

站错序位 姐姐成了妈妈

邢少红

60后、70后出生的人大多有兄弟姐妹,根据出生的前后,他们在家庭里有了自己的序位。这个出生序位会影响父母的教养方式,从而也会影响孩子的性格,以及在家庭里的地位感。如果把家庭比喻成一个社会,兄弟姐妹在家庭里的地位感,是他们人生的第一个“社会地位”,会影响他们今后在家庭之外的社会中为人处世的方式。

大姐和老弟

有兄弟姐妹的孩子,会更早地在家庭里遇到担当、分享、竞争、合作等人际交往的功课。孩子出生顺序的不同,他们的人际功课侧重点也会不同。先说说家里的老大是女孩的情景。家庭里第一个出生的孩子,对大多数父母来说都有特殊的意义。这个孩子也会在一段成长时期里,获得父母的全部关注和宠爱。随着第二个孩子的出生,父母的关注转移到了更小的孩子身上,第一个孩子会体会到在家庭里曾经的中心地位被剥夺的感觉。为了继续得到父母的关爱,有些老大会去竞争,对弟弟或妹妹充满敌意,也有些老大会“合作”,学习父母的样子,帮助照顾弟弟妹妹,以此获得父母的表扬和关注。

通常,老二是女孩的话,会更容易顺从父母的要求,对年幼的弟弟妹妹产生作为长姐的责任感。这种合作能力和对家庭责任的担当是正面行为,适当培养,有助于她今后踏入社会成为一个做事负责,敢担责任的人,遇事能容忍,与各个层次的人群包容合作能力强,乐于帮助比自己弱的人。

但如果父母对长姐照顾弟弟妹妹的要求过了头,让长姐产生“我应该照顾好弟弟妹妹”“如果不照顾好弟弟妹妹就是不孝”“照顾好弟弟妹妹是我最重要的责任”等想法,就有可能发展出错误的信念:我要为弟弟妹妹的一生幸福负责,否则就不是好姐姐。如果正好有一个不争气的弟弟,这种“病毒性信念”会让大姐无原则地付出,最后成为不能承受之重。

再来说说弟弟是老么的情景。由于他是家里最幼小,甚至可能是唯一的一个男孩。他更能得到父母的溺爱和宽容。如果大姐和最小的弟弟岁数相差比较大,大姐会更包容弟弟,并在很多方面代替妈妈,承担起照顾弟弟的责任。

在成长过程中,老么因为没有被后面的弟弟妹妹夺爱的焦虑,因为得到家庭里更多人的支持和宠爱,即使犯了错误也有人在后面帮他收拾,能被轻易原谅,性格上会比较任性,习惯依赖别人,做事情凭兴趣不考虑后果,做不好又承担不起责任。成年后离开家庭,在面对竞争和挫折时,这样的老么容易退缩,放弃努力,逃避责任。在婚姻中,也很可能会找一个能干、能让自己继续依赖的人。

姐姐成了妈

并非所有长姐和老弟都按照以上情况发展,但在生活中,由于过度负责而被连累的老姐和不懂得为自己负责而状况不断的老弟还是不少,这个现象具有典型的心理学意义。

举个例子。妈妈交代过,让我照顾好弟弟。”母亲去世前的这句嘱托,已经成为她的信念,快50岁的她一次次为那个长不大

的弟弟收拾残局,最后气急攻心,心脏病发作住进了医院。

她是家里的老大,中间有三个妹妹,最小的是弟弟。父母多少有些重男轻女,弟弟出生后,自然而然成为家里的中心,她这个比弟弟年长10岁的大姐更是成为父母的管家助手,每天放学后最重要的任务就是带弟弟玩,再长大一些,则陪弟弟做作业。在父母眼里,如果弟弟功课好,那是弟弟聪明,如果弟弟功课不好,那就是她没辅导好。在她的印象里,弟弟的喜悦哀乐成为一家人的心情晴雨表,也成为她是否被父母待见的风向标。

渐渐地,弟弟好自己才好,弟弟过得开心自己才有资格开心成为她的本能。这10多年来,从弟弟不满意第一份工作辞职,到后来开厂失败,开店倒闭,投资被骗,她一次次贴钱帮助弟弟收拾残局,一次次苦口婆心劝说弟弟务必收效甚微,一次次张罗为他找一份拿工资的安分工作弟弟还看不上。算起来,她每年六七万元的年收入70%都给了弟弟,自己省吃俭用,日子过得有些拮据。除此之外,因为经常担心弟弟再次失败,她得了神经衰弱,长期焦虑失眠,最近几年心脏也出了毛病。

