



被儿女伤一回,才懂得“爱老己”

刘士帅



杨丽莉 绘

去,也没招呼您……”

姥爷说话声音越来越小,但柳姨全听明白了。柳姨的脸上红一阵白一阵,不知该如何接话。姥爷见柳姨不说话,以为柳姨已经原谅了晓芳。可他哪里知道,柳姨心里想的是另外一回事——就算晓芳真的怀了二胎,也甭指望自己手把手给她带娃了。

点评

老人往后撤,受益的不仅是自己

国家二级心理咨询师 俞雪芽

故事中的柳姨,是很多带孙老人的缩影。从外孙出生起,她便几乎包办了孩子的一切,俨然成了“事实上的妈妈”;而女儿女婿则成了名副其实的“周末父母”。

过度付出的背后,是被忽略的自我

一直以来,柳姨的关注点几乎都在女儿和外孙身上,唯独忽略了自己。她也有休闲度假的需求,也有想要被善待的渴望。但她内心深处的期待是:我这么全心全意地帮你带孩子,你至少应该懂得感恩,出去玩应该带上我,或者至少带上孩子,让我也喘口气。当这个期待落空,柳姨感到的不是简单的生气,而是深深的“被辜负感”:我把全部的自己都给了你们,可你们却没有看见“我”的存在。

爱自己,从“往后撤”开始

在女儿那里“受伤”后,柳姨“觉醒”了,她策划了一场说走就走的旅行——她会网上订酒店,会打网约车,完全具备自助游的能力。她带外孙去海边,其实是在“自我补偿”:我值得拥有属于自己的快乐。尤其是当柳姨意识到没为自己活过时,她完成了从“奉献型老人”到“自我关怀型老人”的心理转变。老人“往后撤”,不是冷漠疏离,而是把属于父母的责任交还给父母,把属于自己的时间和空间留给自己。对于柳姨来说,回归自己的生活,以自己为主,她的晚年完全可以过得丰富而幸福。

往后撤,对孩子的小家也有好处

当老人过度介入子女的小家庭时,孩子父母的功能就会“退化”。如果爸妈始终是“周末父母”,与孩子之间的情感连接薄弱,那么到了青春期,孩子可能面临更多问题——叛逆、沟通障碍、情感疏离,而那时再想弥补,难度要大得多。柳姨往后撤,女儿女婿就需要往前冲,在日常生活中与孩子建立真实的情感连接。这个过程刚开始可能会有不适应,但从长远来看,对小两口儿的心理成熟、生活自立,对林林的健康成长,都至关重要。

今天的故事给隔代养育的家庭提了个醒:老人可以帮忙,但不应“包办”;可以付出,但不应“替代”。学会“爱自己”的老人,不仅可以拥有更幸福的晚年,也在用往后撤的方式,成全女儿一家的真正成长。

说带着亲妈一块去,这事上哪说理去。

朋友圈里晓芳不拾闲,接连又发了好几个小视频,有在海边的,也有酒店环境的,柳姨根据视频的位置信息在网上搜了一下,发现那地方离天津并不远,可是住一晚上居然要1500多块钱。柳姨一想到晓芳两口子周末不陪孩子,还去外面乱花钱,气就更不打一处来了。林林在书房写作业,柳姨继续在沙发上看手机,看着看着,柳姨忽然有了新发现,晓芳住的那个地方,周五、周六两天的房费的确贵,可如果周日入住却只需要500多元,这也太划算了啊。稍一转念,柳姨很快便明白了,周日入住的话,周一才能返回,那些上班的、上学的肯定安排不开,怪不得房费会便宜那么多。想想快快不乐的林林,再想想吃凉不管酸的女儿女婿,柳姨暗下决心,是时候了,必须带林林来一场说走就走的“旅行”了。柳姨努力说服自己——林林刚上二年级,课程还没涉及太多知识难点,即便耽误一天课也好补,顶多是跟老师扯谎请个假的事。凭林林过往的表现,老师绝对不会怀疑的。

柳姨三下五除二在网上订下了房间,随后开始快马加鞭收拾东西。在外面只住一宿其实也没多少东西要带,柳姨很快便收拾完了。林林听说姥姥要带自己去海边,而且周一还不用去学校上课,高兴得都快跳起来了。

心寒的姥姥“爱老己”,带外孙逃学度假

周日一大早,柳姨打了一辆顺风车,带着林林直奔海边。与此同时,晓芳和老公还在酒店里熟睡,哪曾料想,老妈已经带着儿子“追”过来了。到了海边,林林和姥姥玩得不亦乐乎。柳姨呢,也有一种发自内心的释放。那一刻,看着波浪翻滚的大海,柳姨忽然觉得,过去的这些年,自己太亏了,管完了女儿管外孙,哪为自己活过一天呀!

