

宁波晚报

宁波晚报婚恋家庭特刊

幸福家庭  
保鲜有方法

有爱大声说

2018年5月21日 星期一 责编 李秀芹 钱元平 美编 徐哨 照排 余佳维

周维勇

从事金融行业,单就家庭这个话题而言,他的“兼职”更引人关注——浙江心理健康教育咨询委员会会员、海曙心理咨询师协会主要负责人之一,为需求者提供心理援助,服务社会。



## 1 说夫妻： 不断学习成长，做更好的自己

“我常以自己的阅历和生活经验为例，给别人提供心理方面的建议。不过，我和妻子相识的这段经历，我极少提。”周维勇说，他和妻子结婚20多年，感情一直很融洽。年轻时候工作上很拼，非常忙，机缘巧合之下，他结识了妻子。认识后，两人见面次数不多，主要还是靠信件联系，过了一年，两人结婚了。

婚后头两年，因工作关系，周维勇每半个月才回一次家。儿子出生后，夫妻俩的琐碎日常就开始了。“妻子在出嫁前一直都是乖乖女，非常单纯。虽然我和她年龄相差不多，但阅历上她根本没法跟我比。因此，我除了是丈夫外，还成了她的老师、保镖、参谋。”周维勇说，妻子虽然单纯，但非常愿意学习，“夫妻之间亲密关系的维系，也在于不断学习，相互成就，不断努力去做更好的自己。结婚这些年，我也在学习，但她成长得比我快，如今在家里，她由小帮工变成了大师傅，外出办事，她不再需要我负责，而是由她横刀立马，战场厮杀。”

“夫妻相处，也难免争吵。我家有一个原则，就是矛盾不过夜。吵得再厉害，各自冷静后，我一定会拉她坐在一起沟通、分析，化解矛盾。”周维勇说，至今，他还坚持着一些恋爱时的小习惯，经常给妻子写一些文章，或者为妻子诵读一些散文、诗歌，“我们还在恋爱中，只不过从初恋、到熟恋、到老恋。我也愈发珍惜我们在一起的岁月。”

## 2 说亲子： 夫妻关系第一位，父爱不能缺位

除了夫妻关系之外，周维勇在亲子关系的处理上，也有一些独到的做法和见解。

“亲子关系，既包括我们和父母辈的关系，也包括我们和孩子的关系。”他说，夫妻之间的结合，最初更是两个家庭的磨合。在处理婆媳关系上，他吃过亏。“刚结婚时，妻子和我母亲有矛盾，我当时没经验，竟做了传声筒，把婆媳俩对对方的意见直接转达，时间一长，她们的关系亲不起来了。如果当时我能在母亲和妻子之间做树洞和黏合剂，将双方的抱怨埋在心底，并向双方传达表达肯定的话语，可能婆媳关系就会不一样吧。”

对于孩子的养育过程，周维勇认为，夫妻关系永远第一重要，不要把孩子放在第一位，因为有亲密的夫妻关系，才有牢固的家庭，有了牢固的家庭，孩子才会有一个充满爱的成长环境。此外，作为一个父亲，任何阶段，父亲的角色都不能缺位。“生活方面，可能妻子对孩子的操心比较多，但在学习培养方面，一直都是我来。孩子小时候，我是严父，教导他成为一个独立、自律、负责的人，孩子越大，我和他的关系就越趋于平等，越成为一个慈父，最后他的择校、择业，都由他自己做主、拼搏。”周维勇说，他也一直跟孩子说，一个人的成功，不在乎他挣了多少钱，而在于是否可以愉快地做自己愿意做的事情。

杨绛曾在《我们仨》中这样描写他们一家的幸福生活：我们与世无求，与人无争，只求相聚在一起，相守在一起，各自做力所能及的事。碰到困难，我们一同承担，困难就不复困难；我们相伴相助，不论什么苦涩艰辛的事，都能变得甜润。我们稍有一点快乐，也会变得非常快乐。