按理说,帮助自己的弟弟是人之常情。不正常的是她的过度牺牲影响了她的正常生活和健康,没有原则的帮助也让弟弟习惯了依赖,没有学会自己担当。

她的信念是这样的:弟弟又失败了,都怪我上次没有好好劝他别冒险;弟弟过得不好,我应该负起帮助他的责任。我这一生要为弟弟的幸福负责,如果做不到就是对父母的不孝。

类似的情形发生在另一个70后的她身上。她和弟弟合伙开了一家店,弟弟来去自由,店里的大事小事主要她在负

责,收入分给弟弟一半她觉得理所当然。弟弟的第一个媳妇是她张罗着找的,第一次婚姻失败,弟弟怨自己的媳妇不好,怨她这个当姐姐的没找对人,离婚后把孩子扔给她带,她认了。第二次婚姻,弟弟自己找的媳妇,孩子才三岁,弟弟移情别恋了,离婚后孩子又扔给了她。第三次婚姻,才过了两年,弟弟又和媳妇相处不下去了,眼看着婚姻又要破裂,做姐姐的这才觉得是自己的弟弟不成熟,30岁岁了还像个长不大的青春期男孩,不知道为自己的任性负责。

细究起来,这个做姐姐的也有自己的一套思维:我是家里的老大,弟弟的事情理由我管,现在妈妈年纪大了,我要负责处理好弟弟的生活工作上所有的事情。

当姐姐的也许没意识到,正是这样过度负责的“自动化思维”,让自己站错了序位,已经越过姐姐的角色,把自己当成了妈妈,把弟弟当成了未成年的孩子。结果就是,自己不堪重负,弟弟也没有机会反思,学会在挫折和挑战中成长、成熟。

现在,二胎家庭越来越多,有了兄弟姐妹的孩子在家里就有了班。那些决定要第二个孩子的年轻父母,在教养孩子的问题上,要注意孩子在家庭里的地位感,注重对老大大合作能力的培养而不苛求,注意培养老二的独立能力而不放纵,了解不同出生顺序可能对孩子行为和个性的影响,能避免孩子成年后在家庭和社会中站错位置,扮错角色。



本版插图 傅军杰

倾听情感心事 解答心理困惑

金華日報情感護理中心 讀者可登錄QQ群:56339561 與心理諮詢師在綫溝通 金華心理沙龍群:11261264 心理諮詢師學術交流群



在婚姻里卸妆

马亚伟

一个朋友说:“不管男人还是女人,都喜欢在恋爱时化妆,而习惯在结婚后卸妆。”这话说得有道理。

恋爱中的男女,都尽量展现自己最好的一面。个人从花前月下走入人间烟火,从此朝夕相对,完全放松,彼此都会卸掉“伪装”,展现出对方没有见到过的另一面。记得有一个笑话:新婚后,丈夫早上醒来,第一次看到没有化妆的妻子,吓得从床上一跃而起,大呼:“你是谁?”想必很多男女都有过类似的体验,结婚了才发现眼前的这个人很陌生,好像从来不认识。

热恋时,因为爱,所以男人和女人都小心翼翼,生怕对方远离了自己。结婚后,还是因为爱,所以在最亲、最爱的人面前变得放松。

因为放松,男人和女人都卸了妆。女人卸了妆有些吓人,脸上的毛孔变得粗大,眼睛不那么光彩熠熠,眼神也不那么柔情似水了。男人卸了妆,邋遢本性暴露无遗,说不定还有大男子主义等毛病。

没有任何人没有一点脾气,百依百顺。也没有任何一桩婚姻没有矛盾,没有摩擦。婚姻意味着为彼此撑起一个家,而这个家是最放松的地方,所以我们都会卸妆,以最本色的姿态出现。

闺蜜说到第一次和丈夫吵架,他第一次发怒的情景:他一下暴怒了,脸涨得通红,额头上的青筋也显出来。他声嘶力竭地吼叫着,仿佛一头狮子。眼前这个男人好陌生,这还是那个在耳边温柔地说“我永远爱你”的男人吗?还是那个捧着一大束鲜花在楼下耐心等上一个小时的男人吗?还是那个在婚礼上许诺不离不弃的男人吗?

