



求助热线——
讲述心灵困惑 聆听专家释疑

热线: 18678781327
QQ: 2446681891
邮箱: 2446681891@qq.com



有话问艾乔

生活烦恼 犀利速答

邮件发至: aijiao3209@qq.com

再过几天就是妈妈的生日了。以前她过生日,我们姊妹几个都回家为她庆生,可是今年,我却不想再回去了,因为自从上次在妈妈家大哭了一场后,我已经很久没和她联系了……

事情还得从去年婆婆住院说起。去年年底婆婆生病住院,要做手术。正巧那天,妈妈的脑血管病犯了,也在老家县城医院里住院。我接到妈妈的电话后特别纠结,一边是亲妈,一边是婆婆,虽然小姑子也在医院里照顾,可是我觉得于情于理我都不能走开。我没有告诉婆家人我妈住院的事情,直接在电话里给我妈说,我婆婆马上要做手术,我过几天再回去。

没想到当时妈妈就在电话里说:“你婆婆重要,我不重要行了吧?你就在那里照顾你婆婆吧,别回来了,以后也别进我们的家门!我们就当没你这个闺女!”她说完就挂电话了,再打也不接。那一刻,我的眼泪哗地就流下来了,觉得妈妈怎么可以这么不通情达理,她为什么就不能理解我当时的纠结和难处,尤其听到她说“别进我们的家门”,觉得刺耳极了!

那次,我真的觉得很受伤,好几天都没给妈妈打电话,只是在医院里照顾婆婆。其实心里还是挂念妈妈的,每天都通过姐姐了解她的病情。知道她没什么大事,输了几天液就回家了,才放下心来。妈妈出院回家那天我给她打电话,她气急败坏地说:“这几天你连个电话都不打,我死了也不用你管!”

我气得不知道说什么了,只是委屈地流眼泪。姐姐说:“咱妈说话就这样,刀子嘴豆腐心,这么多年了又不是不知道,别往心里去。”

的确,我妈说话就是刀子嘴。小时候,我做事慢,手又笨,她就骂我“笨得像猪一样”,后来我干脆更加慢腾腾地做事,反正在她眼里我干什么也不行。印象最深的一次,是我高考落榜那年,因为之前家人对我期望很大,觉得一向学习不错的我应该能考个好学校,没想到我却没考上。尤其是知道高三一年压根儿就没正儿八

正经地学习,妈妈的怒火一触即发。那天,她用极其恶毒的粗话骂了我,我都怀疑自己是不是她亲生的。还记得那天,我曾暗暗发誓,以后一定要考个最远最远的大学,永远不再回家!永远不要见到她!

其实,妈妈不仅对我说话这样,她对家里每个人说话都像带着刀子。尤其是对我爸爸。这么多年来,在她眼里,好像我爸爸一无是处。她有时和爸爸吵架,竟然会说:“你活着有什么用啊?还不如死了呢!”每次听到我都会不寒而栗,有时提醒妈妈不要说这种话,她却觉得无所谓。

最近几年来,也许是因为自己当了妈妈,所以也开始试着理解她。知道妈妈这么多年来为了我们这个大家庭操劳了大半辈子不容易,所以不去苛求她。因为不喜欢妈妈的语言暴力,当我有了孩子后,我努力做一个温和的妈妈,几乎从未打过孩子。

今年上半年,因为各种原因,我选择离婚后自己带着5岁的儿子生活。虽然成了单亲家庭,但我一直希望孩子能像其他孩子一样健康快乐成长。一个月前,我带着儿子回妈妈家。那天因为儿子调皮任性,我妈妈说了他几句,不懂事的儿子耍起脾气来。没想到我妈妈冲着他吼了起来:“滚!你给我滚出去!你再这样不听话,你妈妈也不要你了!”说完后又转过身来给我说:“这孩子你得好好管管,管不好的话,跟着谁也是个负担!”

儿子一边哭着一边顶嘴:“你才滚呢!你妈妈才不要你呢!”

那一刻,我从儿子眼里看到了深深的不安和委屈,我一把拉过儿子把他揽到怀里,告诉他不要顶撞姥姥,我永远都不会不要他。那一次,我第一次严肃地告诉妈妈:“我儿子不是‘负担’,就算他不听话、任性,他也永远都不会是‘负担’。”

