

我的婚姻能否自己做主？

爱课堂

本栏目特邀专家：

安徽省阳光心健心理咨询中心主任
安徽省心理咨询学会副会长 江俊

主人公：媛媛

在父母的眼中，我一直是个乖乖女，因为我一直按照他们安排的路往前走；然而，在我的内心深处，却极度反感他们的行为，我想走一条自己喜欢的路，创造出不一样的人生。然而，事实上并非如此。

我的婚期就快要到了，我却突然觉得我一点都不想结婚。朋友说，我这是得了“婚前恐惧症”，可是我觉得自己并不是恐怖即将到来的婚姻，而是自己压根就不想这样平平淡淡地结婚。我有时就在想，活了二十几年，究竟哪一样才是我真心想去做的呢？

回头看看我二十几年的人生，我觉得就是一个完完全全的悲剧，我就像木偶一样，被父母操控着，不管什么事情好像都由不得我做主。渐渐地，我似乎习惯了这种被做主。

小时候父母对我管教就非常严格，对我有很多期望。比如我想学习弹钢琴，父母却觉得我应该好好学习，不让学。如果我顺着他们的意思来做，他们就很开心。所以，从我懂事开始，我就在被灌输着这件事情该做，那件事情不该做，他们很少会给我选择的机会，直到我上学，都是按照他们给我安排的路在走。

渐渐地我长大了，发现其实自己并不喜欢这样，看着许多同学可以按照自己的意愿去做事情，打心底里非常羡慕。为此，我也跟父母闹过，但他们早已习惯了我对他们的顺从，觉得我这样就是不孝顺他们。

当然，我也不想背个不孝的名声，也依然顺从着父母的意愿。

大学的专业我也照他们的希望学习了护理，他们认为女孩子以后做这份工作比较好，能够方便照顾家人，但是我自己喜欢的却是新闻。就这样，我上了护理学校，学习

了专业的护理知识，因为住在学校，跟同学们在一起相处得很好，所以相对来说感觉过得比较快。

临近毕业，他们希望我回家乡医院工作。但我不想回去，想考研究生。就偷偷地报了辅导班学习，结果可能是压力太大吧，最终没有考上。这事也被父母知道了，他们就更以此为借口让我回家去工作，我没有办法就只好选择回家乡医院上班了。

工作稳定了，很自然地父母开始为我的婚姻大事着想，他们便四处托朋友找亲戚为我介绍对象。在他们的安排下，我不知见了多少个相亲对象，但真的没几个来电的。

现在的这个未婚夫也是他们找人介绍相亲认识的，我一直没有太多的感觉，可是他们对男孩的条件很满意，叫我不要做傻事，要懂得珍惜，我实在被他们讲的无语，也明白他们这样也是为我好，就默认了。

经过一年平平淡淡的相处之后，双方父母就自作主张把婚期给定下来了。

我现在越来越惶恐了，我已经不知道自己需要什么了，我总觉得如果进入了这段婚姻，也就意味着我一生所有的事情都被他们操控了，我不想这样。好无助，我到底要怎样做才好？

专家点评

孩子成长过程中，都会经历逆反期。在逆反期开始违抗父母的命令；开始说出自己的想法；开始做些父母坚决反对的事情。孩子的这些反叛，让父母很害怕。啊，我的孩子怎么变成这个样子？

我想告诉各位家长的是，你的孩子没有怎么了？你的孩子只不过在寻找独立自我，也就是说，在寻找作为一个独立人的发展历程。但是有的父母没有想到其中的心理发展内涵，就会出现拼命压制，压制的结果会出现2个方向，一个是孩子变得非常听话，父母亲，你们说什么，我就按照你们说的做。还有一种是，变得更加叛逆、不听话。

非常听话的孩子，像媛媛一样，觉得很“木偶”。除非她缺乏思考、缺乏发展目标，只要不缺乏，她就会觉得活得很压抑，在条件适合时就会爆发。

但是所有的父母，都是沉浸在听话孩子



制图：孙好

这样省事的生活中，没有想到其他的。所以，我们说，善良的父母有时会无心做些伤害孩子的事情。那我们更希望父母多接受家庭教育中的心理发展方面知识！孩子在成长过程中，特别是寻求自我过程中，父母需要协助和鼓励其建立独立自我，而不是压制。

当前，媛媛所体现的是，逆反期“延后”，青春期时没有完成逆反，变成青年期来完成，在婚姻中来完成。媛媛可以理性思考下，这个未婚夫，是不是自己喜欢的类型。从媛媛的叙述中，可以看出，媛媛对未婚夫的感觉还是不错的，就是想反叛下父母。但是，我想婚姻大事当头，为什么以自己的婚姻来反叛父母呢？这样的代价大了些，可以在自己以后的小日子中，按照自己安排，将小日子过好，过成有自己独立意愿的小日