每个幸福家庭都相似。这几天，记者采访了两户幸福家庭，他们在日常生活中各有幸福秘诀，也有各自需要面对的磕磕绊绊，但难能可贵的是，他们在维护家庭幸福的同时，还努力地将自己的幸福经验传递给更多的人。



邵莉

学校教师，1991年起开设“胖妈妈热线”，义务为青少年和家长们答疑解惑、心理疏导，现在也通过微信、微博等多种形式提供义务咨询。

## 3 作为子女： 父母年轻时保持独立，父母年迈时集中赡养

本以为邵莉会对她擅长的青少年培养领域侃侃而谈，没想到，她开口第一句话就是：“我和丈夫把双方父母都接到家里一起住了好几年，这种养老的模式很少见吧！”

“有些小夫妻还会为过年是在婆家过还是娘家过争吵，我们家从我和丈夫结婚以来，每年大年三十，基本上是把公婆和父母都拉到我家里，一大家子人一起过年的。”邵莉说，她和丈夫结婚30多年，双方父母之间关系一直很好，“他们都退休了，每隔一天就会到我家来相会。甚至有一次，婆婆生了病，我妈干脆把她接到了自己家照顾。”

邵莉说，从心理咨询的角度来讲，很多家庭当中父母辈和已婚子女的相处，最好就是保持“一碗汤的距离”，不过，看到双方父母相处融洽，让邵莉产生了一大家子人一起过的念头，让父母们都一起住到自己家，也能更好地照

顾。这两年，邵莉和丈夫陆续送走了两位父亲，他们都是90多岁离世的，如今家里，婆婆、妈妈还和他们住在一起，两位老人也都90多岁了，彼此像姐妹一样相处。

邵莉认为，在父母还年轻能自理时，要保持相对独立的空间，子女在物质上要独立，父母在精神上要独立；当父母年迈时，可以集中赡养，承担责任不分彼此。

她说，现在很多家庭，已婚子女辈和父母辈产生矛盾的一个重要原因，就是没有保持独立，分不清边界。子女们认为父母辈帮自己带孩子或是给自己做饭、做家务等，是应该的，而父母辈觉得自己以阅历和经验介入子女对于各种家事、关系的处理，也是理所应当的。角色不清、理念不同，又不知道如何处理矛盾，关系只会越发僵化。

## 4 作为父母： 给孩子的不是控制而是陪伴，注重言传身教

邵莉认为，对于大多数人来说，家庭生活就是柴米油盐，而幸福家庭的秘诀就在于平凡的生活中，每个家庭成员承担起各自的责任，遵循既定的家庭规则，并在遇到困境之时相互体谅和帮助，“我们家有一些特殊的家规，比如，每年要开一次家庭会议，规划未来一年家里的重大开支或是安排，少数服从多数等。”

对于教养孩子而言，邵莉更重视言传身教。“我父亲是新四军老战士，母亲是八路军老战士，父母从小就教育我要感恩珍惜每一天，做对社会负责的人。父母是我学习的榜样，虽然没有大的条框，但教会了我们如何为人处事。”邵莉说，在自己女儿小的时候，她注重培养孩子品德和习惯，培养她的责任和担当意识。现在，有不少父母会简单粗暴地用“为你好”这句话来替孩子做决定，这其实是以爱的名义束缚了孩子的自由，

反而让孩子失去了独立尝试和选择的可能性。

要知道，父母给孩子的不是控制而是陪伴，给予其足够的安全感，让孩子尽早作为一个独立的个体从你的生命中分离出去，获得更多的成长空间，孩子才能成为一个心理健康的独立的人。孩子会感受到你给予的爱、安全和信任，我们自己也要学会不要在感情上依附于孩子，用道德绑架情感，彼此身心都不自由。

邵莉认为，作为女人，不以孩子为中心，有自己的工作、兴趣爱好和朋友圈，要将情感多倾注在自己丈夫身上，在他面前尽展女人的温柔、体贴，多一些相依相偎。夫妻关系永远是第一关系，父母彼此相爱是定海神针，家庭教育的一致性是对孩子最好的教育，会带去源源不断的爱和关怀，使整个家庭更加幸福。

□记者 王思勤