



## “我辛苦把儿子拉扯大 他竟然把我拉黑了……”

心理咨询师：  
真正的母爱，是一场得体的退出

“我辛苦把儿子拉扯大，他现在竟然把我的微信拉黑，还不接我电话！我该怎么办？”前几天，一位单亲妈妈走进宁静港湾婚姻家庭服务中心（以下简称宁静港湾）倾诉，希望志愿者们帮她想想办法。志愿者们在了解这位妈妈的情况后，也跟孩子进行了沟通，在一番心理疏导之后，这对母子终于逐渐平复了情绪。

### 单亲妈妈倾诉：儿子竟然把我拉黑了

昨天，宁静港湾的志愿者、心理咨询师韩亚琴跟记者介绍了相关的情况。倾诉者李妈妈（化名），是个企业高管，早年离异，独自一人把儿子带大。儿子很有出息，考入了上海某一本高校，毕业后本来可以留在上海工作，但拗不过妈妈的要求，回了宁波。

“其实，这对母子的矛盾从大学时候就已经产生了。小李在大学里谈了个女朋友，李妈妈怎么都不同意他俩的事，弄到最后，小情侣分了手，小李也回了宁波。”韩亚琴说，等儿子工作稳定下来后，李妈妈开始给小李张罗相亲，她心中有个心仪的人选，但小李并不喜欢。他自己谈了一个女朋友，还打算结婚。

李妈妈对儿子找的女友百般不满意，不过，这次小李很坚持。当李妈妈得知小李跟女

方领了结婚证后，非常生气，连见女方一面都不愿意。小夫妻新婚之后，李妈妈好几次深夜给小李打电话表达自己的不满，小李反驳两句，她就破口大骂，甚至还跑到小夫妻住的新房闹，弄得小李和妻子只好跑去丈母娘家住。

见儿子和自己的关系越发不好，李妈妈也想过挽回，但她拉不下面子，一方面不愿意见儿媳，一方面又不停地给儿子打电话、发微信，要求儿子经常过来陪伴她。有时，电话里还在跟儿子争吵，但一见到儿子的面，她立马就笑逐颜开。

“儿子还在读书的时候，每年寒暑假，我都会特地留出假期陪他旅游，现在他大了，连陪我去一趟都不愿意？他把我的微信拉黑，还不愿意接我电话，这是把我当成敌人了吗？”李妈妈越说情绪越激动。

### 儿子的苦恼：妈妈太过分，让我受不了

“她太过分，我是实在是受不了她了！”当宁静港湾的志愿者找到小李了解情况时，小李也克制不住自己的情绪。

小李说，从小到大，他妈妈总想让自己按照她的设想去做，一旦不如她意，她就会强行干涉，“以前的事也就算了，现在我已经结婚了，她还当我是没长大的孩子，什么都要听她的。因为对我的妻子不满，她就到处闹，等到我的小孩出生后，才消停下来。事实上，我能满足、能迎合她的，都已经做了。她不满意，骂我不孝，还在工作时间打扰我，15分钟一个电话或是一个微信语音，弄得我只好把她拉黑。”

“我曾经跟她商量过，她不愿意见媳妇没关系，结婚后我每周都去看她，但她步步紧逼，

说要我每天都去看她，我已是退无可退了。我有自己的工作要做，小孩还那么小要照顾，根本不可能天天陪她……”小李这么说。

这几天，为这对母子的事情，宁静港湾的志愿者们也是绞尽了脑汁。她们一方面要分别稳定双方的情绪，一方面充当母子俩沟通的桥梁。

最后，小李通过志愿者向妈妈表达了自己的想法。他说，自己愿意和妈妈好好沟通，但前提是妈妈不要只站在自己的角度看问题。他和妻子、孩子会每周过去看望，过年过节也去陪伴，如果妈妈愿意，他们一家三口外出时，她也可以一起去，一家人共享天伦之乐。

对于小李的提议，李妈妈并没有表达意见，她说她要回去想想。

### 心理咨询师：母爱，是一场得体的退出

昨天，韩亚琴告诉记者，除了李家母子的事情外，宁静港湾也接待过好多个单亲家庭的案例，案例中的单亲妈妈，有很大一部分都存在和李妈妈类似的情况：对孩子控制欲比较强，希望孩子的人生按照自己的意志来运转，一旦出现和自己设想不符合的情况，她们就像“天塌了”一样，焦虑不安，并试图通过各种方式要求孩子改变。

“事实上，孩子的成长过程，是一个逐步独立、与原生家庭逐步分离的过程。随着孩子年龄的增大，妈妈需要改变自己对待孩子的方式。打个比方，如果在孩子13岁或23岁时，妈妈仍然用对待3岁孩子的方式去应对，那肯定会出问题。”韩亚琴说，对于母爱，大家说得最多的是无私、付出、包

容，这些其实是母爱的第一个任务，和孩子亲密，呵护孩子成长；而母爱的第二个任务，则在于对孩子生活的参与程度的递减，与孩子逐步分离，促进孩子独立、成熟，“真正的母爱，还是一场得体的退出。”