子，这岂不更好。所以媛媛可以和未婚夫建立情感联接，你们在一起协商很多事情，你们在一起决定事情，而不是回来问你父母。等以后成家了，父母只是对你们的生活提出小小建议，而不是将生活托付给父母。这样的界定、这样的调节，我想媛媛你会找到自己的位置。

赵莉/文

情感主持连线：

电话：0551-65140885

(每日15:00~18:00)

QQ:124424913

(每周四上午9:00~11:00)

微博：<http://weibo.com/2127420971>

邮箱：aiqinghaiscxb@126.com

女人真的没有用吗？

点评人：
安徽省精神卫生中心医师
副主任医师 钟慧

慕男孩子的吃饭样子，但更多的还是不服气。中学时，我的学习成绩很好，父亲经常会当着我的面跟别人讲，我闺女跟儿子没两样，一定能上大学，将来一定有出息。说实话，听到这句话时，我的心里还是很高兴的。高中毕业后，我如愿考上大学。大学期间有一次班上组织爬山，我两次想加入男同学的活动小组，却遭拒绝，因为他们嫌弃我的个子矮。回到学校后，我一个人躲在水房里哭了。

大学毕业前半年，我就开始找工作。应聘的单位都说我的文笔不错、长的也很好，可惜是女的，加上个子又矮，都把我拒之门外。后来，一家运输公司接受了我，让我在办公室做一般的档案管理工作。后来就是结婚生子，一切看起来都很平淡。儿子一年级时，有一次我被儿子一个问题给“问住了”，自己只好瞎懵了一通。虽然骗过了儿子，可自己心里觉得对不起他，更加觉得女

人没有用。

去年上半年，刚被提升的丈夫在一次体检被检查出患有轻度肝硬化。我无法接受这个事实，开始不时出现头晕、面色苍白、心慌、失眠多梦等症状。去年国庆节后，我便总是害怕丈夫在我上班的时间会死在家里，愈发觉得是因为我没用，才让丈夫患上这种病。慢慢地，我发展成每天早晨一起床就开始提心吊胆，恐惧不安，在单位什么都干不下去，还经常给丈夫电话确认。虽然医生说我的病情没有那么糟糕，只要治疗得当还是可以控制病情的，可我就是控制不住。最近因为弄错了档案，被领导找去谈话，她建议我找个心理医生咨询下。我也觉得应该看看了，我到底是怎么了？

专家点评

分析：“谁说女子不如男！”自古至今，在中国的传统中，“重男轻女”的思想由来已久。但在当下社会，虽然思想上很多人还丢不掉这旧观念，生活中女人在很多家庭中已承担了“半边天”甚至更多的压力，而你就是

一个始终像男人一样能干的女人。

你作为家中的独女，在家乖巧听话，学习成绩优秀，在各个方面甚至在女性天生处于劣势的体力上，你也不差（因为你打算参加爬山小组，一定是体力不错，别人的不接纳并不能否定你的能力）。工作、家庭你一定做得都不错，其实不是平淡，而是各方面都被你安排得井井有条。

这些都是你的优势，也许因为爸爸的要求高蒙蔽了你的双眼，你一直都没意识到。但你对你自己的要求或许比爸爸还要高，甚至近乎苛刻。个子矮、儿子的个别难题、丈夫的身体，这些是你的错吗？是你通过努力就能改变的吗？不可能！都和你无关。你已经习惯了任何事都在你的安排中，一旦超出，你也就失控了，出现了一系列的焦虑症状——头晕、面色苍白、心慌、失眠、整日提心吊胆。所以你确实需要看看心理医生，一方面可以请医生指点使用一些抗焦虑的药物，但更重要的是医生会帮助你更好地认清你自身的个性及成长中的问题，在日常生活中逐步调整，才是真正的解决之道。

记者 李皖婷



心诊室

倾诉人：依云 公司档案员 36岁

我从小就生活在重男轻女的家庭氛围中。因为几个叔叔、伯伯都生了男孩，父亲一直嫌我是个女孩，对我动辄打骂，从来没有好脸色。

我记得5岁那一年，妈妈烧鱼，让我去门口的小卖部买酱油，回家路上，我摔了一跤，把瓶子打破了，手和膝盖都被玻璃瓶的碎片划破。可当我回到家，父亲非但没有安慰我，反而骂我说“女孩子就是没有用”。或许就是从那时开始，我慢慢地接受了父亲的这个“女子就是不如男”的说法。

上小学三年级时，有一回我带男同学回家吃饭，父亲很高兴，直夸男孩子吃饭的样子真可爱，大口大口生龙活虎的，不像女孩子细嚼慢咽，还吃不了多少。我便也有些羨