柳姨掏出手机,不光拍大海,也给林林拍视频,还让林林给她拍,祖孙俩玩得那叫一个美。周日晚上,柳姨没忘给林林请假,班主任听说林林有点不舒服,不仅准假还叮嘱给孩子多喝水。两天的度假时光,柳姨带着林林

看了潮涨,也看了潮落,看到了海鸥飞,也听到了海鸥叫,住在高档酒店里,心情更是舒畅无比。

周一下午,柳姨带着林林返津,林林玩累了,在车上很快睡着了。柳姨也累了,眯着眼打起了盹。就在这时,晓芳的电话火急火燎打了过来:“妈,您带林林去海边了吗?”柳姨没想到晓芳会知道得这么快,正纳闷呢,晓芳已经开始了连珠炮:“妈,您是不是老糊涂了?怎么能不让林林上学,还撒谎请假带他出去玩呢?林林用手机发了朋友圈,被同学看到了,告诉了老师,老师刚给我打完电话,您瞧瞧您办的这事。”柳姨腾一下就清醒了,她本以为自己做得万无一失,却没想到林林泄了密。

柳姨明知自己做得不对,但心里对晓芳毕竟还憋着一口气。于是,态度强硬地说:“我带他出去怎么了?你自己生的孩子,天天让我管也就算了。好不容易有个周末,你们就知道自己出去玩,也不说带孩子一块去,有你们这样当父母的吗?再说了,我把你从小拉扯大,你就不能带我也出去散散心吗?今儿我把话搁在这儿,你嫌我带不好林林,往后我还就不管了,你爱让谁管让谁管去吧……”柳姨不等女儿回应,直接挂断了电话,随后又把手机关了机。

母女俩电话吵翻,女婿上门道出隐情

晚上六点,柳姨带着林林更带着一肚子气回到了天津。刚下车,还没进楼洞,忽然发现姥爷在楼下正等着他们呢。柳姨觉得奇怪,不明白姥爷葫芦里卖的什么药。姥爷见了柳姨,左一声“妈”,右一声“妈”叫得挺甜,柳姨因为心里有气,故意对姥爷爱答不理。

姥爷提着一大兜水果跟柳姨进了家门,换完拖鞋,赶紧把柳姨叫到卧室小声解释:“妈,是晓芳特意让我过来的,她说您生气了,她不敢过来,怕您见了她,更生气。妈,这回您真是错怪晓芳了,周末去海边,是我的主意。我俩想要二胎,一直在备孕,这周末正好赶上晓芳的排卵期,我俩这不是有“任务”吗,所以没带林林

网络热梗“爱你老己”悄然走红,“老己”就是“自己”,它的内核就是提醒大家好好爱自己。生活中,很多父母总是倾尽所有、全心全意奔赴孩子,却常常忽略了善待自己。直到在儿女那里“受了伤”,才幡然醒悟:余生要多疼疼自己。

小两口管生不管养,姥姥扛起带娃重担

周五傍晚,柳姨照例去学校门口接外孙林林。

林林自打出生起,大部分时间都是柳姨在照顾。即便现在,林林已经上了小学二年级,也依然住在柳姨家。柳姨不光负责接送林林、辅导功课,就连有时学校开家长会也是柳姨去。女儿晓芳通常只在周末把林林接走,周日晚上一到,立马就把林林送回柳姨家。私下里,柳姨经常抱怨:“这孩子,简直是给我养的。”可抱怨归抱怨,柳姨对林林可真是全心全意,连班主任都夸林林习惯培养得好。每当听到班主任的夸赞,柳姨心里比吃了蜜都甜。

林林出了校门,一眼就看到了姥姥,随即轻快地跑到姥姥跟前。柳姨顺手卸下林林肩上的书包,祖孙俩有说有笑回了家。

自打进了姥姥家,林林便不停催促柳姨给妈妈打电话,叮嘱妈妈别忘了来接他。柳姨理解外孙的心情,毕竟每周只有两天能见到爸妈,肯定早就盼着呢。柳姨刚想给晓芳打电话,号码还没拨出去,晓芳已经在微信给柳姨发语音了:“妈,我明天要出门,今晚不接林林了啊,让他跟您住吧。”林林听说妈妈不来接他,脸色立马黯淡了,柳姨有些心疼地看着外孙,安慰的话说得言不由衷。

夫妻俩偷摸旅游,祖孙俩被扔在家

周六上午,林林睡了个懒觉,柳姨也晚起了一会儿。柳姨在厨房准备早餐时,林林觉得无聊,刷起了姥姥的手机。这一看可不打紧,林林竟然在姥姥的朋友圈里发现了妈妈发的视频,视频里海鸥在海面上低回,海浪声声遥远而又临近……林林就像发现了新大陆,赶紧拿着手机去找姥姥。柳姨拿起手机一看,可不是嘛,晓芳口口声声说自己有事,敢情她说的有事是去海边度假呀。柳姨心里的火腾腾的,林林一直没去过海边,早就吵着要去,这下可倒好,你们把孩子扔给我,自己去海边玩了,真够可以的。柳姨强压着内心的火气,试图安抚林林:“宝儿,你爸妈肯定是出差路过海边,随手拍的视频。等以后有机会,让他们专门带你去,实在不行,姥姥带你去。”话虽这么说,但柳姨心里仍旧气难平,心想自己把女儿拉扯大了,如今又把外孙照顾得妥妥帖帖,女儿出去玩,都不