



求助热线——  
讲述心灵困惑 聆听专家释疑

热线: 15153125336  
QQ: 2446681891  
邮箱: shanzhe1234@163.co

# 我该如何挽回“迷途”弟弟的心

口述:芳华(化名) 记录:静女天天

最近在电视上接连看到好几个正处于青春期的孩子离家出走的新闻,看到他们的父母泪水涟涟地喊着孩子的名字希望他们早日回家的镜头,我的心里常会泛起阵阵酸楚:我那早已过了青春期的弟弟,你何时能真正长大,能理解家人的一片苦心啊?

几个月前,24岁的弟弟竟然“离家出走”了,而且还明目张胆地住到了“小三”家!弟媳妇三天两头地挺着大肚子在爸妈面前哭,我们一家人都气坏了!如今,小侄子已经满月了,当了爹的弟弟竟然还执迷不悟地不肯回家!

如果不是爸妈亲口告诉我,我都不相信弟弟能够“混蛋”到这种地步!

不知道是否要从弟弟的身世说起。他不是我爸妈亲生的孩子,是捡来的。弟弟上小学时无意中从邻居口中知道了这个事实,爸妈也没再隐瞒。因为不是亲生的,所以爸妈对他从小就宠爱有加,只要他想要的都会尽量满足。我爸有点“虎爸”的风格,脾气很急躁,虽然平时对我弟弟宠得很,但如果他犯了错,照样少不了挨揍。记忆中,弟弟小时候没少挨过打,因为他一直以来都叛逆得很,好像故意和大人对着干似的。

弟弟中考后,由于成绩不理想,勉强上了个技校,毕业后没有找到合适的工作,后来我爸到处托人求情给他找了份工作。没想到走向社会的弟弟不仅没有成熟起来,还变得游手好闲,工作不好好干,三天两头地被领导批评。那段时间,弟弟谈了一个女朋友,行为举止收敛了许多。爸妈觉得也许他自己成了家就会变得懂事起来,于是一年后,在爸妈的操办下,弟弟结婚了。

婚后,弟弟和弟媳一直跟爸妈住在一起。不久,弟媳妇怀孕了,家里的开销也渐渐多起来。原以为即将当爹的弟弟这个时候应该会好好地挣钱养家,可是弟弟却渐渐地“吊儿郎当”起来,不仅不往家拿钱,还经常问我爸要钱花。因为跟几个朋友经常去酒吧,他慢慢喜欢上了泡酒吧的生活。后来,他竟然辞了工作要去酒吧上班。原来弟弟喜欢上了同样在里面上班的一个女人。那个女人离婚了,经常和一些不着调的男人交往。这俩人就这样混到了一起!

当时,弟媳妇怀孕已经六个多月了,弟弟竟然恬不知耻地把那个女人带回了家,说要和我弟媳妇离婚,要娶那个女人。爸妈当时就被昏了头的弟弟气坏了,爸爸狠狠地训了弟弟一通,还扇了他几巴掌。从那以后,弟弟就开始经常不着家。

我爸着急上火啊,就想让他的朋友打电话帮忙劝劝他,希望他早点回头。也许我爸的方式有点不对,但初衷总是好的吧?没想到我弟弟非但不理解家人,还打电话给我弟媳说:“你嫌不嫌丢人啊,非得让大家都知道吗?”一想到弟弟竟然能对孕期里的媳妇说出这种“非人”的话来,我都替他臊得慌,到底谁不嫌丢人啊?

