



心情故事

倾诉人:蜜儿 女 30岁
采访时间:2020年8月12日
采访人:记者 樊倩影

蜜儿自述:

1 父母实行“放养政策”，我从小就很独立

我老家是襄城县农村的。小时候，我家里的条件不是很好。听母亲说，她和父亲十分疼爱我，家里偶尔杀一只鸡，她和父亲从来不舍得吃，只让身体瘦弱的我一个人吃。父亲每次下班回家，最喜欢把我举起来让我坐在他的脖子上玩。

在我的记忆里，父母都很忙，对我实行“放养政策”，凡事都放手让我自己去。我快上初中时，他们开始做生意，比以前更忙了。记忆里，母亲很少给我做饭，更别提接送我上学、放学了。

让我印象深刻的是独自上学。我上小学的学校在村子里，而我家住在村外。班上有28名同学，我家是离学校最远的。从第一天上学开始，父母就让我独自去上学。从家到学校有两条路，一条是大路，绕得远，耗时久；一条是小路，经过一个大斜坡，再跨过一条小河，比走大路少花费5分钟。为了节省时间，我常常抄小路上学。平时还好，遇到恶劣天气，河水涨水，掉河里是常有的事。还有那个斜坡，一遇到下雪天，放学回家我得爬上去。

我上二年级时遇到了一次恶劣天气。那天早上狂风大作，大雨瓢泼，空中电闪雷鸣，四周都黑漆漆的，我独自一人打着一把黑色的雨伞走在空无一人的大路上。突然一个大响雷在我头顶炸开，我吓得紧紧握住伞柄直掉泪，可还是硬着头皮去了学校。

上初中时有一天，我上学必经的公路上出了车祸，我恰巧看到了事故现场，心里非常害怕，多希望父母在家门口等我放学，可我始终没有说出口。那天晚上晚自习放学，我走到那里时吓得汗毛都竖起来了，骑着车子的腿也不听使唤。我不知道自己是怎么回的家。自那时起好长时间，我总是做噩梦，蒙着头睡仍是噩梦不断。

对于我的学业，父母也少有过问。父亲曾当着我的面对他的一个朋友说：“我从来不管她，她想学自己就学了，不想学怎么管也不会学。”在父母的“放养”下，我从小就养成独立自主的性格，在此后的人生路上，每一次重大抉择基本上都是自己拿主意。

高高的个子，穿着一身白色的连衣裙，一头长发被高高地束在脑后，30岁的蜜儿看上去要比实际年龄小几岁。看见我走过去，她连忙站起来微笑着示意我坐下。“自去年生下女儿以来，我母亲来家里帮忙带孩子。我俩矛盾不断，我真的很苦恼……”蜜儿不由地叹了一口气，开门见山地说，“和一位心理咨询师朋友聊起时，在她的引导下我才发觉原来我和母亲‘积怨已久’。”

母亲，如何与您“和解”？



资料图片

4 母女俩矛盾不断，我感觉很苦恼

和母亲的矛盾最终还是爆发了。上班不久后，我发现奶水不够了，可女儿不吃奶粉，辅食也吃得不好，加上生了一次病，瘦了不少。一天晚上，我给女儿洗完澡穿衣服时，看着女儿瘦小的身体不由地流下了眼泪。母亲看到后问我怎么了，我说我奶水不够女儿吃……母亲提高嗓门说你别心眼儿那么小，她只要精神头好就行。本来是一句再普通不过的话，可对于当时焦虑无比的我来说是那么刺耳，我一下子想到小时候母亲指责我的情景了。

“妈，你能不能不指责我？为什么你总爱指责我？”我控制不住自己的情绪大哭起来。晓锋闻声赶紧从书房跑了进来，母亲也哭着跑进了她的房间。晓锋安慰完母亲，又过来安慰我。虽然在晓锋的调解下，我和母亲握手言和了，但双方心里却有了隔阂。之后的日子，我们母女俩经常发生小矛盾。我感觉很疲惫。

有一天，我和一个做心理咨询工作的朋友聊天儿。听了我的抱怨，她分析说，其实我和母亲“积怨已久”，对于父母因忙碌而忽略我，我在内心有深深的不满，甚至是怨恨的。“觉得没有被父母好好爱过是你目前和母亲关系紧张的重要原因。”她说，之前没有真正生活在一起，这个问题没有被发现，当真正生活在一起后，矛盾就出来了。在朋友的引导下，我慢慢地调整自己的心态。虽然一时无法和父母和解，但相信通过自己的改变，母亲也能觉察到吧。

(文中人名均为化名)

