



# 50+

我现在还怕她,看到她发微信来就紧张

## 60岁女儿天天苦恼: 怎么和80岁母亲相处

本报记者 吴朝香

“我到现在都怕她,看到她的电话和微信就紧张。”  
“我会给她买买穿,对她没有恨,但也爱不起来。”

60岁的展梅(化名)这么形容自己和母亲的关系,展梅的母亲今年80多岁。展梅觉得从小到大,母女二人没有亲昵过,“没有牵过手,更不要说拥抱。”

展梅的心里有很多遗憾,也有很多结,年纪越大越想打开,又打不开,“我有段时间,都抑郁了。”

的,儿女却各不相同。”

看着微信的展梅又生气又委屈。

还有一次,妈妈给展梅发信息说,问她们晚饭吃什么。展梅回答下速冻饺子。

“我猜她是想来我这里吃晚饭,但那天晚上我们确实没打算做菜,要简单吃。”

展梅怕妈妈疑心,晚饭饺子下好后,特意拍了照片发过去。

很快,妈妈发回一条长长的回复,大意是:你特意发照片过来,是怕我怀疑你吗?你吃简单给我看是什么意思?你们平时出去吃满汉全席时怎么不叫我?怎么不对我说?是觉得我不配吃这些吗?……

### 看到她来,我心里咯噔一下

自述:

这就是我和我妈相处的日常。她当面从来不说什么,但是转身,就会发来一堆信息,全是问号和感叹号。看得心里真的很堵。

她经常在外面说我不孝顺,作为女儿不贴心。可是我觉得我为她做了不少事情,她那些不错的衣服都是我买的,她身高比较矮,不太好买衣服,我出去逛街,看到合适的,都会立刻给她买下。

逢年过节,都会给她红包,每年春节,都把她接来吃年夜饭,吃完红包带走。

她经常微信上给我发链接,全是:孝顺的子女是什么样的?不孝顺的孩子怎么样,或者父母是怎么怎么辛苦辛苦。

看到这些内容,我心里不舒服呀。我觉得她有点道德绑架。

但我确实不愿也不敢和她相处,有时隔着窗户看她过来,心里就会咯噔一下:怎么又来了?看到她发信息过来,心里也会咯噔一下。

我腿摔伤后,有一次我儿子喊我吃饭,我在卧室里,拿着拐杖出去。我儿子立刻走过来,挽着我的胳膊说:妈妈,你别动,我来扶你。我是你儿子,这个时候,就是要我照顾你。

那是母子之间一种很自然的亲昵。我和妈妈之间,从来不会这样。如果是她受伤,我会去照顾她,但绝对不是这种发自内心的情感,而只是我觉得我有义务去管她吧。

### 这是我最大的遗憾

不时给妈妈买衣物的展梅最怕妈妈给她送东西,“她说给我买了什么吃的用的,让我去拿,我都不敢要。因为她给了我东西,以后发脾气时拿出来说事:做父母的记得你,给过你什么什么……”

曾经有一次,妈妈把展梅叫过去,说给他们买了一桶食用油,让她带回去。

展梅说,家里不缺油,而且前段时间,朋友刚好送了油过来。一个要给,一个执意不要。

“她生气了,说那么辛苦,专门给我们买了油,我还不拿。还说:既然别人送了油给我,我为什么想不起来给她送去一些?”

母女二人又是不欢而散。

随着时间的流逝,展梅和妈妈的关系没有改善,她怕和妈妈相处,也不愿和妈妈接触,可似乎也无法释然,虽然她已经有了孙辈,但妈妈的言行总是能刺中她,牵动她的情绪。有一段时间,她甚至因此出现抑郁症状。

“我很想知道,为什么我和妈妈的关系会是这样?我最大的遗憾就是,长这么大都没有被爸爸妈妈牵着手一起走,然后拍一张这样的照片。”

### 我至今忘不掉幼儿园那件事

展梅是杭州人,讲话语速蛮快,衣着得体,化淡妆,看起来比实际年龄年轻很多。她不和母亲同住,但两人住得很近。

展梅的妈妈其实也是位蛮潮的老人:会用微信,会网购。展梅曾送妈妈一只智能手机,但没教她如何用。

“她刚好有段时间住院,回来就会用了,说是护士教的。她学得很快,还挺聪明的。”这是展梅对妈妈最正面的评价。

谁能想到,这样一对母女彼此之间会有那么多难逾越的坎。

展梅的儿子已结婚生子,她说自己和儿子的关系很好,“我生孩子前就发誓,我一定要自己带孩子,不能和孩子相处成我和妈妈那样。”

虽然已升级做了奶奶,但说起和母亲的关系,展梅就停不下来,她有太多的话想倾诉,想求解。她还曾经去问过心理医生:我和妈妈怎么了?

