



求助热线——

讲述心灵困惑 聆听专家释疑

热线: 15169132840

QQ: 874273209

邮箱: diyajia3988@163.com

妈妈为何总是满口恶言毒语

口述:琪 琪(化名) 记录:小 雅

别看我25岁,也已成家,可从小到大我和妈妈的感情就是热不起来。同事陈姐跟她远在外地上大学的女儿通电话,临了,电话那端的女儿显然是要亲妈妈一下,我看见陈姐像个可爱的孩子,听话的嘟起嘴巴,对着话筒“啾”了一下。陈姐亲昵的举动差点柔化了我的心,因为我和妈妈从来没有过这般的“肉麻”。

我妈说话不仅狠,而且打压的力度相当重,她擅长用拧巴、噎死人的方式把你推进无望的黑暗中。我做错事她会用“杀死你都不解气”的阵势咒骂我;我希望得到她的赞赏鼓励,她又会用出轻蔑的口吻贬低我。记得上初一那年元旦前夕,班主任挑选了我们几个女生排练新年晚会的舞蹈,我特别激动,一进家门就兴高采烈地向我妈炫耀,“老师选中我跳舞了,还要在学校的礼堂上台表演呢。”我妈嘴角一耷拉,从鼻子里发出一声冷哼,“就你?一米短三尺的矮个子,台下的老师学生能看见你吗?”或许她就是一句玩笑话,而且她说得也没错,我的个子确实不高,不过“小矮人”也有可爱的一面啊,老师都能发现我的长处,妈妈反倒在我自卑的伤口上又撒了一把盐。

“亲人不出恶言”是奶奶常挂在嘴边对我妈不满的愤怒表达,“你说话得留口德,孩子也有尊严的。”“喊,一个小屁孩有什么尊严可讲,我养了她就能说她。”在我妈的潜意识中,她养育我是有功劳的,我根本没权利在她面前要求什么尊严,对我羞辱那是理所当然。记得我16岁时,在一个暑假的上午,我妈带我去看电影,由于粗心,我把电影票落在了书桌上,走到家属院大门时,才想起忘拿电影票了。我妈最讨厌我丢三落四的毛病,她的急脾气瞬间爆发,咬牙切齿冲着我一通大吼,“你是猪脑子还是狗脑子,怎么总不长记性,比死人就多出一口气。”家属院大门进进出出尽是人,落在我身上的各样眼神使我羞愤交加,我不敢顶嘴,那样会换来更难听的恶言毒语。我噙着眼泪,转身回了家,那个暑假我拒绝和妈妈说话,以示抗议。

我妈的伶牙俐齿仿佛一道铜墙铁壁,坚固地横亘在母女之间,我和妈妈的情感距离愈加疏远。我妈从不顾及别人的感受,那张

带“毒”的嘴经常搞得气氛很难堪。有一次我舅舅来家做客,我爸高兴就多喝了几杯,紧跟着话也多了。我妈不乐意了,边往餐桌上端菜,边带着口头语疾言厉色地训斥我爸,“你人来疯的毛病又犯了吧,少喝点!”我舅舅脸上挂不住了,“姐,你就不能好好说话,我姐夫成天被你吼得都快蔫了。”我妈不耐烦地一扬手,“哎呀,你姐夫身体不好,不能多喝,再说了我俩就这种沟通方式。”我爸嘻嘻哈哈地打圆场,“没事没事的,你姐是个好人,无非说话不中听,我早习惯了。”尽管我爸满脸的笑意盈盈,但他的尴尬与沉默,还是暴露了心中的愤懑。我爸曾私下跟我说过:和人说话千万不要恶语相向,尤其是你的亲人,一定要和颜悦色地对待他们。我想,爸爸心里堆积的苦闷丝毫不亚于我。

我是去年夏天结婚的,今年春节是我新婚回娘家的第一个春节。我给妈妈打电话,开心地告诉她,我和老公买了好多礼物,都是送给她和爸爸的。我汇报完毕,电话那端传来我妈一贯性的夹枪带棒的腔调,“谁稀罕你们那些破玩意,我又不