后来只要弟弟一回家,就扬言等我弟媳妇生完孩子,就跟她离婚。有一次,我爸实在看不下去了,把他赶出了家门。

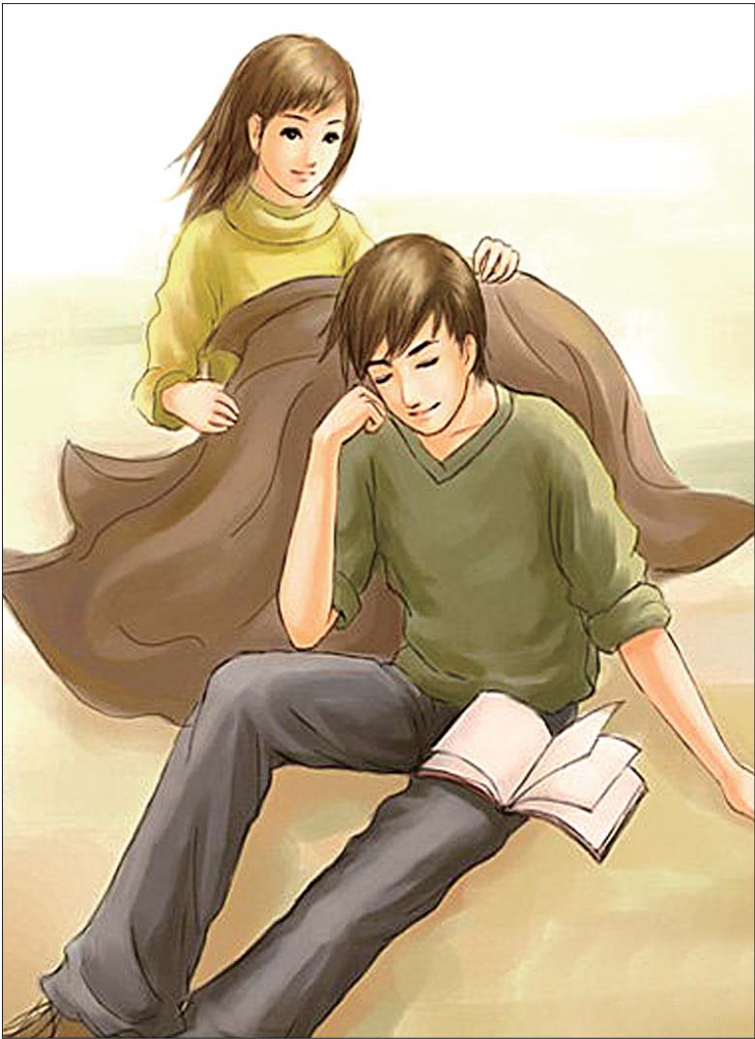
那一次,弟弟给我发了条短信,就仁字:“我走了!”

当时,我的肺都快被他气炸了,拨通电话骂了他一顿:“你滚吧!永远也别回来!我没有你这个不成器的弟弟!”我不知道如果当时你这么一个孩子的话,他会不会回心转意,反正从那以后,他竟然真的再也没回过家。

前段时间,弟媳妇生孩子时大出血差点丧命,是我爸妈一直在医院陪着,弟弟竟然连个面都没露。如今,孩子都满月了,他竟然都没回来看一眼!听他朋友说,他现在还和那个女人在一起。他甚至还想通过朋友给我们传话,说他现在过得很好,那女人的爸爸对他也非常好,经常和他一起喝喝酒下下棋。他很享受那种生活。还说他之所以跑到外面去,就是因为家里没有一个人真正在乎他!

听听,他是多么没良心啊!难道我们对他不好吗?爸妈辛苦把他养大,如今都年近六旬了还为他操碎了心。他都这么大了,依然像个“寄居蟹”般靠着爸妈生活,甚至连男人结婚后要“养家糊口”的意识都没有,连孩子的出生也不能激发他当“父亲”的责任感。他怎么能清醒清醒呢?

有时候真的不敢相信从小和我一起长大的弟弟会变成今天这种“人渣男”。弟弟真是鬼迷心窍了,真的希望他能够改邪归正,回来好好过日子啊!我该怎样挽回他那颗“迷途”的心呢?



## 专家援助

## 迷途知返,关键在于知

□知尘:国家二级心理咨询师

仅仅通过芳华的诉说,我们无法判断其弟弟是否具有某种人格障碍,但其心理年龄的滞后非常明显。他不是叛逆,而是幼稚。我在想,他不是故意离家出走,故意推卸责任,故意让父母妻子伤心,而是他根本没有意识到自己应该独立并承担起为人夫为人父的责任。

弟弟之所以成为今天的他,与他的遗传基因、被抛弃的身世以及成长环境和家教方式密不可分。显然,芳华的父母,在教育子女的方式方法上存在问题。打和骂无法让孩子明白自己的问题所在,更不可能知道该如何改正。打破孩子,只能让亲子关系一次次被破坏,到最后,父母的权威荡然无存。作为姐姐,芳华对弟弟的了解和关心似乎也不够,方式方法也模仿了父亲的暴躁冲动的风格。弟弟走到今天,弟弟自己、父母和芳华都有责任。

当幼小的弟弟从邻居口中知道自己是捡来的孩子后,他的内心一定有很大的一个伤口,痛苦、自卑、愤怒、委屈各种情绪都会在心中泛滥。作为父母,是否处理好了孩子内心的伤口,抹去了他因为被抛弃而产生的沉重阴影?这个对他日后的心理健康成长是非常重要的。

在父母的溺爱或者说控制下,这个弟弟根本没有断奶。一个没有断奶的孩子,他想的当然是自己的需求和快乐,怎么能要求他像成人一样承担责任呢?面对这个还没有长大的孩子,更多应该是动之以情而不是晓之以理。因为,他的心智还没有成熟到可以听懂这些道理。

芳华不妨和弟弟好好交流一下,

了解弟弟真正的内心需要是什么,家人的哪些做法和言语让弟弟感到自己不受重视。当弟弟发给芳华“我走了”三个字时,他的心理动机是什么?期待是什么?他说,情人的爸爸经常和他一起喝喝酒下下棋,自己很享受这种生活。喝喝酒,下下棋对弟弟意味着什么?也许,打动他的并不是下棋喝酒本身,而是这个行为传递给他的温暖、关怀和在意。

