿子

□文/安洁
(国家二级心理咨询师、资深媒体人)

他是母亲的小儿子。三个孩子里,哥哥因为聪明且是头胎,得到母亲很多关注,妹妹年纪小自然也多受疼爱一些。

父亲与母亲都曾有着显赫的家族史,他在年幼时也过着锦衣玉食的日子,只是好景不长就被时代的变化给打破。自此,父亲变得脾气乖戾,使他不敢靠近。

大约七八岁,他和哥哥一起上学,被大孩子欺辱。用黄沙灌满衣服,强迫吃土,哥哥勇敢回击,而他,却习惯了忍受与谦让。因为这分退缩,常常被母亲骂,哥哥聪明、成绩好又独立,他总是生活在哥哥光环的阴影下。

特殊年代中的母亲,有很多的不容易。不会做体力活,被别人欺负,他都看在眼里。他最希望做的是成为母亲乖巧的儿子,不让妈妈操心,体谅她的情绪,满足她的期待,甚至去替妈妈受苦。因为那是他最爱的人,是他希望能得到爱与关注的人。

所以,妈妈的情绪,孩子往往不自觉就扛在了身上。

18岁,他想去考电影学院,母亲不让。他偷偷跑到北京去报了北影,面试结束后,千军万马走独木桥,以为没有希望,索性找了份工作干了起来。

从上海到北京,这一漂便是十年。

在北京的第二年回家后才知道,那年的秋天,他就收到了北影的录取通知书,但母亲并没有告诉他。

坐在我对面的他,叙述这个细节的时候,两只手放在腿上,来回地拧着。

问他有没有后悔过?他甚至没有丁点的抱怨。只是告诉我,妈妈不愿意,后来也不想这个事情了。

然而,说是不想,他却在上海找了个会演戏的老婆。

此后,半辈子做过各种生意,钱赚了不少。每当赚到大单,总会最先给父母买礼物。房子、钱、医疗保健,都是他来承担。然后,母亲却总是念叨那个到日本留学就再不回来的大儿子和移民加拿大的女儿,他们都是她的面子与荣耀。

他也有很多机会可以出国,妻子、儿子都在国外。唯独他,总丢不下母亲在国内。

“只有和妈妈在一起的时候,才是最开心的,感觉自己就像个小孩子。”说这句话的他,已经51岁。

半百的年龄,似乎从来没有得到过母亲真正的关注。但之于这个孩子,只要能待在母亲身边就足够。

此时,他不能忍受与母亲的分离。80多岁的母亲,癌症晚期,在医院里时日不多,他坐在我的面前,哀伤、紧张又焦虑。

“我现在每天都去医院陪她,有时候她认识我,有时候不认识。我喂她吃饭、陪她聊天,她很可爱的,像个小孩子一样。”

“我想只要她能多活一天就是一天,我这样陪着她就很满足了,她不认识我也没关系,她把我当成别的人也没关系。我真的不知道她不在了以后,该怎么办?我就成了孤儿了。”

母亲生病以后,最爱的大儿与幺女都在大洋彼岸,陪伴她的,还是这个她最不喜欢的懦弱的小儿子。

将近一个小时,他始终不敢看着我的眼睛,棒球帽压得很低。他颤抖着、结巴着、纠结着讲述现在的他对母亲那分深深的依恋。

一个未曾长大的儿子,又怎么能处理与母亲的分离?

变老容易,长大不易。