

新闻背景:10月8日张靓颖在微博上宣布与冯轲的婚讯,次日她的母亲张桂英发布了公开信,严厉指责准女婿的各种“不靠谱”行为,其中不乏涉及到张靓颖的隐私。张母撕破脸皮的犀利做法可谓惊动了整个娱乐圈。

不放手和父母反抗到底的子女

在这里,有关张靓颖的是非我们不做评价,单讲张母极端的做法是否妥当。其实,明眼人都能看出,张靓颖的情感及婚姻有诸多“不对劲”的地方,可怜天下父母心,没有哪个母亲能做到风轻云淡的无视。只可惜,事情尚未弄出个所以然来,时隔几日,张母已与女儿、准女婿上演了和解的戏码。张母担忧的问题仍旧没有解决,冯轲所表达的誓言也不过是口头说说而已,显然,鱼死网破的极端毫无作用可言,不仅将难堪的隐私公之于众,母女之间的隔阂也会更深。

中国家庭普遍缺乏界限感,父母始终持有控制的心态,认为孩子是我的,我管他(她)天经地义。父母不放手自然要遭到子女的反抗,一旦出了问题,往往会出现“你不听我的我就毁了你”的极端做法。

有一组数据列出了父母热衷于干涉子女的方方面面:谈恋爱结婚占78.2%,找工作和职业发展方向占60.2%,选择学校占59.3%,选择专业占54.1%,衣食住行等日常生活占42.5%,培养下一代占37.7%。“我是为了你好”,这是众多父母掌控子女的生活最擅长的理由。

热线中一位51岁的女士倾诉。她始终意识不到儿子已经结婚成人,总感觉媳妇是和她来夺爱的,“儿子是我的,凭什么要我儿子早起陪她去晨跑,我儿子连早饭都吃不好。”这位妈妈为了宣示自己的主权,坚持每天安排儿子的生活起居,什么上衣搭配什么裤子,工资要上交父母,给儿子多少生活费,全得她做主。媳妇自然难以接受,和婆婆的矛盾愈演愈烈。在小孙子出生刚五个月时,媳妇忍受不了婆婆和娘家妈妈为孩子的喂养及照顾而天天争吵,最终提出离婚。由于尚在哺乳期,孩子判给女方,婆婆心碎的不是儿子婚姻破裂,而是气不过“我的孙子为什么要判给她家,我儿子还要拿抚养费”。

大多父母有一种根深蒂固的理念,“我活着就是为了孩子”,“我所付出的一切都是为了孩子”,似乎父母活着就得和子女们“绑定”终生,你不听我的就是大逆不道,无形中给子女形成了一种道德绑架。在缺少尊重和尊严下成长起来的孩子,要么是屈从的乖宝宝,一切都听爸妈的;要么就是叛逆的反抗,哪怕自己错得粉身碎骨,也要和父母对着干。

清晰父母与子女间的界限感

心理学家海灵格在“家庭系统排列”中明确指出:每个家庭成员都要扮演好自己的角色,角色乱了,家庭就会隐藏危机。中国的父母和子女最缺失的就是良好的互动沟通,父母不屑与子女沟通,子女感觉和他们有代沟,更是懒得多说。

我们还是把焦点放在张靓颖母亲的做法上。张母的担忧是有理由的,一个单亲妈妈养大女儿的艰辛,外人难以体会,她有太多的不安全感,生活的阅历足以让她看清女儿前面路上的诸多风险。偏偏女儿不听她的,坚信自己的选择是幸福的。

眼看着孩子在走弯路,父母真的就不能管吗?坦白说,遇到这种状况还真没办法,英国哲学家罗素说:父母告诫已经长大成年的孩子们别犯错误这是徒劳的。既然告诫徒劳,做父母的就得接受现实,放手不管,因为成年人的世界自然会有他们的生存法则。