闺蜜失望之极,一气之下离家出走。可是,没过几天,她开始想他,想他种种的好:他冒着暴雨为她买吃的,她不开心的时候他唱跑调的歌逗她,她宁愿自己每天加班也要挣钱给她买一条漂亮的裙子……她忍不住给他发短信:“你来接我吧。”她不说自己在哪儿,他却能在20分钟之内找到她,这就是默契。

即使他不完美,他脾气暴躁,他好冲动,他有那么多缺点,但她仍然愿意继续爱他——这才是真正的爱。即使早上醒来看到一个面目全非的新娘,他仍然愿意拥抱她,并且吻她并不光滑的脸和并不漂亮的眼睛。婚姻里,这是检验爱情的标准。

天长地久的爱情是怎么一回事?是彼此在婚姻里卸了妆以后,依然宽容对方,并且会永远爱这个有缺点的爱人。这样,并不完美的两个人,才会经营一份完美的婚姻。

怀着诗心生活

王国梁

我去一个小区办事,发现那里的环境非常好。绿树掩映,花木点缀。走到一个拐角处,发现前方不远处的梧桐树上挂着一块粉色的小牌子,上面有几个字。我近视,看不清上面的字。我猜想,这么精致的小牌子,一定是“梦想成真”或“心想事成”之类的。

可能是一个女孩挂上去的吧,她心中有一段隐秘的故事,希望自己的心上人也爱上她,于是在梧桐树下许愿,梦想成真。又或许,是一个孩子挂上去的,他遇到了种种成长困惑,于是向未来家要“心想事成”,期待梦想都能实现。

这样想着想着,我渐渐走近了。仔细一看,小牌子上的字根本不是“心想事成”,而是“请勿停车”。原来,梧桐树下是某家的停车位,因为担心别人乱停车占用自家的车位,挂了个牌子提醒别人。真的是让人大跌眼镜。原本诗意的想象,原来不过是“请勿停车”的现实。我不觉哑然失笑。不由想起看到的一个故事:一个人去旅行,途中发现有某店铺的牌匾上写着“阳光不锈”几个字。他感觉很有诗意,心情也随之好起来。车子慢慢前行,让他没想到的是,他很快看到了这个牌匾上店铺的全称,居然是“阳光不锈厨具”。

林清玄在一篇文章中也记述过类似的事,他同一位摄影家和一位画家去海边拍照、写生,他们远远看到了很多飞舞的白蝴蝶,海边怎么会有蝴蝶呢?海边没有植物,没有花,风也大。这简直太神奇了。摄影家和画家都准备把这美丽的画面捕捉到,留住这精彩的瞬间,可当他们走近以后,却发现,哪里是什么白蝴蝶,不过是一些纸片被风吹起来。三个人不由大笑起来。

生活就是如此,我们满怀一颗诗心来看待生活,希望平庸的生活把我们蒙

上一层唯美朦胧的面纱,呈现出浪漫的色彩。可是,当呆板生硬的现实赤裸裸摆在面前的时候,我们不得不感叹,想象很丰满,现实很骨感。现实并非我们想象的样子,可是下一次我们依旧会去这样想象。

罗曼·罗兰说:“世上只有一种英雄主义,就是在认清生活真相之后依然热爱生活。”是的,生活其实没那么多诗意,不简单的,我们在认清了生活真相之后,却愿意依旧怀着那颗诗心生活。我的一个同学,少年时立志成为一名画家,以为,画家的生活一定诗情画意,而且能给自己带来鲜花和荣耀。谁知,多年过去后,他的生活过得一点也不诗意,而且有些贫困,他没能通过画画为自己赢得更多荣耀,反而成为别人眼中不得志的代表。可是,他依旧矢志不渝地爱着自己的事业,从来没有一天放下过画笔。他说:“我创作的时候,觉得自己成了无所不能的人,那种成就感是无法言说的,别人很难理解,我爱这个世界,也爱自己用画笔创造的美丽世界。”



欠一点刚刚好

王秋珍

发现朋友的水培植物水非常少,好多根露出了水面。我对朋友说:“看你忙的,水都忘记添了。”说话间,我已经将花瓶灌满了水。朋友笑道:“你就叫好心办坏事了。水这么多,根没法呼吸,反而养不好。”