事实上,这个弟弟在结婚和当父亲的条件都不具备的情况下,父母却让他结婚生子,虽然我不能说芳华的父母考虑问题不够成熟甚至有些自私,但面对现在的情况,真的应引起每个人的反思,积极承担起自己应承担的那份责任。芳华在评价弟弟时几乎没有肯定的正性语言,人渣男、鬼迷心窍、没有良心、寄居蟹等等,全是对弟弟的否定和不屑。而这种否定和不屑,弟弟一定能够感受到。是否可以把弟弟当成一个善良的、只是暂时还没有长大的孩子,然后耐心地指导并陪伴他长大。

当下很重要的一点是做好弟媳的心理安抚,给予她和孩子充分的关怀和帮助,并尊重她的选择。离不离婚,是弟弟和弟媳的问题,任何人都无权替他们拿主意,能做到的就是在她需要时给予充分的理解和帮助。

迷途知返,首先要做到知,我想这也许是芳华最应该帮助弟弟达成的一点。弟弟做不到知,即便硬拉回他的人,也解决不了根本的问题。最后,我想对芳华说,做好姐姐应该做的事,但千万不要把自己当成救世主。弟弟的人生,弟媳的人生,最终都应该由他们自己来负责。

## 心灵鸡汤

## 记住的和忘却的

□舒平

有一位女士,请我帮她把她的婚姻写成一个故事。她说:“我的婚姻充满了怨、悔和恨,我为老公做了一切能做的事,他却从没有用心为我做过一件事,不是不会做,而是不为我做,甚至,只是做了一些伤害我的事。”我安静地听着她的讲述,最后,也给她讲了一个小故事。

从前,在阿拉伯,有两个朋友结伴去旅行,一个叫吉伯,一个叫马沙。一天,行至山谷时,马沙失足滑落,幸而吉伯拼命拉他,才将他救起。马沙就在附近的大石头上刻下了:“某年某月某日,吉伯救了马沙一命。”继续走了几日,这天,来到一处河边,吉伯与马沙为了一件小事吵起来,吉伯一气之下打了马沙一耳光,马沙就在沙滩上写下:“某年某月某日,吉伯打了马沙一耳光。”

当他们旅行回来后,有人问马沙,为什么要把吉伯救他的事刻在石上,将吉伯打他的事写在沙上?马沙回答:“我永远都感激吉伯救我。至于他打我的事,随着沙滩上字迹的消失,我会忘得一干二净。”是啊,记住别人对我们的恩惠,洗去我们对别人的怨恨,这样我们的心灵才能广袤而富有。

但真实的生活中,我们所做的却常常与我们所想的背道而驰。很多人的记忆里刻满了痛苦的回忆,丈夫的霸道、孩子的任性、公婆的偏心眼、上司的冷漠、朋友的尔虞我诈,可是,那些生活中真正美好的回忆,早晨起来,孩子的笑脸,傍晚时分,老公的陪伴,生病中,公婆的照顾,职场上,上司的赏识,失落时,朋友的安慰,却恰恰被我们遗忘了。其实,真正幸福快乐的人,都是擅长抉择的人。他们懂得,在有限的生命里,什么是真正有意义的事,什么是无谓的计较,所以,他们从不在生活的漩涡里打转。

这些话,说来容易,做着难,但心灵的觉悟什么时候都不晚。就在前几天,那位女士突然又告诉我,她不想把她的故事写下来了,她怕白纸黑字写下来,对老公会造成伤害。说这些话时,她的声音充满了笑意,她解释说,她正努力地改善她和老公的关系,看来还不错。

## 自我安慰减少焦虑

首都师范大学应用心理研究所副所长 刘兴华

“吃不到葡萄说葡萄酸”这句话源自《伊索寓言》:狐狸对架子上的葡萄垂涎欲滴,但苦于摘不到,只好用说“葡萄酸”来安慰自己。这其实是合理化心理防御机制,指人在没有达到目标时,为减少焦虑,对不合理行为给予合理解释。

有学者曾做过一个试验:研究者请大学生做乏味的工作,随后分别给他们1美元或20美元的报酬。结果,只拿到1美元报酬的人反而认为这项工作很有趣。

每个人都会遇到不如意的事,如失恋、丢东西、考试落榜、亲人去世……有些事人力无法挽回,与其悲伤、哀叹,不如自我安慰,否则会像泰戈尔说的那样:“在我们哀叹失去月亮的时候,我们又失去了星星。”从不同角度看问题,能得出不同的结论,也会有不同的心境。“得不到的才是最好的”,这种心态只会把你逼进死胡同。不妨安慰自己“塞翁失马,焉知非福”,或开开心笑自我解嘲,说不定能让心境“阴”转“晴”。

自我安慰要把握好度。不能一味用精神胜利法安慰自己,作为纵容自己不努力的借口。