朋友的女儿爱上一个离异男人,朋友偷偷去调查男方离婚的原因。他不仅家暴还赌博,因为岳父没借钱给他,便动手打了岳父,前妻无奈之下提出离

婚。做妈妈的岂能将女儿嫁给“渣男”。为了挽回女儿的心,她监视女儿的行踪,去男方的单位和家里警告他“必须和我女儿分手”。妈妈的阻碍反倒激起女儿的逆反心,她以失踪的方式迅速和男友未婚生子。可不到两年时间,女儿带着被男友家暴的伤痕,流泪抱着孩子回了娘家。

我问过朋友的女儿,明知此男不靠谱,为何不听妈妈劝阻?“那时妈妈让我丢尽了人,在大庭广众之下扇我耳光,骂我不要脸,我满脑子想的就是远离她。”极端的做法只能将亲情推得越来越远。父母能做到的,除了提供建议和精神上的引导,分析事情的利弊,还要坚守自己的界限原则,孩子已成年,他(她)有能力,也必须学会承担选择的后果。有一种成长是要经历吃亏、“撞南墙”的惨痛,才能长大,就像朋友的女儿,一次挫折,让她明白了许多道理,懂得用思考来审视眼前的生活。

父母和子女都需要独立的人格,以及清晰的家庭界限感。好多成年子女一面宣扬独立,“我的事情我做主”,一面却将买房子、买车、成家理所当然地看做是父母的事情,父母就应该无私地为子女付出。热线中经常听到媳妇抱怨婆家没给买房子,儿子记恨父母没本事给自己安排好工作,一种理直气壮的“巨婴心理”。所以,清晰的界限感对家庭尤为重要,父母懂得割舍放手,过好自己的生活;而子女,也要明白成年人该承担的责任。这也就是我们常说的家庭成员要相互尊重,要保持亲密的距离感。

最后,分享一段90后创业者、世界经济论坛全球杰出青年孙宇晨写的《新文明宣言》,对父母和子女如何保持正确的界限很有启发:

1、尽量不接受父母的经济帮助,我们应该明白,任何经济资助都伴随着条件,哪怕来自父母,也伴随着控制。天下没有免费的午餐。

2、尽早独立,让父母成为你的朋友,而非保护伞。父母与你是一种平等至亲的关系,我们的成功与独立不应牺牲父母的福祉与自由。反之,父母没有权力要求子女为其而活。中国文化把父母子女捆绑在一起相爱相杀的年代已经结束。

3、父母对于你人生的建议只是参考,而非命令,超过父母,让他们骄傲。

4、若有不满、反抗,应尽早与父母和解。与父母从反抗走向和解,是一个与过去传统和解的过程。独立是和解的前提,和解是幸福的先导。两代人必然有冲突,尝试冲突和解是成长与释然的证明。



“心理看台”看家事国事天下事,事事是心事。网络随身,世界随心,心随心动,且听天舒随e说。

【心理看台】天舒随e说

爱的方向心的朝向

《我们如此深爱儿女,他们为何不“爱”我们?》一文中,作者龙建刚记录了老友在国庆假期探望独生女儿想给其意外的惊喜,结果却碰了一鼻子灰:女儿责怪父母为什么不经她同意就来南京,天天微信,还有什么好想的,爸爸妈妈想叫女儿陪着转转,女儿说要和同学去苏州玩,转身就走了……夫妇俩在南京转了一天,越想越不是滋味,索性乘高铁返回广州。

【点评】:令人欣慰的是,故事以父母和孩子的和解收场。老教授夫妇的女儿主动打电话向父母道歉,承认了错误。教授夫妇也和女儿做了深入的沟通。为什么爱会渐行渐远,确实发人深省,也会有种种要调整要修缮的细枝末节,但最令人反思的是爱的方向也就是心的朝向,“爱他,如他所示”还是“爱他,如我所愿”呢?