是没钱,平时连个

鬼影子都看不见,过年也别回来烦我。”我兴致勃勃的情绪立刻跌入谷底。

妈妈对我老公意见颇深,结婚那天,她都别扭地不配合,老公改口叫妈,我妈愣是停顿了几分钟才捧着脸勉强答应。老公是济南人,结婚后我随着他在济南工作安家,坦白说,我是刻意躲避妈妈的。我妈的心愿是让我在烟台工作成家,最好就在她的单位集资买房,被我婉言拒绝后,她阴阳怪气地讥讽我,“瞧你那点出息,几辈子没见过男人似的,腆着脸跑人家城市去。”这就是我亲爱的母亲给女儿的评价,知道她舍不得我,但冰寒的语气犹如尖锐的利刃,把我心中对她的爱一点点无情地割去。

“天下没有不是的父母”,我妈常引用这句话来教训我,因此,我也是犹豫再三才鼓起勇气求助心理老师。我害怕被大家指责忤逆不孝,我并不是要控诉妈妈的“坏”,我始终像一个迷路的孩子,找不到爱妈妈的途径。现在我的手机铃声一响,低头一看显示是“妈妈”,我就心慌,不知道又是怎样一番“口诛笔伐”。我渴望回娘家,但一想起妈妈的冷言冷语就万分沮丧。我改变不了妈妈,却又不知该如何处理与妈妈的关系。



我家女儿太爱美

文/刘冬燕(山东行知青少年发展研究中心副主任、国家二级心理咨询师、助理社会工作者)

家长求助:

女儿今年初三了,最近发现她特别爱美。无论时间多么紧张,每天早上都要洗一次头。有好几次我发现她写作业的时候在偷偷照镜子,左看看又瞅瞅,对着镜子嘟嘴卖萌做各种姿势。女孩子爱美没什么,可女儿做得也太过了,马上就要中考了,把时间都用在吃穿打扮上,哪还有心思学习呀?我该如何让孩子把注意力转移到学习上呢?

这位家长,您好!

从您的描述中,我似乎看到了一个自信、爱美又可爱的女孩。春天到了,对于许多爱美的女孩子来讲,终于可以脱下厚重的冬装,好好装扮一下自己了。首先您可以放宽心,爱美心理几乎是每个青春期的孩子都会经历的一个过程。青春期的孩子性意识开始萌动,性别角色逐步深化,此时的他们开始关心自己性别角色的完美程度,以及被他人接受与欣赏的程度。他们比较关注自己美不美、能不能引人注目等,并且渴望了解异性,希望与异性建立友情,开始憧憬爱情。这些都是青春期正常的现象,您不要过分担心。

事实上孩子爱美和学习并不矛盾,您的担心其实来自于太在意孩子的学习,希望女儿心无杂念全力以赴。每个人都有青春期,您可以想想自己青春时期时的心理,也许就能以同理心对待女儿的青春期的。

爱美的人多多少少都有一些自恋,自恋是青少年成长必需的东西,每个孩子都是从自恋发展到去爱别人。一个自信的人才会自恋,这也说明您女儿喜欢和接纳自己。从这一点来讲,孩子爱美是件好事情。

在青少年身上出现这种爱美倾向,作为家长,既要正确理解,又要积极引导,不能简单粗暴地指责或批评。家长要引导孩子对爱美心理掌握适当的度,在这里我给您分享几个智慧小锦囊,希望对您有所帮助:

1.父母要学会真正接纳自己的女儿,表达出对女儿的欣赏和赞美。父母是孩子的第一面镜子,父母真正接纳和喜欢孩子,她就会不太依赖镜子找好感。

2.主动给孩子创造爱美的机会。孩子到了爱美的年龄,家长不妨主动给孩子创造一些爱美的机会,比如给孩子多买一些漂亮的衣服,帮助孩子设计以期符合自己的形象。对于孩子爱照镜子这个问题,家长不妨在客厅里面安上一面大大的整容镜,让孩子能够观察到自己的举止、笑容。在孩子的房间里面,尤其是书桌上,尽量不要放镜子,以免过多干扰孩子的注意力。

3.和孩子协调好爱美的时间。比如早上规定好上学的时间,只要不耽误上学,家长就不要过多干涉孩子打扮自己。其实,孩子爱美花费不了多少时间,只是家长难以接纳而感觉时间漫长而已。