我仔细看了看朋友的一帆风顺,可不是,叶子绿得像刚抹了油,白颜色的花瓣像鼓满的帆,那饱满的精神,宛如十七岁的少年。

前段时间,同事送过来三条鲫鱼,我把鱼倒进水桶,打开水龙头蓄满水。同事说:“水太多了,鱼会很累的。”“照你这么说话,池塘里的鱼怎么活啊。”我觉得不可思议。

“桶里的鱼不一样,我们给它的水,够它立起来就行了。水一旦多了,它上下左右都没有依靠,反而养不久。”

很多时候,不是越满越好,越多越好。欠一点,才是刚刚好。同事说,往事突然踏马来。

十几年前,我学习擀面条。我往面粉里加水,总是偏多。水一多,面粉就无法揉在一起,我只好再次添加面粉。面粉加多了,我又加水。如此反复,我的面团越揉越大。

如今想来,我多么像幽默画里的某个角色,总想做的好一点,却总是把事情推到反面。

欠一点,才是刚刚好。听起来矛盾,却蕴含禅意,饱含生活的智慧。君不见,家庭主妇总喜欢把菜烧上一大桌,担心家人吃不好。如果是请客,就更加了,不点很多很多的菜,似乎就没法显示主人的诚意。于是乎,大家的肚子撑了又撑,还是剩下一堆,舍得的,直接把剩菜倒了;舍不得的,打包到下一餐热了再吃。长此以往,浪费资源不说,还把身体吃出了红灯。

同理,冬天的衣服,不是穿得越多越好。欠一点,给自己一点凉意,反而有利于激发身体的潜能。所有的物质条件,都不可太优越。多了,满了,人就会陷入欲望的沟壑无法自拔。而欠一点的状态,恰恰是我们的身体最舒适的状态,也是最给我们动力的状态。

俗话说,“月满则亏,水满则溢。”说的是自然现象,更是生活的姿态。刘墉在《不完而美》中说:“做文章,句子不要太显,诡文而满,寓言以讽喻,点景以生情,意味更见深长。为绘画,笔墨不必过周,以拙为巧,以空为灵,含不尽之意于画外,境界更见幽远。”为文如此,作画如此,做人亦然。话说七分,酒喝微醉,心留半空。如此,彼此才会有自在的空间;如此,我们对生活就不会奢求太多。因此,欠一点,就是少一点欲念;欠一点,就能多一点知足。

再大的世界也有角落;再强的心也需要起伏。含蓄而欠缺的人生,才能在不完美中趋向完美。

婚姻里多谈“感情”

管洪芬

前几天,闺蜜因为儿子生病,给在外地工作的老公打电话,被老公一句话呛得生了气。我去看望的时候,闺蜜气呼呼地告诉我,她已经三天没和老公说话了。

原来,因为儿子生病,闺蜜很是担心忧虑,见连续给孩子打点滴效果也不大,心里更是慌张,给老公打电话便勤快了些,唠叨了些。谁知在儿子又一次发热,她给老公打电话时,老公直接回呛了一句:“你跟我说这些有什么用?我又不是医生,孩子不舒服,直接上医院就好了。”闺蜜说,老公这几年工作干得并不顺利。每年奔波在外,忙忙碌碌,工资也没见涨,拿回家的钱更是屈指可数。原本自己体谅他,感觉他也不容易,所以对他从来没有一句苛责。谁知,他这般没心没肺,儿子生病了都这么冷血无情,那还和他有什么好说的?闺蜜恨恨地总结:“都

说谈钱伤感情,可是倘若他已不屑和我们谈感情,那么我也不介意和他谈谈钱,以后得规定他每月交多少钱。”

听闺蜜把话说到这,我心里很惊讶。想想多大事啊,真不至于闹到这份上。可是站在闺蜜的立场,我又觉得她的心情和态度完全可以理解。想起我和老公一阵子也是这样,因为生活中太多的不如意,特别是买了车,买了房后,深陷在还贷和欠债里,我们几乎每天都焦虑不安。平日里,两个人闷着头忙着赚钱,一旦争吵,势必必要说到钱,说到猴年马月才会还完的债。终于有一次吵到没脸,我提出离婚,老公一下子沉默。就是那天晚上,感觉夜特别的寂静,也是走到这一步,我们才冷静下来思考自己到底要什么。当然,婚没有离,我们由此知道了,在琐碎而繁杂的生活中,我们为赚了钱真的好久没有好好沟通了。我想闺蜜的老公一定也是如此,因