穷养富养都不如用爱养

《被宠坏的中国式子女》一文中提及,总有一些人,你活得青春无敌,你过得光鲜亮丽,却看不见你身后,默默供养着你的父母,为了让你过上更好的生活,还在向这个世界低声下气。文章列举了很多家庭条件一般甚至比较差的孩子,却花钱大手大脚,把日子过得很“高级”。犹如这样一段子所说,“我视金钱如粪土,爸妈视我如化粪池。”

【点评】:为什么掏心掏肺,倾其所有地对待孩子,换来的却是冷眼相对呢?知名演员黄磊在《爸爸去哪儿》电视节目中教育女儿的方式,获得很多观众的认同。黄磊这样解释对孩子的教育,“穷养富养,都不如用爱养”,爱是世界上最伟大的力量,也是最温润的滋养。爸爸爱妈妈,妈妈爱爸爸,爸爸妈妈爱孩子,然后孩子学会了如何去爱。

中国式家庭——父母如何把握好与子女的界限感

【心理透视】

【枢机】“青未了·心理咨询工作室”热线主持人



成为主体 驾驭亲密

□蒋硕 (国家二级心理咨询师、婚姻咨询师、赛林纳心理咨询中心创办人)

晚上九点,小凯躺在沙发上玩《我的世界》,等加班的老公带甜甜圈回来。边等边想,自己不喜欢奶油和糖霜,只爱吃巧克力酱,这一点为什么老公从不得。九点四十才听见门响,小凯躺着不动,等老公换鞋脱衣来个爱的亲亲,谁知老公直接进了厨房,大声问有什么吃的。小凯一愣,也跑进厨房,揪出半个身子探进冰箱的老公:“甜甜圈呢?”

老公一脸蒙圈。早上小凯似乎是说过想吃某某店的甜甜圈,可没说让买啊,而且那家店就在小凯办公室附近啊。

吃了碗不开心的泡面,老公洗过澡倒头就睡。小凯本想咻咻咻,这下只得干瞪天花板。实在气不过,把老公推醒,质问他为什么对自己这么不好。老公困得要命,哪想得明白什么好不好,说句“又发神经”接着睡去,留下小凯在黑暗中满腔怨怒。

说到“好不好”,小凯大概受了前阵子一部热播电视剧的影响,那剧中男主的语录在朋友圈热转:“我媳妇想吃肉,我给做。我媳妇想吃樱桃,我去买。我媳妇脾气不好,我惯着。我媳妇没钱,我养她。我媳妇能花钱,我赚去……”这样的“好先生”不就是女人梦寐以求的吗?“小凯们”把这种有点浮夸的行为模式转化成对老公、男友的期待,等着被宠溺或被爱。“给我买甜甜圈”“给我买戒指”“带我去旅行”“带我见朋友”……从恋爱到结婚,老公做的每件事,都被小凯作为“对我好不好”的衡量,并因此或喜或忧。这似乎顺理成章,但仔细想想,好像有什么地方不对——为什么总是“对我”呢?

这是一个属于客体的自我定位。表面看,小凯是在“作”,实质却是始终把自己当成关系中的客体,处于被动的姿态。“你怎么对待我”决定了小凯的感受,但无论感受如何,她只会赞赏或抱怨,而不会主动参与规划、推进执行。与小凯对应,老公虽然是主动的,却也是受到抑制的,既要在过于感性的“好不好”标准中迷惑,又要不断进行孤军奋战,久而久之,不像是与“人”共同生活,而像豢养着一只喜怒无常的宠物,得不到平等的情感回馈,更遑论创造性、建设性举动带来的惊喜。这样的亲密关系,即使在一定时间内维持着形式上的美好,其内在的生命力也是堪忧的,而关系的发展走向,更不在小凯或任何一个“客体”的掌控之内。

为什么不试试“反客为主”呢?亲密关系中的任何一方,都应该是独立、成熟的主体,想要什么,就去争取,想做什么,就去规划,想获得什么样的关系,就去选择,去付出,去交流与体会。关系中的各方旗鼓相当,在平等互动中彼此回馈,关系才会丰富而新鲜,令人乐在其中,享有长久的亲密。

“我想吃甜甜圈,我去买,我不喜欢奶油和糖霜,我要和老公谈谈,请他加入我的巧克力工厂……”小凯能不能说出这样一段新的语录呢?想想也很有趣。毕竟这个时代,迪士尼都已经抛弃了“王子拯救公主”的套路,期待“被好好对待”的人们,是时候学会好好驾驭自己的关系了。

微博:@Serena-Chiang