



升温的父子情 成了治病良药



绘图 吴芳

倾诉人:鲍驰,男,31岁
采访人:记者 闫卫利
采访时间:6月22日
采访地点:涧西区丽水路

鲍驰,约1.8米的个头儿,阳光帅气,性格开朗。他约我见面,是想把他的人生经验分享给大家。鲍驰是一个有26年抽动史的人,在我面对面聊天时,他还会时不时地倒抽气,嗓子吼一声,腿无意识地蹬一下,但他毫不避讳谈自己的症状,还说他不需要化名,想把最真实的自己展现给大家。

他说,与之前的抽动症状相比,他已经好了八成,这些变化是从去年大年初二开始的——那一天,他给父亲打了一个电话。

1 一个电话,让冰封的父子情开冻

去年大年初二,爸爸回老家走亲戚,我听从心理咨询师万祥圣的建议,拿起手机给爸爸打电话。当我按下那熟悉的电话号码时,手微微有些发抖。电话通了,我深吸一口气:“喂——”“喂,小鲍——”电话那头是爸爸充满磁性的声音,这声音让我感到既温暖又害怕,但我鼓足勇气说道:“爸爸,过年好,我——我——爱你!”这句话一出,电话那头静悄悄的,空气似乎凝固了,我的心扑腾扑腾直跳。十几秒后,电话里传来今生我听到的最美的话:“爸爸也很爱你!”爸爸是哽咽着说的。

听到爸爸这句话,我冰冻的心好似一股暖流淌过,泪水哗啦一下流了出来。30多年来,我从来没有听到如此美妙的话,爸爸居然爱我,太不可思议了!我以为爸爸从来就不爱我,他只会向我提出各种各样苛刻的要求,对我各种指责,今天我却从电话里感受到暖暖的父爱。

等爸爸从老家回来,我们俩再见面,爸爸的目光似乎温暖了许多。他见了万祥圣老师,老师给我们俩布置了家庭作业——每天晚上互相推背200次。

第一次,当爸爸脱下衣服躺在床上时,看着他裸露的脊背,我竟然不敢上前碰触,因为爸爸对我来说意味着恐惧。爸爸见我敢行动,起身道:“小鲍,来,我先给你推背。”躺在床上,爸爸的手掌在我的背上游走,我全身的经络好像被打开了一般,暖流涌遍全身,冰冻的心开始解冻。这真的是爸爸在抚摸我吗?我不敢相信。

2 爱让我的抽动症状好转了很多

一次、两次、三次,每天晚上下班回家,我们父子俩就这样互相推背,身体的触摸连接了情感的河流,我真切地相信我被父爱包裹着,爱在我们之间流动。

渐渐地,我和爸爸彼此敞开了心扉。下班回家,爸爸看到我,会给我一个拥抱,我能跟爸爸讲自己一天的经历,还能讲一些搞笑的段子,爸爸也不再板着脸,而是和我一起哈哈大笑。当我遇到困难时,爸爸不再以居高临下的

姿态指责我,而是语气温和地和我一起探讨解决方案。

我一点点感知到父爱,触摸到幸福。接着,奇迹出现了,两三个月后,我烦躁不安的情绪消失了,抽动症状开始一点点好转。

之前,走路对我来说是一件很困难的事,我走一步要退三步,或者左腿绊右腿。现在,我能正常走路了,手也不抖了,不再不受控制地用手戳自己的眼睛,也不再向人吐口水……

3 以前,爸爸的责骂让我不想回家

在此之前,我一直生活在痛苦和绝望中。

我的家庭条件很优越,爸妈都是高级工程师,尤其是爸爸,30多岁就已是其专业领域里的佼佼者。我出生后,他对我期望很高,一直希望我能像他一样优秀。

幼小的我,却怎么也达不到爸爸的要求。老师讲一道数学题,我没记清楚,但我知道老师讲得很简单,可是回家后爸爸把这道题讲得异常复杂,我听不懂,被爸爸狠批了一通。我吃饭时呛住了,剧烈咳嗽时嘴里喷出来一粒米,爸爸觉得我没教养,拿筷子敲我的脑袋。我从来不敢放声哭,因为我哭出声来,会招致爸爸