教育完孩子,我跑到院子里伤心地哭了起来。真的觉得心里特别难受,觉得妈妈说话太伤人了。妈妈那天也意识到自己说话太重了,跟我道了歉,可是我心里却久久不能释怀……

妈妈热衷『语言暴力』让我很受伤

口述: 华生女, 33岁, 文员

主持人: 静女天天



情感解析

心理学家武志红曾经说过:“语言暴力真的会变成一把凶器。”语言暴力,就像是一把刀子,在人的心口狠狠拉上一道,这个伤口,有些人一辈子都好不了。相当一部分“中国式父母”语言暴力发生的根本原因,在于父母从未站在子女的角度看待世界,把控不好语言的尺度,甚至很多时候是以爱的名义,大多数情况下,他们和子女之间是缺乏界限感的。作为父母来说,要学会调整情绪语言。作为成年子女来说,要和父母多沟通,明确表达自己所受的伤害,要知道世上没有完美的父母,能让他们意识到自己的粗暴语言对子女的伤害,尽力减少伤害的发生,就是很大的进步。

陪孩子长大

每个孩子都是独一无二的。教育孩子之难,难在我们自己并不懂教育,却一味去要求孩子天天向上。哪有自己不学习,却逼着孩子去学习的道理呢?想要孩子成长,我们自己首先需要成长为最好的自己。愿我们一起陪孩子长大……

某一天,我和朋友开车返回的途中,听女儿小C的小朋友反反复复念叨一句话,“无聊死了!”“无聊死了!”也就是七八岁的孩子,知道什么叫无聊啊?后来,在她的一再要求下,她妈妈无奈打开车载视频,让她看动画片,才志得意满。

过了两天,我路过大学医院,看见对面的台阶上,齐刷刷坐满了等着体检的新生,都是十七八岁的大一新生,周围也都是朝气蓬勃的同龄人,本该有多少新鲜话题可以聊啊。可是,一眼望去,他们无一例外都在低头看手机,脸上也都是百无聊赖的表情,连背后高大的梧桐树都显得多余。

这就不能不让人觉得奇怪了,这些孩子们,小小年纪为什么就不能睁大双眼,好好看看这个真实的世界?而一定要神游在那些虚无缥缈的网络世界里,然后,反过头来抱怨现实世界无聊透顶?

就在前几天,清华大学中文系教授格非,作为教师代表在本科新生开学典礼上的发言,就引起了媒体的关注,他说:“我觉得一个人,假如说他把自己局限在一个自我意识始终很舒服的境况里边,把自己封闭在很狭

窄的知识门类或专业当中,是很成问题的。不管你是否乐于接受,那种偏安于一隅而孤芳自赏的时代,已经彻底结束了。”

什么意思呢?哪怕你是专家学者,是清华学霸,偏安一隅孤芳自赏的时代也结束了,何况,你还是!那么,在孩子年纪还小的时候,作为家长,当你一再听到孩子把“无聊死了”当作口头禅,你就该反思了,孩子的精神世界肯定是太过于贫瘠了!

用胡适先生的话来说,“总得时时寻一两个值得研究的问题”,这样人生才有寄托,人生价值才能得以实现。与此同时,也“总得多发展一点非职业的兴趣”,不然生活就必然会太沉闷太无聊!

以上两点,当然不是一蹴而就,需要花费时间慢慢来,可是,当孩子还小的时候,你就该从长远处着手了,不然,一旦孩子迷上手机电脑网络,对什么都不感兴趣,就真正悔之晚矣。

最简单的是要保护好孩子的好奇心,世界那么大,如果丢失掉好奇心,生活就蜕变成手机里的世界了,他们就再也感受不到真实世界的鸟语花香,感受不到朋友们面对面交流的快乐,

感受不到生活的烟火气息了。

那么,我们为什么要关注我们身边的世界呢?道理也很简单,“没有他者的介入,没有外部视角的参照,没有外部知识的刺激,我们就会越来越自恋,我们的想象力也会越来越贫弱。”

通过与入交谈,我们会对我们所处的社会,有更真实的了解,你会发现,生活是热气腾腾,有血有肉的,而不是纸上谈兵;你对身边的人关注得越多,你会越宽容,越能理解生活的真实不虚。

到那时,你心系着身边活生生的亲人朋友,你从自恋、自拍,转为对更多人的关注,你心胸会越来越宽广,你接纳的人和事多了,你还会空虚无聊吗?恐怕你忙都忙不过来了,大自然、人和社会,到处都精彩纷呈,你早忘了什么是无聊了!

其次,培养孩子阅读的习惯,也尤为重要。爱读书的孩子,精神富足,从小驰骋在古往今来伟大人物的宏大世界里,格局一开始就打开了,他们的自我价值感会引领他们,做一个有追求的人,而不是被手机俘虏,成为一个无聊无趣的人!

这些,看起来都是孩子们的问题,归根结底还是家长的问题,聪明的家长一定懂得防患于未然,而不是听任孩子,在一片贫瘠的精神世界里随波逐流。

拒绝无聊

□安妮(专栏作者)