爱美是青少年心理发展的一个象征阶段,过一段时间就会自行消失,您不妨耐心等待一段时间。

心理提醒

专家援助

不要小觑儿童心理

文/溜 溜

国内外诸多心理学研究认为:儿童心理发展与教育环境对成年后的个性形成休戚相关。

从人的一生来看,心理发展总体呈波浪式向前推进。在儿童阶段出现第一个加速时期,然后是学龄期的平稳发展,随后进入青春期出现第二个加速发展期,然后是中青年的平稳发展阶段,最后到了老龄期呈下降趋势。由此可见,儿童时期的心理形成至关重要,它决定着人一生中最初的个性倾向,这种个性痕迹犹如烙印,永远不会磨灭。

美国心理学家波斯诺特在《父母与子女》一书中指出,父母在子女处于幼儿期时离异,虽然不再是夫妻,但最好的办法就是继续做孩子的父母。波斯诺的主张告诉我们,父母要多为了孩子的幸福着想,一如既往地关心子女成长。决不能诋毁双方在孩子心目中的形象,以免刺伤孩子的心灵。因为儿童对父母有着天然的崇拜感,因此不要把孩子当作惩罚对方的武器,这样做双方都没有赢家,悲伤沮丧的信息会源源不断地输入孩子尚未成型的心灵,这些年幼的心理无法承受更无法分担这些复杂的意识形态。

有心理专家举证:早期剥夺父母的爱抚,会对儿童心理发展起到消极作用。日后这个孩子会变得易怒、消极、暴躁,不信任任何人,甚至危害社会。这是个可怕的结局,也是所有做家长的不愿看到的事实。

总之,幼儿时期的心理形成不容小觑,要为孩子创造一个良好的学习生活环境,使他们在健康阳光的社会实践中,培育完善稳定的性格。造就新一代优秀公民,是家庭、学校和全社会的共同责任。

不幸中的万幸

知尘(心理咨询师、“青未了·心理咨询工作室”专家顾问团成员)

读琪琪的故事,如果她所说的都是事实,那么在同情之余,我更为她感到庆幸。在心理学中有一个术语叫做强迫性重复,百度百科对此解释得通俗易懂,我稍微整理复制在这里,琪琪和读者朋友便会明白我为什么说感到庆幸了。

“一百多年前,一位著名的心理学家在对他的孩子的观察中发现,孩子在经历了一件痛苦或者快乐的事件之后,会在以后不自觉地反复制造同样的机会,以便体验同样的情感。这位心理学家把这种现象称为强迫性重复。”

在人际关系中,强迫性重复可以理解为一个小时候形成的关系模式的不断复制。

比如有的人受不了母亲太黏,什么事都要控制,长大后便娶了个很爱“管”的太太,然后开始第二回合的心理战争,要从她身上重新寻得自己追求了一辈子的尊重,心理空间与独立自主的权利。有的人受不了父亲太过懦弱,不能保护自己,长大后不知不觉地就嫁了个身上带着自己所熟悉父亲懦弱心理特征的“阿斗”,潜意识中希望借自己的努力,使这个阿斗变得坚强,能带给自己从父亲身上未能得到的安全感。

相反,如果小时候的关系模式是敌意,那么一个人就会不断复制敌意,他不仅对那些与他有冲突的人充满敌意,他对那些本来对他很好的人也充满敌意,最后这些人也真的从对他友善转向了敌意。可以说,是他教会了那些本来对他友善的人转而提防他。”

我们能够看到,虽然琪琪母亲对待琪琪以及其他人的方式都非常冷酷甚至带有人身攻击的侮辱,但琪琪并没有模仿到她这种为人处世之道,在心理上她没有对母亲产生认同,也没有在婚姻中强迫性重复地嫁给一个母亲这样的人,这种幸运来自她有个通达事理并时刻保护她的奶奶,有个宽容慈善并时刻引导她的父亲。在成长过程中,她认同的是奶奶的“亲人不出恶言”和父亲的“一定要和颜悦色地对待



山东行知潜能开发和英语表达夏令营、全脑开发素质训练营、学习力家长课程火热报名中。

咨询热线: 0531-82946407