

生了女儿, 家人会嫌弃我没用吗?



心诊室

点评人: 安徽省精神卫生防治中心医师 韩丽娟

倾诉人: 韵琳 24岁 财务

自从生完女儿后,我就感觉自己的生活完全变了。女儿每天不停地哭闹,我每时每刻都害怕自己带不好孩子;女儿哭闹时丈夫或是我妈妈来问两句,我就觉得他们是不耐烦,是嫌弃我生了女儿。

我有一个哥哥,父母都是普通工人。从小我就觉得父母更喜欢哥哥,所以我性格非常要强,哥哥能做到的,我也一样要做到。所以我学习成绩一直很拔尖,大家都都说我是一个优秀的姑娘。大学毕业后,我经人介绍认识了丈夫,半年后步入了婚姻殿堂。

婚后,我和丈夫的感情一直很好,但是我平时觉得丈夫很喜欢男孩。去年,在没有心理准备的情况下我怀孕了,我和丈夫商量后决定要这个孩子。在怀孕期间,我一直在上班,直到产前一周才休息。在此期间,我身体挺好的,情绪也比较平稳,但偶然会在别人问我“喜欢男孩还是女孩”时很紧张,生怕自己生个女孩,会被丈夫和家人嫌弃。

今年5月,我生下了女儿,但分娩过程时间比较长,产程也不是很顺利,还出现了产后大出血,经抢救才好转。被推出产房后,我第一句话就是问我生的是男是女,当我听说是女孩后,就不怎么说话了。回家



后,我的情绪一直很低落,身体比较虚弱,奶水很少,乳头被孩子吸吮破得很厉害,孩子一吃奶就出血,而且奶水不够,孩子老是吃不饱而哭闹。

慢慢的,我开始出现头痛、胸痛的症状,情绪极端低下,觉得生活看不到希望。人家都说母爱是与生俱来的,可是我对女儿一点乐趣和幸福感都没有,反而感到累赘和罪疚感。白天无精打采少笑容,晚上又睡不着

觉。心情压抑、烦躁、易发脾气,对什么都没兴趣,奶水更减少了。总担心孩子会生病,怀疑自己能否把孩子养大。

我妈妈在家里照顾我,但她只要一看孩子哭闹,就会怪我是因为自己情绪不高影响到了奶水,继而影响到孩子。丈夫下班回家,看到孩子哭,也会责怪我。我觉得他们是不耐烦,是嫌弃我生了女儿。家人都认为我心理有问题,希望咨询能对我有所帮助。

专家点评

大家都知道,“重男轻女”在我国根深蒂固,即便是现代社会的很多都市年轻人,也无法真正摆脱这种观念的桎梏。但这个案例中,我们似乎不能理解的是:为什么同样身为女性,却在对于下一代的问题上有性别歧视?

其实,对于韵琳来说,童年的创伤是她最大的心结,她对女儿的厌恶来自于对自身性别否定。我们看到韵琳的丈夫“可能更喜欢男孩”,这会让敏感的韵琳过分看重性别价值的意义,如传宗接代等,这对一个家族来说,即使女孩再优秀也是无法做到的,所以,韵琳在生孩子时也就有一种错误的认知,就是认为丈夫一家甚至所有人都是更接受男孩的,只有生男孩才有意义,才能体现自身的价值。

在她与哥哥的竞争中,我们看到韵琳的要强和“追求完美”,即便自己不是男孩,也要变得更优秀,做个强者,更接近男孩,才能得到父母的认可。而孩子是另一个自己,她会觉得只有生男孩才会弥补自身的“缺憾”。

目前韵琳已经出现了“产后抑郁症”的表现,这一方面和产后体内激素的变化有关,更重要的还是心理因素在起作用。要帮助韵琳,首先要改变她错误的性别认知,男孩和女孩各有自己的优势,健康的孩子比性别更重要;其次,要让其看到并不是所有的人都重男轻女,丈夫及家人可能并没有因为自己生的是女儿就嫌弃自己,而是自己的心病在作祟;当然,还要引导韵琳以正确的态度去面对自己的孩子,以免给孩子造成心理创伤,影响其个性的发展。 李皖婷/文

