

倾诉人：
枫(化名)
女 33岁
采访人：
记者 闫卫利
采访时间：
7月6日
采访地点：
报业大厦二楼



绘图
雅琦

小姑子住我家 搅乱了我的幸福生活

枫情绪很激动,不断用手帕纸擦眼泪,她觉得日子过不下去了,甚至不想走进那个家,这是她小姑子引起的。



《洛阳晚报》心理咨询师联盟

本期咨询师

刘香:国家二级婚姻家庭咨询师、二级心理咨询师。多年来,她一直致力于心理咨询实践,擅长个人情绪管理、个人成长问题咨询、婚姻家庭问题咨询,对抑郁、焦虑情绪困扰和儿童教育问题的心理危机干预也有研究。



取得爱人体谅 不要孤军奋战

俗话说,小姑子是门后的婆婆,婆媳关系难处,这姑嫂关系若处理不好,婆媳相处就会难上加难。枫的小姑子离了婚,情无着落,虽然身上有不少毛病,但毕竟处于弱势,这时枫与小姑子闹矛盾,无疑会伤婆家一家人的心。家是讲情的地方。所以这个阶段,枫不能硬斗,而要智取,应该冷静处理婆媳关系和姑嫂关系,不要让自己经营多年的和睦之家毁于一旦。建议枫:

1. 针对家庭的支出与责任,勇敢地划清界限。先和爱人沟通,一次不行再次沟通,形成一致意见,对家庭经济方面,不能不管,也不能不切实际地大包大揽。一味付出不求回报,既委屈了自己,又会让他入习惯并觉得理所当然。
2. 保持家庭成员间的距离。有时候“眼不见”也是一种解决办法。
3. 尊重自己,关心他人。枫作为媳妇,遇事尽量让爱人出面,把自己的想法、情绪告诉爱人,得到爱人的体谅,他才会适当的时候保护你的利益和面子,不至于让你孤军奋战。同时,也要体谅他人的不易。
4. 求助于专业的婚姻家庭咨询机构,疏导负面情绪,调解婚姻家庭矛盾。

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:13721669955

微信公众号:洛阳市婚姻家庭咨询师协会

公益咨询
15137956968
13503882656
18638358800

你的心事
我来听

1 家庭和睦,邻里羡慕

我和爱人都是性格很平和的人,在周围人眼里,我俩很般配。他很大气,对人热情诚恳,为人和善。我性子急一些,也不是斤斤计较的人,从小爸妈给我灌输的思想就是,亲情是第一位的,什么都没有一家人和睦重要。我们结婚这么多年,很少吵架。

婚后,我们跟公婆住在一起,公婆住一楼,我们住二楼,共用一个厨房,一起吃饭。

爱人对他的父母很孝顺,家里的米、面、水果、燃气等,都由他买。我也惦记着给家里订奶、交水电费等。家里所有的开支,都靠我俩的工资支撑着。我俩工资不高,还要还房贷,因此总是月光。

尽管如此,我们也没想着向老人要钱。虽然他们的收入一点也不比我们少,但他们特别省,把钱攥得很紧。我知道从穷苦年代过来的人都特别俭省,所以,我心里也没有觉得不平衡。一家子和和睦睦,邻居们都很羡慕。

2 小姑子离婚,搬回来住

自从小姑子住到我家后,我的内心开始一点点失衡,甚至到了要跟她撕破脸的地步,我对爱人的怨气也越来越大,这个家我快待不下去了。

4年前,小姑子离婚了。她跟我年龄差不多,被我婆婆宠出一身“公主病”。结婚前,她在家里什么都不干,衣来伸手饭来张口,享受得心安理得。我看不下去,却也不好干涉。结婚后,她到了婆家,待遇直线下降,自理能力又不强,和婆婆起冲突,和丈夫闹矛盾,才过了一年就离婚了。

