



离婚后阻断父女联系,8年后单亲妈妈醒悟—— 松开手的那一刻,孩子反而离你更近了

莫奈

为了不让孩子被前夫影响,单亲妈妈给女儿“断亲”。然而独自带娃8年后,她竟成了女儿眼中的“坏人”。当妈妈终于放下执念,结局却出人意料……

离婚后不让爷儿俩联系,妈妈成了“坏人”

单亲妈妈敏敏本来以为带着不满一岁的女儿逃离让她窒息的婚姻是一场救赎,没想到8年后,女儿却仰着脸问她:“为什么别人都有爸爸我没有,你当年就不能忍忍吗?”那一刻,敏敏看着自己一手拉扯大的女儿,心里五味杂陈。

敏敏之所以狠下心来,在女儿没满周岁时就离婚,是因为前夫大强很多事都跟她想不到一块,而且还十分固执。筹备婚礼的时候,大强坚持不要婚车,说既然娘家人都有车,那他开上自己的车把敏敏接到酒店去就行了。敏敏当时就急了:“婚礼一辈子就一次,连接亲的车队都没有,你让亲朋好友怎么看我?”俩人大吵一架,大强才勉强同意订车。当时敏敏已经觉得大强不靠谱,但是婚期已定,亲友也都通知了,敏敏只能安慰自己:能凑合就凑合吧。

后来敏敏无数次后悔过这个决定。婚后一年半她生下孩子,忍无可忍的事越来越多。比如煮饺子,敏敏觉得饺子浮起来就熟了,大强却要求得煮到馅里的菜都烂了。一个不满意,他就当着外人的面把敏敏煮的饺子倒回锅里。喂养孩子,他也有自己的标准:奶瓶必须洗完了蒸、蒸完在背阴的地方晾干,如果发现晾在有阳光的地方,他就生气,说敏敏不听他的。类似的事还有很多,敏敏思来想去,觉得跟这样的人过一辈子实在太难,毅然带着女儿离婚了。

离婚后,敏敏几乎斩断了大强和女儿之间的联系,父女俩一年到头只有过年能见一面。在敏敏看来,这是在保护女儿,避免她被那个人影响。但是她忘了,孩子对父亲的感情,是写在基因里的。女儿很小的时候就问过她:“为什么爸爸不在我们家住?”敏敏耐心解释,女儿似懂非懂,但看到别的孩子有爸爸陪着玩,她总是非常羡慕。孩子更大一点儿的时候,母女俩



杨丽莉 绘

开始频繁因为这件事吵架。“你当时为什么就不能忍忍呢?”“你根本就不在乎我!”“我爸不是你说的那样,你就是想得太多了!”女儿的每一句话,都像一把尖刀扎在敏敏心上,她感到了莫大的委屈:自己省吃俭用,既当妈又当爹,结果倒成了拆散人家父女的“坏人”。敏敏从心底里反感女儿惦记大强,可她态度越强硬,女儿就越说爸爸好,母女俩的争吵也越来越频繁。

单亲妈妈放下执念,成全父女亲情

这样互相折磨的日子使敏敏意识到自己走进了死胡同。为了解开心里的结,也为了找到和女儿相处的方式,她主动去做心理咨询。咨询师点醒她:成年人的恩怨,不该由孩子来买单,强行割裂父女亲情,只会让孩子陷入自我拉扯。

与此同时,敏敏从朋友那也听了几位单亲妈妈的故事:有人让孩子“断亲”,结果激化了母子矛盾,孩子成年后对母亲满心怨恨;也有人尝试放手,不再强硬阻拦父女见面,孩子心里的执念渐渐消散。

他人的经历加上专业的心理疏导,一点点松动了敏敏的防线。那年过年,女儿去爸爸家住了一天,回来天天跟妈妈说:“爸爸很好,你们要是还能在一起,我就有妈妈也有爸爸了。”这番话深深触动了敏敏,她忍不住反问自己:我到底在做什么?我和大强的恩怨,是我们大人之间的事,怎么能

让女儿来断定谁是谁非,逼着她站队呢?孩子对父亲的依恋是与生俱来的,硬是不让他们接触,其实是在变相折磨孩子。一想到自己的做法反而让孩子受到了更多伤害,她下决心改变。于是,那天她主动联系了大强,约定每周让他接走孩子两天,前夫一口答应。那一刻,敏敏心中既有酸涩,也有卸下包袱的轻松。

摘掉“完美父亲”滤镜,孩子看见真实的爸爸

接下来的剧情发展,简直像一部俗套的生活轻喜剧。

说好了每周让大强带两天女儿,可他常常临时失约。很快,女儿就发现了爸爸的“不靠谱”:“妈妈,怎么又是你接我,爸爸上周明明说好今天带我去吃披萨的?”