韩亚琴说，对于双亲家庭而言，父亲母亲是相互支持的精神支柱，等到孩子成年，他们可以得体退出。但对于单亲妈妈来说，没有配偶支持，孩子就是她唯一的精神支柱。比如这位李妈妈，当儿子这个支柱逐渐撤出时，她会非常不习惯，再加上对晚年生活的不安和焦虑，她就倍感孤独和恐慌，所以她会尽力去抓住自己的孩子，所有手段，都是她表达自己内心恐慌的方式。可是，在这个过程中，反而让小李表现出前所未有的力量，他甚至选择和妈妈划清界限，来捍卫自己的家庭，这是小李的成长。

记者 王思勤



陈莹做的花式早餐

### 朋友圈晒图，不少家长依样画葫芦

陈莹今年37岁，北仑人，现在全职在家，有时帮老公打理店里生意。她以前是一个化妆师，怀孕后担心经常接触化妆品对孩子有影响，便辞去了工作。“生完孩子后，朋友找我继续做这行，我想想还是算了，陪伴孩子成长也是一份事业。”

也许是职业影响，她一向爱美，做早餐也讲究美感。她买了很多桌布、餐垫、菜盘、勺子和叉子，“在摆盘时，中式、西式或者日式的早餐都要用到不同的配件和背景，一来孩子吃饭有食欲，二来拍照也好看。”

陈莹会把早餐拍下，发在朋友圈，就和运动打卡似的。会做包子、寿司、蛋糕，甚至熬奶茶的她，成了身边朋友的厨房专家。时间一长，她的早餐也成了不少人的食谱，有人买来食材，依样画葫芦地给自家孩子做一份。如果陈莹好几天没晒图，还会有人来提醒。

翻看她的朋友圈，这几天都没有晒图。一问才知，原来她这一阵子没买新的餐垫和盘子了，没有新的“装备”，早餐花样再多，也感觉不出多大的新意。“家里买了好多，我妈现在都不让我买了。”

采访中记者了解到，虽然全职在家，陈莹并不清闲，除了做早餐带孩子外，她早早加入了北仑新碶街道的百灵鸟公益联盟，帮助他人的同时，精湛的厨艺有时也发挥到了志愿服务中。

记者 陈焯 通讯员 陈红

## 优先照顾颈腰腿疼痛、风湿骨病患者 向宁波万名市民免费送骨痛贴

得了颈腰腿疼痛、风湿骨病，一般人根本不能理解那种疼痛。脖子一弯就疼，肩膀痛得抬不起来，腰部没力，像断了一样，腿又酸又疼，迈不动步子，关节肿痛全身都难受。所以，很多人把风湿骨病称为“不死的癌症”。

从2017年10月开始，由众多爱心企业联合推出“关爱万名风湿骨病人”全民行动。行动将向每个城市的前一万名申请者，免费发放“高分子药物冷敷贴”。

据悉，高分子冷敷贴，通过高分子凝胶中所含天然清凉成分带走热量，可以达到局部降温，其中的TDDS药物成分与水凝胶相结合，通过水合作用，使药物成分迅速穿透脂肪层，

渗透到皮下组织，直达风湿骨痛病灶部位，作用于患处，达到冷敷理疗、经皮吸收、缓释给药的效果。

用过的市民表示，高分子冷敷贴快速减轻疼痛，降温退热。对于颈椎病、风湿关节炎、颈肩腰腿疼、肩周炎、骨质增生、腰椎间盘突出和坐骨神经痛等症有辅助改善作用。

活动优先向以下人群发放：(1)50岁以上；(2)有风湿骨痛、关节方面问题。请符合条件的市民尽快拨打热线，**400-799-5977, 0574-55116160, 27865450** 免费领取。领完活动结束！

## 静脉曲张 告诉您一个方

静脉曲张多发生小腿内侧，早期往往不被重视，患处青筋凸起，蚯蚓团状，任其发展会痒痛、麻痛、胀痛，还会疼痛溃烂。静脉曲张，脉管炎千万拖不得。静脉曲张，脉管炎现在可以试试冷敷理疗的外用新方法，就是用【脉力健】牌消痛冷敷凝胶，静脉曲张、脉管炎、老烂腿均可放心使用，只需在患处一涂一抹，简单方便。

【脉力健】牌消痛冷敷凝胶，新一代静脉曲张外用产品，专为静脉曲张，脉管炎人群研制，

它巧妙运用了外敷理念，通过体表涂抹、皮下吸收、靶向渗透，简单方便！静脉曲张，告诉您一个小方法：【脉力健】牌消痛冷敷凝胶，一涂一抹，方便真好！

目前，【脉力健】全国市场正在热销，宁波信谊药店（解放南路55号、外运大厦南100米）现已到货，买三送一。青医械广审(文)第201708005号 健康咨询：400-9189-889(免费送货，货到付款，地址发送13758958115)