为工作不顺利,因为想艰辛一个人扛,于是独自承受着巨大的压力,闷着头想办法赚钱的同时也会心情压抑。偶尔便会不耐烦到情绪难以控制,在嘟囔、抱怨、宣泄情绪的刹那忽略了,婚姻中比起金钱这个保障,感情交流更是无比重要。一个女人愿意把自己的一辈子托付给一个男人,是因为爱他,是因为和他有感情。虽然有人说再浓烈的爱情一旦走进婚姻都逃脱不了变成亲情,可柴米油盐的生活中,不管是亲情也好,爱情也罢,都少不了夫妻双方的坦诚交流,哪怕是耐下心来听听对方的唠叨。如果把赚钱当成了婚姻生活的王道,而忽略情感的沟通,那婚姻真的很容易受伤。

我们有多久没有和另一半袒露心声,表达关切了?有时间的时候,我们真的应该这样好好问问自己。要知道你给予的理解和包容,你特有的耐心和关切,那些才是婚姻生活里最好的暖。

找准幸福的参照物

陈浩

一直觉得自己不幸福。没有靓车、没有房产,老公也是个闷罐子,每天下了班还要对付孩子的哭闹。在镜前顾影自怜,失落与遗憾常使我对着老公抱怨:“嫁给你,我真是倒霉透了,如果时间能够倒流,我绝对会重新选择一次。”

老公歪着脑袋,嬉笑着问我:“那找个什么样的?”我说:“嫁个钻石王老五就行了。”他哈哈大笑。

一天,老公带回一个朋友,说是出差到我们这,要在我家住些天。那朋友,英俊潇洒,握老公说,他家世殷实,英语八级,口才俱佳,是拥有两家贸易公司的钻石王老五,还说他做啥。一个男人该有的优点他都有了,我于是想,在我们家住的这些天,定会让老公自卑形影。

钻石王老五来了之后,家里开始发生翻天覆地的变化。下班回到家,朋友就和老公在厨房里争论着谁做饭,嘴笨的老公终于拗不过把“稻草都能说成金条”的他,留钻石王老五在厨房里干得热火朝天。我一边感叹家有钻石王老五还真不是不错,一边等待着美味上桌。

20多分钟的工夫,朋友终于探出个脑袋,叫我们吃饭了。我喜滋滋地凑上前去,妈呀,桌上就一大碗猪肉炒白菜,我还以为他的手艺会精湛到什么程度,没想到做的是连小孩都会的“一锅炖”。望着我迟疑的眼神,老公悄声打趣道,怎样,钻石王老五还不错吧?

我走进厨房,灶台上,锅盘碗筷丢得到处都是,盐洒了一地,白菜叶子也是这儿一小片,那儿一小堆。我收拾了半天,好不容易才将物品全部归位。

晚上,我下班回到家,心想,朋友应该会请我们去外面吃大餐啊,正美滋滋地想着点菜时,朋友就殷勤地端出一碗猪肉炒白菜,招呼我们坐下吃。我这才领会到什么叫“越有钱,越吝啬”的道理。再望望四周,他抽的烟屁股插满了我心爱的花盆,去上洗手间,扔得满地的香蕉皮害得我差点摔倒。老公让他洗澡,他嚷嚷,今天没流汗,免了,明天洗。更让我难以忍受的是,只要我们在家,他就喋喋不休,教我们利用上班时间做私活,一点都不像个受过高等教育的人。

忍受了几天的折磨,我和老公终于长出了一口气。看着恢复到原样的家,我的心里特别温暖,就在那一刻,我突然觉得嫁一个人是嫁他的习惯和喜好,老公虽然没钱,但在生活习惯上绝对优于钻石王老五,他不抽烟,空气清新永远清新干净;他爱做饭,半个小时绝对可以烧出我爱吃的两菜一汤;他爱整洁,饭后擦桌洗灶这等小事根本不用我操心;他爱安静,即使看电影,也会为了避免吵到我,尽量用耳机……

突然间,觉得自己生活在蜜罐里,很幸运也很幸福。看来,幸福不仅需要参照物,而且还得找准参照物,只有这样,内心才会涌动无比的幸福和感恩啊。