找不来的幸福

倾诉人: 瑶瑶

瑶瑶在一家国有银行做行政工作,薪水不少;有着海归背景的她,学历不低;标准的瓜子脸,明亮的眼睛……眼前的瑶瑶似乎太受造物主的偏爱,在听完她的倾诉之前,真正想象不出来她会有什么样的烦恼。

已经三十出头的瑶瑶最大的烦恼是终身大事,当然,这着急的也是瑶瑶身边的人。听瑶瑶细数了自己的日常时间安排,每周一、四的晚上,只要没有加班,都是瑶瑶固定学习国标舞的时间,周末时间她会和朋友一起爬山郊游或者进行一场短途旅行。瑶瑶还在自学韩语,这样算起来,她也压根没有时间顾及到自己的终身大事。

瑶瑶苦笑道,其实自己已经相亲三十多次了。也许真的是自己太挑剔,也许是缘分没有到,总之,三十多次相亲之后,瑶瑶至今还是单身一人。

让瑶瑶最郁闷的就是,隔三差五地只要认识新朋友,或者许久不见的朋友,都会惊讶瑶瑶怎么可能还单身,瑶瑶就要跟别人解释说明一遍,更有不识趣的还继续追问,那之前的感情为什么分手了,瑶瑶又要把说过一百遍的话继续再说一遍。瑶瑶玩

笑说,有时候真想和别人说自己已婚,这样就不用再继续解释那么多。

相亲二十多次以后,曾有一人让瑶瑶觉得还不错。

见到吴磊的第一面,瑶瑶便觉得他和自己的前男友有几分相似,彬彬有礼的样子,应该家教不错。人喜欢的类型总是相似的,瑶瑶对吴磊便有了几分好感。

吴磊法律专业毕业,年纪轻轻便在一家律师事务所崭露头角。在第二十多次失败的相亲经历后,瑶瑶便打算给自己一个机会。吴磊对瑶瑶的印象也很好,郎才女貌,恋爱似乎也成了顺理成章的事。

好景不长,吴磊的恋爱方式似乎已经让瑶瑶不能容忍。两人见面的时候,相谈甚欢。只要一分开,瑶瑶从来都打不通吴磊的电话,都是吴磊在瑶瑶来电未接通后好久才回一个短信,收到短信后瑶瑶再打,依旧无人接听。

为此,瑶瑶很生气地当面质问过吴磊,吴磊总是说自己在加班,或者正在和当事人谈事情不方便接,又或者是工作太累晚上一回家就睡着了没接到,总之是百般理由。而且每次瑶瑶和吴磊见面时,吴磊甜言蜜语的攻势也让瑶瑶放弃继续追问下

去。

直到那一天,瑶瑶和闺蜜逛夜市,在路边发现了吴磊的车,车上吴磊正和另外一个年轻女孩亲密地在一起,而就在两个小时之前,吴磊发短信给瑶瑶说晚上加班。

瑶瑶头也不回地走了,甚至都没有向吴磊要一个解释,就把他所有的联系方式都放进了黑名单。

经过这一次打击之后,瑶瑶愈发反感这种急功近利的相识方式。

但是在家人的逼迫下,还是会赴一些不情愿的饭局。后来,瑶瑶想反正都是要结婚的,那么多人人都结婚了也并非因为惊天动地的爱情。也许找个看起来可以托付的人也是一种好的结局。

认识李先生的时候,瑶瑶是打算结束这种不停走马观花的生活。四十多岁,成熟稳重,有过一次婚史也不算太大的问题。可是一次在和客户吃饭的时候,同样认识李先生的客户,并不知道瑶瑶和李先生的关系,也是因为那次饭局,瑶瑶意外知道了李先生居然还未离婚。

当她事后发飙似的问起的时候,李先生居然说,对不起,他一直在离婚但是没有成功,如果瑶瑶愿意和他在一起,一年给瑶



爱恨纠葛,五味杂陈。
如果你有心事,请向我诉说。
有心事邮箱:
1939574580@qq.com,
或者直接对话
qq: 1939574580。
或许不是最好的解惑者,
一定是最好的倾听者。

瑶十万。

瑶瑶平静地看了李先生一眼,说,十万,那你至少年薪百万,但你长得真不像一个百万富翁。

瑶瑶愤恨地摔门而去,追逐幸福却以闹剧收场。已经经过了三十多次相亲,还要多久才能找到自己的幸福呢?瑶瑶坚信那句著名的话,你不要找,你要等。

朱玉婷/文