小姑子回来了,全家人把她当成在外受了伤的孩子,格外照顾。

每顿饭,婆婆都把饭盛好,端到小姑子面前。爱人一下班就去找她聊天,给她带她爱吃的巧克力、鸡排等。有时她想吃啥,打一个电话给我爱人,他下班就给她带回来了。我虽然有一点点醋意,但小姑子受了情伤,在娘家疗伤,我能理解,家人对她格外呵护,我也能理解,所以最初一年,我只是私下里跟爱人斗斗嘴,“你啥时候也能对我这样好?”其实我没往心里去。

3 我忍不住吃小姑子的醋

小姑子在家什么也不干,吃吃睡睡大半年,终于开始上班了。家人始终把她当孩子宠,让我心里有些不舒服。

小姑子要上班了,婆婆把牛奶、水果准备好,塞到她的包里,叮嘱道:“多喝点奶,吃点水果。”天稍微阴一些,婆婆就把雨衣用塑料袋装好,让她带着。吃饭的时候,我们同在一个饭桌上,婆婆不停地给小姑子夹菜。

我同样上班,没有人问过我需不需要带点吃的喝的,阴天,婆婆不会问我需不需要雨衣。

家里的大部分花销都由我和爱人承担,他们享受着,从来不问我和爱人的感受。更让我心里不舒服的是,小姑子一下班,就往沙发里一坐,把两只脚往茶几上一搁,嗑瓜子、看电视。

很多次,我回家跟我妈诉苦,她总是劝我:“一家人别计较那么多,再说了,媳妇总归比不上闺女,你有妈疼你呢,吃哪门子醋啊!”

经过妈妈劝解,我心里好受了点,可一回到婆家,过不了多久,我就又被不满的情绪淹没了。

4 家庭经济开始入不敷出

小姑子住在家里,一分生活费也不出,每天回家都空着手,一进家门就理直气壮去冰箱里拿东西吃喝。她一发工资,就只给自己买衣服、化妆品。

我和爱人原本就月月光,加上负担小姑子的生活费,开始常常入不敷出。尽管如此,公婆、小姑子谁也不提出生活费的事。

我猜想,公婆种了点菜,我们一家人吃,他们觉得为我们省钱了;我和老公上班,他们帮我

带孩子,他们觉得自己出力了;小姑子认为,她跟着爸妈,吃爸妈的理直气壮。

爱人是老好人,即便自己日子再艰难,也不忍心伤害亲情。

“我受不了了,咱总不能这样撑着,所有的担子都挑吧?”我私下跟爱人说。他总是这样回应我:“都是一家人,你让我怎么张口问他们要生活费?邻居知道了会笑话咱的。”

5 家庭矛盾彻底爆发

我一直压抑着自己的情绪,心里特别委屈,又发现小姑子爱嚼舌根,经常在婆婆面前说我坏话。

一次,我准备上班,临行前去了趟厕所,她以为我走了,开始跟婆婆说我坏话。“看我嫂子那样儿,一回家就拉着脸,给谁看啊!你在家给她带孩子、做饭,她有什么理由摆谱?”

我在厕所里听得真真切切。我确实心情不爽,没什么好脸色,但没摆谱啊!我越想越气,加上头天发现我给小姑子买的奶被小姑子喝了,心里本来就窝火,她这样嚼舌根,立刻点燃了我愤怒的情绪。

“你说谁呢?你在我家吃我

的喝我的,一分钱不出,还在这里说闲话……”我一股脑地把怨气撒出来。小姑子针锋相对:“这是你家?这是我爸妈家,我吃了喝了怎么着?”

受小姑子的影响,婆婆本就对我有了看法,这场争执过后,对我更冰冷了。爱人也数落我不该这么冲动。

我想不明白,我每天辛苦上班,挣的钱都被这一家人花掉了,却得不到尊重和认可,我图什么呢?

现在,这个家对我来说就是一个牢笼,我一看到小姑子,心里就像堵了一块大石头一样难受,我郁闷、无助,不知道如何面对今后的生活。