

代沟横亘的两代人 如何才能“相安无事”

专家：代沟是正常现象，应正视而非逃避

年轻人与老年人出生的时代不同，存在代沟；他们受教育的程度不同，也存在代沟……如今，越来越多的年轻人与老年人发现，一旦柴米油盐“搅合”到一起过日子，两代人的矛盾也随之而来，与此同时，代沟也逐渐显现。不论时代如何发展，代沟永远是两代人无法回避的话题。近日，记者对此进行了采访。对于横亘在年轻人和老年人之间的代沟，专家表示，代沟是正常现象，应正视而不是逃避。

□ 白静 周先荣 记者 马冰璐



思想观念有分歧，彼此难说服

对于年轻人和老年人之间的代沟，家住合肥五里墩街道的王女士可谓深有感受，4年前孩子出生后，她和丈夫搬到了公婆家居住，“不仅方便公婆帮忙照顾孩子，我和老公忙碌一天后也能吃上热饭热菜，可谓一举两得。”

王女士的公公婆婆都是退休教师，平日里也非常喜欢接触新鲜事物，“所以他们都是非常开明、容易相处的老年人。”可因为一件小事，她发现两代人在思想观念上还是存在着一些代沟。

“有一次，我让老公给孩子冲奶粉，因为温度太高差点烫到孩子。”王女士因为心疼孩子便埋怨了老公几句，岂料平日里轻声细语的婆婆却当场发飙，数落起她来，“婆婆说，男人应该把全部心思放在事业上，不该被家庭琐事分神，女人就应该处理好家里的琐事，肩负起照顾孩子的重担，当好‘贤内助’……”

婆婆的观点不仅让王女士愤怒不已，还难以苟同，“我认为，不管是男人还是女人，都应该分担家务和照顾孩子，而且作为父亲，必须得参与到孩子的成长过程中去，这不仅对孩子的成长和性格养成有益，还能增强家里的亲情氛围。”

“婆婆什么都好，就是太溺爱我老公了。”王女士说，如此一来，丈夫便成了永远也长不大的“巨婴”，“所以，去年孩子上幼儿园后，我们就搬回了自己家住。”

生活习惯差异大，两代人“互不相让”

提起代沟，合肥市民李阿姨一肚子“苦水”，“我们家的代沟在于生活习惯不一样。”她说，对于儿子儿媳的一些生活习惯，她和老伴看不惯，“我和老伴的一些生活习惯，他们也不认同，为此，还发生过几次争吵。”

李阿姨说，之前自己和老伴一直在老家生活，儿子儿媳在合肥工作、生活，“以前，只有节假日我们才会见面，一起生活几天，那时候并没有发现生活习惯上有什么不一样。”可自从3年前，老两口来到合肥带孙子后才发现，两代人之间的生活习惯存在着很大差异，甚至引发了“家庭大战”。

一开始，两代人彼此客客气气，也算相安无事，可随着时间流逝，平静的生活掀起了涟漪，“儿媳买了净水器，让我们直接接水喝，不要用热水瓶，但我总认为自来水烧开了喝最健康，为此一直争执不下。”李阿姨说，为了这件事，自己和儿媳还吵了几句。

“还有一些事，我也看不惯。”李阿姨说，比如，她让小两口不要买婴儿床，但他们执意要买，说要从小培养孩子独立，结果买回来却闲置不用。有时家里剩些荤菜她会放进冰箱，第二天热热再吃，可儿媳经常偷偷将剩菜倒掉，还说他们的饮食习惯太差。老伴在老家时抽烟都是随时随地，可在儿子家去阳台上抽烟还不行，必须要去楼道里。

李阿姨和老伴有时候实在忍不住就想说几句，但一张嘴就被儿子、儿媳反驳说，这是在干涉他们的生活。李阿姨不明白，自己和老伴好歹也算知识分子，为什么就是和孩子们说不通呢？“总感觉我们不懂他们的想法，他们也不懂我们的心思，明明是一家人，为啥非要闹得‘剑拔弩张’，互不相让呢？”

专家：代沟是正常现象，应正视而非逃避

据了解，代沟广义上指年轻一代与老一代在思想方法、价值观念、生活态度、兴趣爱好方面存在的心理距离或心理隔阂。由20世纪60年代末美国人类学家米德在所著《代沟》中提出。狭义上指父母子女之间的心理差距或心理隔阂。

“年轻人与老年人出生的时代不同，必然会有不同的人生观、世界观、价值观。在中国一对年轻人结婚之后便是两个家庭的融合，年轻人要面对双方父母与自己的生活习惯、脾气性格等方面的差异，肯定会有摩擦甚至矛盾，如此一来，代沟很容易就出现。”国家二级心理咨询师周金妹表示，有代沟是正常的，只要理性看待，两代人完全可以相安无事，如果不能正视问题，便可能会激化矛盾，平添烦恼。

周金妹认为，社会飞速向前发展，一代人的生活理念、思想模式是他们所处的大环境所造成的。比如，因为成长的时代不同，老年人一般讲究经济、实惠，而年轻人没有吃过长辈的苦，就理解不了老年人那种过分节俭的生活习惯。

“如果因为代沟而出现矛盾，我认为双方都要让步折衷。”至于如何解决代沟的问题，周金妹建议，如果有条件的话可以分开生活，两

代人保持一些距离最好，彼此都可以有自己喜欢的生活方式，矛盾也会随之减少，感情反倒不受影响。如果必须要住到一起的话，当两代人出现代沟的时候，首先年轻人不妨先站在孝和顺的角度，多些耐心，让老人感受到尊重和关爱，这样便容易建立一种平等、民主、和谐的交流关系；其次老人也不应该墨守陈规、固执己见，毕竟年轻人文化普遍较高，接受新事物快、思想理念新，老年人不妨也摒弃一些旧思想、旧习俗，在思想上顺应新的时代潮流，切记不要以长辈的身份，硬压着小辈听自己的话，处处“倚老卖老”。

周金妹说，如今，人们越来越注重精神生活，这其中也包括老人与年轻人之间的沟通与理解。老人在与年轻人的精神交流中，能得到比物质享受更宝贵的心理慰藉。年轻人也会在交流中增长才智，丰富自己的生活经验。日常生活中，年轻人不妨和老人一起看电视、散步，一道去看展览、阅读书报。老人有丰富的生活阅历，年轻人有新理念，彼此可以在交流中获得启发、共同获益。“其实两代人都抱着一个共同的目的，就是希望家庭生活更美好，如果都能正确看待代沟的问题，用理性去解决而不是逃避，那家庭关系便会越来越和谐。”

□ 新闻延伸：

“填平”代沟的具体方法：

接纳：经过认真分析和思考，弄清对方的意见和态度后，接纳对方正确、合理的部分，放弃自己的偏见。

融合：青年人可以从老年人那里学到经验，而老年人可以从青年人那里学到新观念，两者可以取长补短，融合成更完美的方案。

折中：对于两代人不同的思想和意见，可以来一个折中方案，双方在各作一些让步的基

础上，兼顾双方的利益。

并存：如果自己的行为不损害对方的利益，双方意见不同也没涉及原则性问题，可以各持己见，互不干涉。

搁置：对于原则性问题，双方看法不一，也不要针尖对麦芒，争得面红耳赤，伤了和气。可以暂时将问题搁置，静观发展，等日后有机会再解决。