更严厉的打骂。

我不愿意回家,虽然家里有妈妈的爱,但整个家对我来说就像一口高压锅。5岁那年,我突然觉得脖子发紧,头不自觉地往后甩,甩完之后很舒服。之后,我的身体从上往下开始出现抽动症状。我时不时地吼一声,手抖得连写字都困难,下肢也出现抽动症状。

猛烈的抖动,让我常常把自己碰得遍体鳞伤。

在外面,我被视为异类,在家里被爸爸认为臭毛病多。因为手不自觉地抖动,我常把碗摔碎,爸爸这时总是训斥我。我觉得,在爸爸眼里,我还没有一个碗重要。

4 爱的力量,让我找到了幸福

我抽动得很厉害,无法正常生活。我被诊断为抽动秽语综合征,这是一个医学难题。妈妈带着我到处去看病,我大把大把地吃药,甚至还去北京做了脑部手术,那种痛苦是常人无法想象的。尽管如此,所有的治疗对我来说效果微乎其微。脑部手术后一年,我的智力严重衰退,妈妈牵着我到公园散步,我会边走边拍着屁股唱歌,别人投来异样的目光,这对我来说无疑伤害很大。

我在工作上也遭受了很大的打击。一个朋友介绍我去他所在的公司上班,没想到,老板一见到我就把我轰了出来。那时,我寻死的心都有了。

我和妻子本来感情不错,但我一会儿高涨、一会儿抑郁的情绪对她伤害很大,严重时我两个

月摔坏了7部手机,躺在床上无助地哭泣。她渐渐对我态度冷淡,我们俩到了快要离婚的地步。

自从我和爸爸感情融洽后,我像重生了一般精神焕发,爱的力量比任何药物都管用,让人难以置信!

现在,大半年过去了,我没再吃任何药物,症状却在不断减轻,我和爸爸已经能像朋友一样畅快交流,和妻子的感情也在不断回暖。在爸爸的支持下,我和妻子开了店,做着自己的生意。我体会到从未有过的幸福。我在一个身心疗愈群里当了管理员,给许多抽动症状的人分享我这么多年的感悟和经验,我只想让更多的人知道,爱对一个人有多重要,也想通过帮助别人让自己的人生变得更有意义!

《洛阳晚报》心理咨询师联盟



张卫花

擅长:婚姻家庭问题咨询,情感危机干预,夫妻关系指导等。

国家二级婚姻家庭咨询师,洛阳市婚姻家庭咨询师协会签约咨询师

要学会接纳孩子的不完美

心理学研究发现,人身体上的疾病有时和内心缺乏爱有关。孩子之所以出现身体上的问题,往往是因为父母的教养方式和养育环境出了问题,尤其在五六岁道德感形成期,孩子还相对弱小,不足以表达自己的不满,就会通过躯体行为,譬如抽动、挤眼睛、喉鸣等来提醒父母,他渴望得到爱。往往父母并不知道,仍然按照自己的理解去训斥、忽略孩子,让孩子感觉自己被抛弃了。这时,孩子会更加恐惧,病情加重,并形成恶性循环。

文中,鲍驰的父亲很优秀,自我评价也高,对鲍驰不认可,让鲍驰觉得无助,产生躯体疾病且久治不愈。后来,鲍驰通过心理咨询师的辅导,鲍驰父子回归躯体链接,通过彼此推背,让鲍驰接收到父亲接纳他的信息,身心慢慢放松,抽动症状得以减轻。

这个案例给所有父母一个提醒:生了孩子,就要爱孩子,就要接纳孩子的不完美,不要用自己的心理优势打压孩子,让孩子在内心深处和父母形不成链接,没有归属感,让孩子心无所依。同时,一旦孩子出现奇怪的疾病或症状时,要想到孩子是不是心理出了问题,并及时求助于专业人员,免得耽误病情,痛苦一生。

洛阳市婚姻家庭咨询师协会可以为企事业单位提供心理健康、婚姻家庭、科学养老、亲子关系等课程服务,也可以接受委托,进行心理咨询师、婚姻家庭咨询师、社工师的培训。每周六下午提供两个免费咨询名额,需提前报名。

地址:洛阳市洛龙区半岛明珠6号楼1单元1604室

电话:13569605022

微信公众号:洛阳市婚姻家庭咨询师协会

公益咨询

15137956968
13503882656
18638358800