2 母亲来到我家帮我照顾女儿

时光如白驹过隙，转眼间我硕士研究生即将毕业。本来说好留在母校所在地郑州找工作，可后来发现相处了两年的男友并不适合结婚，我当机立断和他分了手。为了避免再和他有纠缠，我直接回了老家，暂时找了一家企业打算边工作边寻找更好的工作机会。也许是觉得我研究生毕业后回到了小县城太丢人，回家后父母对我的态度十分冷淡。父亲更是不愿意和我说话，一说话就发火。有一次，母亲又在我耳边唠叨，大概意思是我都二十五六岁了也没个对象，更没有一份稳定、体面的工作。我觉得父母太看重他们的面子，根本不在乎我的感受，非常生气。

在那个企业工作了半年，我考取了许昌市区的一家事业单位。之后，通过朋友介绍，我和现在的爱人晓锋走到了一起。晓锋同样来自农村，通过自己的努力考取了公务员。他比我大3岁，为人诚实善良，却因为家里经济条件不好，暂时买不起房子而在相亲中一次次被女孩儿忽略。

和晓锋相恋一年后，结婚便被提上了日程。我和晓锋见了彼此的父母后，便开始张罗结婚事宜。父母看到我稳定下来非常开心，给了我10万元钱资助我们买房子。就这样，我在许昌安了家，过起了自己的小日子。

婚后一年，女儿朵朵出生了。婆婆因为年事已高又患有糖尿病，只来伺候了月子就回老家了。由于缺乏经验，很多时候面对女儿的哭闹，我显得束手无策。在我的恳求下，母亲同意来许昌帮我带孩子。在女儿5个多月时，母亲终于来了。

母亲来后，我很开心，一方面是母亲的帮忙让我没了后顾之忧，另一方面是我之前常年在外面求学和她聚少离多，母女两人很少有时间真正生活在一起。此次母亲来，我们母女终于有了好好相处的机会。

母亲始终觉得女儿家不是自己的家，朵朵也是别人家的孙女，不是看在我面子上她是断然不会长期住在这儿的。有一天，婆婆从老家来看望朵朵。起初，朵朵认生，待在我母亲怀里不让奶奶抱。婆婆逗了一会儿，朵朵便让奶奶抱了。等我母亲再去抱她时，她直往奶奶的怀里躲。母亲大为失落，说她再怎么亲也比不过奶奶亲，并为此念叨了好几天。

生活习惯上，我们也有很大差别。母亲素来节俭，见不得我们剩饭、剩菜，总盯着我们把饭菜吃完，如果吃不完倒掉她会唠叨好久。母亲经常挂在嘴边的话是：我这么精心地给你们做饭，这么好的饭菜，我都舍不得多吃，你们还总是剩下！母亲这样让我和晓锋很不自在，他经常晚上吃完饭就找借口出门了。

她是孩子的奶奶还是姥姥。母亲笑着让那个阿姨猜，阿姨直接猜了是奶奶。母亲听完撇撇嘴说，她带的是别人家的孙女。

母亲很不适应城市生活。母亲的到来让我轻松了不少，但很快产生了新问题。生活习惯不同、不适应城市的生活以及带女儿的辛苦让母亲情绪十分低落。为了帮助缓解她的不适，我每天下班就匆匆忙忙地往家跑，从不敢在单位加班，有忙不完的工作就等女儿睡了再干。周末时，我就让她回家休息两天。即使这样，母亲仍然时常流露出愿意待在我家的意思。

3 母亲很不适应城市生活

有一次，我正抱着女儿玩耍，母亲突然轻描淡写地说，等朵朵一岁断奶后就带着她回老家，让我们想女儿时就周末回老家看她。我听了有些吃惊，当即拒绝了。没过多久，我姑姑便给我打电话，问了朵朵近期的情况后说起母亲周末去她家说服她来我家看孩子。姑姑说她因为要照顾我奶奶分不开身，实在没法帮我带孩子，还说劝了母亲很久让她多为我想想。

还有一次，我和母亲一起带着女儿在小区里玩，一个同样带宝宝的阿姨看见母亲抱着朵朵，就上前搭话问



记者手记

蜜儿和母亲不能“和平相处”看似是简单的分歧，其实既有深层次的心理原因，也有相处模式上的问题。好在蜜儿已经觉察到并试图做出改变。相信她们母女的关系会慢慢朝着良性方向发展。我们总以为亲情是一种天生的关系，不需要任何经营，但其实并非如此。在和父母的关系中，我们同样需要用心经营，学会遇到分歧既不逃避也不冲动，以足够的耐心去化解。

联系记者

毛迎
电话:18697380606、4399675(办)
QQ:2245557985
邮箱:xccbmy@163.com
黄舒平
电话:13837449826、4396852(办)
QQ:376397393
邮箱:chenbaoshuping@163.com
张莉莉
电话:4396861(办)
QQ:2986160046
邮箱:zll1665@163.com
樊倩影
电话:18803740002、4396861(办)
QQ:740081429
邮箱:740081429@qq.com