自述:

我是单亲家庭,大概七八岁才回到我妈身边,之前一直是跟着亲戚生活。这大概是我们关系比较淡的根源吧。那个时候我也时不时被她接回来,但她从没像有些长久不见孩子的家长一样,表现得很亲。

我读幼儿园时,有一天放学很久了,她都没来接我,我哭闹,阿姨把我送回家,结果她在家睡觉。我至今都忘不了这件事。

我有时候觉得,她是不是根本就不喜欢小孩子。

从我记事开始后,她好像都没有抱过我,严格地说,我们应该都没牵过手。我和我妈也从来没有拍过照。

她总是让我有距离感,朋友之间聚会、吃饭,吃到高兴处会说一起拍个照。我和我妈在一起从来不会有这种想法。

从小到大,我妈都说我笨、丑。很长一段时间,我在地面前,也没什么自信。

我们关系这么淡漠,你会觉得我们经常吵架吧,其实我们从来没有当面争吵过。

### 微信里的话让我生气又委屈

展梅讲了两件发生在她和妈妈身上的小事。

有一次,展梅的腿受伤了,在家休息,妈妈来她家串门。她躺在床上没起来,“我问她是不是有事情,她说没有。我说,那你就随便坐吧。”

之后,就是一阵静默,这是母女俩之间常有的模式。

“我们没什么话说,两个人单独在一起,有时候还挺尴尬的,不知道说什么,我也不敢轻易开口,因为可能一句话说不对,她就不高兴了。”

妈妈就这么沉默地坐了一会儿,离开了。

“她出门没多久,就发来一条微信,很长,说我对她冷淡,对她一直有意见,说天下的父母都一样

### 专家解读

#### 亲密关系建立有关键期 家长千万不要错过



视觉中国供图

“在人的成长过程中,亲密关系的建立是有关键时期的,3岁以内,最好不要错过6岁,否则,父母和子女之间的亲密关系建立起来就不那么容易了。”浙江省中医院精神卫生科主任高静芳主任医师,经常对年轻父母们说,一定要自己带孩子,这非常重要。

高医生同时也是我们50+的智囊团,为50+社群做过心理课的分析。

高静芳说,她遇到很多亲子关系不佳的,有些人随着年龄的增长,可能会慢慢接受“不亲密”的现状,淡化这种不佳的感觉。很明显,展梅还没有适应这种“淡化”。

高静芳做了简单的分析:展梅的腿受伤了,妈妈这个时候看她,如果她对妈妈说:妈妈,我腿很痛,很难受。这个时候妈妈可能会感觉自己来得正是时候,感觉到女儿对自己的需求和依赖。但是展梅可能想的是,不想给妈妈添麻烦,所以会说:“我没事”。

对这句“没事”,双方理解不一样,妈妈自然会觉得被冷落。

“母女二人好像不在同一个频道上,大家就事论事,情感连接不够充足,有时候生活上的家庭琐事,讲情比讲理更重要。”高静芳说,如果一定要改善这种关系,60岁的女儿去适应80岁的妈妈更合适一些,“可以换位思考,共情。女儿把对妈妈的不满意列出来,然后站在妈妈的角度去理解当初妈妈为什么这么做。这么做,对女儿来说,有点难,但如果跨越这一关,母女关系就会有好的飞越,亲密密度有很大提高。”

高静芳建议,年轻的父母要有自己带孩子的意识,建立好亲密关系,这对日后亲子矛盾的化解十分有益。另外,做父母的要给孩子百分之百的爱,无论他怎样,他都是我们的孩子。



扫一扫  
加入50+社群  
遇见更多同龄人