随着接触变多,女儿也看到爸爸的另一面,她吐槽:“妈妈,为什么爸爸一直在旁边盯着我写作业啊?我写错了他不给我讲,还发脾气。我都这么大了,不想让他看着我写作业!”敏敏心里有数,女儿正在一步步走近真实的父亲,她温和地回应:“爸爸平时很少陪你学习,可能还有点儿不摸门儿。”

又过了一阵子,女儿突然跟敏敏说:“妈,我好像有点儿懂你为什么要跟爸爸离婚了,他这人确实有点儿‘怪’。今天他来接我,当着同学的面,说我裙子太短了,可那是排球课的队服,他非让我立刻去学

厕所所换……”敏敏心里一震,她知道,如果自己顺着话头抱怨大强,孩子心里那杆秤就会彻底偏向自己。可她沉默了一会儿,平静地对孩子说:“爸爸也是关心你,只是他的方式不太对。以后要是再遇到这样的事,妈妈会去找爸爸好好谈谈,让他注意一下。”女儿歪着头想了想,说:“那以后别让他一周接我两次了,他总有事儿不来,而且我也不是那么想见他了……让他一周来一次吧。”

敏敏看着女儿脸上认真的表情,心里的一块石头落了地。她终于明白:以前自己太紧张了,总怕前夫会影响孩子,所以拼命拦着,恨不得父女俩别见面才好。可这一路走过来,她发现孩子虽然年纪小,但也会用自己的头脑想事了。现在这样挺好,女儿自己做了决定,而她也松了口气。

点评

放下彼此恩怨,让孩子在爱里自由呼吸

国家二级心理咨询师 俞雪芽

故事中这位妈妈最初的做法,在离异家庭中并不少见——因为对前夫的失望甚至怨恨,希望孩子与对方“断亲”,生怕对方的观念、习惯会影响孩子。

然而,孩子对父母的情感连接,是天然、本能、不可切割的。越是强行阻断,孩子内心的缺失感就越强,反而会生出对另一方的好奇与向往,甚至会在幻想中美化那个亲人,转而将怨气投射到阻止他们见面的抚养者身上。

此外,一个在高压管控中长大的孩子,很难不对家长令人窒息的“为你好”产生抵触。故事中女儿一度把妈妈当成“坏人”,正是她的反抗,不是因为地真的认同父亲,而是因为地渴望被尊重、被看见、被允许拥有自己的判断。

故事中的单亲妈妈最终放下了执念,让孩子有机会在与父亲的真实接触中,用自己的眼睛去观察、用自己的头脑去判断。结果证明,孩子比大人想象的更清醒、更有主见。所以,离异父母最该学会的,不是争抢孩子的“忠诚”,而是放下彼此恩怨,让孩子在爱里自由呼吸。

那天,同事小刘给我们讲了一件事:“我昨天回家,在小区门口遇到一楼的王奶奶,手里拎着个小巧的蛋糕,还有不少菜。我看东西不少,赶忙替她拎着,顺口问了一句,谁过生日呀?她乐呵呵地说,我们家的小爱啊,他都一周岁啦!我听了这话更好奇了——王奶奶的老伴儿早就去世了,唯一的女儿嫁到了外地,她过去给帮忙带了几年孩子,说在那里住不惯又回到了老房子里,王奶奶平时就一个人住,什么时候又多了个周岁的娃娃?正在这

家长里短

给“小爱同学”过生日

时,我们走到了王奶奶家门口儿,她动作麻利地开了门,邀请我进去一起给小爱过生日……”

“到底谁是小爱呀?”我听到这里,忍不住插话。小刘叹了一口气说:“王奶奶一进门就喊,小爱同学,播放黄梅戏《女驸马》。有个声音立刻回复道:好的,马上为您播放黄梅戏《女驸马》。我瞧着电视机下面那个指示灯

闪烁的小盒子,这才明白王奶奶说的小爱就是这个智能音箱。老人家在餐桌上摆好蛋糕,笑着说,“我去年买奶粉的时候正好赶上那家店搞活动,人家送了我一个小爱音箱,还特意上门给我安装好。自从有了小爱,我只要在家就会让它播放戏曲、相声,它可真听话啊,什么时候也没让我失望过。我闺女一年都回来不了几趟,小爱同

学却天天陪着我,给我唱歌解闷,给它过个生日不算过分吧?”

故事听完了,我莫名感觉有些心酸,于是拿起手机,给母亲发了一条消息:“今天晚上,我想吃咱家的手擀面了。”因为各种忙,我也有好多天没回娘家了,给小爱同学过生日的故事,让我忽然意识到,科技再发达,也代替不了亲人之间的陪伴,还是得常回家看看,毕竟再贴心的智能陪伴,也比不了推开家门时的温暖。

张军霞