

老父亲把我的生活搅得一团糟

● 倾诉人：
康(化名)
男 45岁
● 采访人：
洛报融媒记者
闫卫利

康头发花白，神情略显疲惫。说起自己的家庭生活，他摇头又叹气，似乎对眼下的困境无可奈何。

1 老父亲和老丈人大动干戈

我40多岁了，自从母亲去世后，80多岁的老父亲一直跟着我生活。

我和妻子上班早出晚归，儿子出生后，父亲年龄大带不了，所以丈母娘、老丈人就过来帮着带孩子。这下家里可热闹了，我和妻子之间磕磕绊绊自不必说，单是老父亲和老丈人就搅得我头大。

老父亲买东西贪多，买烧饼一次要买十个，头天买的还没吃完，第二天他又买回来十个。剩馍没人吃，他就想尽办法把剩馍夹到新馍中间，让大家把剩馍吃了。丈母娘看了看，一口馍也不吃，老丈人照样自顾自地拿新馍吃，妻子和孩子也不想吃剩馍，最终剩下一堆馍，坏掉、扔掉。

为此，老父亲到处跟别人发牢骚：“也不知道他们到底想吃啥，挑三拣四的……”这些话恰巧被老丈人听见，为此，他们在家里吵闹成一锅粥。

两位老人还因为孩子大动干戈。一次老丈人带孩子出去玩，老父亲也非得跟着去。因为孩子和小伙伴争玩具，老丈人就训斥了孩子几句，老父亲见孙子受委屈，上来就和老丈人理论，俩人越吵越凶，甚至动手打起来，脸都抓破了，真是让我感到丢人！

争吵过后，老父亲倒是主动跟老丈人道歉了，老丈人表面接受了他的道歉，但态度上对他不咸不淡。

2 我夹在中间左右为难

类似这样的事情发生了多次。一边是老父亲，一边是老丈人，我夹在中间左右为难不说，他们一闹，我们夫妻也会跟着吵得鸡飞狗跳，几次都差点儿办了离婚手续。

老父亲时不时惹事，我真是气啊，忍不住训斥道：“孩子的吃喝拉撒你就少操心吧，你照顾不了孩子，人家照顾你就别插手，管好自己行不行？”

可是老父亲就爱瞎操心。大早上，我和妻子还没起床，他就多次扒着门缝看孩子醒了没，妻子大为恼火，我也觉得父亲的行为实在不妥。

孩子起床后前脚进厕所，后脚老父亲就跟了进去，迫不及待地问：“你想吃什么？我去给你买。”孩子在厕所，他却问吃什么？真不是时候。

孩子放学时，老父亲总要给孩子买三个鸡腿，当天的还没吃完，第二天照例又买回来。孩子吃得都不想吃

3 父亲倔强又卑微

我想好好孝敬父亲，让他的晚年过得健康、舒心，可是老父亲倔强得很。

他腿部有风湿，天冷风湿会加重，可他还保持四五点起床出门的习惯，我不让他出门那么早，他偏不。

白天，他总是窝在家里看电视。他耳朵背，把电视声音开得很大，每每看到不顺眼处，还会愤愤地骂个不停，不但影响别人，对孩子也产生不好的影响。我说他几句，他生气了，说我不让他看电视。

父亲对外人总是一副讨好相，只要出门，他兜里必会揣盒烟，不管认识的不认识的，年轻的年长的，即便是求他办事的人，他都会抢着给人家递烟。人家烟快抽完

了，他还是一个劲儿地买，直到我把不新鲜的鸡腿放桌上几天，他才不买了。可他转而开始买肉夹馍、火腿肠，一个接一个地往家拿。

我劝老父亲：“孩子有我们管着，你别操他的心行不？你买那么多他吃不了，不浪费吗？你照顾好自己，吃好穿暖，身体健康，在家里不惹事，就是对对这个家最大的贡献！”

说实话，回怼了老父亲，我心里也挺难受，我知道那是父亲对晚辈的一片爱心，我也经常能回想起早年父亲对我的爱和呵护。

父亲是个勤快人，我小的时候，他每天早上四五点起床，挑水，做饭，洗衣服；我半夜发烧，父亲背上我就往几里路之外的医院赶，我每每想起这些，都能感受到父爱的伟大。父亲外出，我让他回来时给我带好吃的，他会偷偷藏起来，骗我说没带，在我失望之极时又猛地拿出来，那种突然而至的幸福深深印在我心底。

了，他又适时给人家递上，丝毫没有自己的尊严，这样卑微的父亲让我觉得很无语。

父亲实心眼，推销员一说什么东西好，他立马就掏钱买。街头骗子说回家没路费，他赶紧给人家路费。他的退休金存在银行，我一个月帮他取1000元钱，他都不知道花到哪里去了，还埋怨我不舍得让他花钱，赌气一个月不在家吃饭。

好在现在孩子大了，丈母娘和老丈人走了，家里清静不少，可是父亲的很多做法依然让我头疼不已，也常成为我和妻子发生冲突的导火索。

“爱太满，招人嫌。”面对这样的老父亲，我真是有苦说不出啊！

剖析

晚报公益
心理咨询师
闫卫利



从康(化名)的讲述中看得出来，他深爱他的父亲，但又对父亲的一些行为不接纳，甚至是反感。当爱和排斥纠缠在一起，生活自然不会开心。

在康的家庭里，他的父亲做出了种种不符合他期待的行为，给他的婚姻关系以及其整个家庭关系带来了困境。表面上看是父亲制造的矛盾，实质上反映了康的家庭关系充满了张力，在应对父子、夫妻关系以及与老丈人等多方关系时，他力不从心，缺乏智慧。他把这种无力感投射给老父亲，老父亲成了“背锅侠”。

拒绝父母，尤其是年迈的父母，最常见的形式就是“提要求”——你要按照我的意愿来，把自己凌驾于父母之上，导致家庭序位错乱，矛盾也就产生了。

建议像康一样有类似痛苦的人：

首先，要发自内心地感恩。是父母给了我们生命，养育我们长大，父母已经给了我们很多，要感恩他们的付出，剩下的自己来搞定吧。

其次，父母是我们的根，要全然接受父母本来的样子，放弃对父母的要求，自己和下一代才有机会得到发展。比如，老父亲给孩子买鸡腿，康要先带着孩子对老父亲表达感谢，然后再通过孩子跟老父亲沟通，明天要不要买鸡腿，买几个，既让孩子学会感恩，也给孩子树立了尊重长辈的榜样。

最后，要看到父母年迈，对生活失去掌控感的恐惧心理，体会他们的无助和痛苦，尊重他们的生活方式和处世方式，少指责，多关心，就是对父母最好的孝。比如老父亲习惯早起，劝解不行，那就给老父亲买一副护膝，叮嘱他保护好膝关节。同样是表达爱，这种方式比指责更充满温情。

康原本一肚子苦水，在咨询师的引导下，他更多地体会到了老父亲的爱和无助，感到羞愧、自责，认识到是自己对老父亲关心不够。他表示，接下来自己将不再挑老父亲的刺儿，努力做好儿子的角色，让老父亲安享晚年。



扫码免费咨询

您来诉说，我来倾听。您有苦恼，我来排解。无论您遇到恋爱、婚姻方面的困惑，还是产生亲情、友情、职场、社交等方面的焦虑，抑或是您的父母、子女、亲友等心有纠结，晚报公益心理咨询师都愿意听您诉说，和您一起面对！

联系电话：15137956968(微信同号)