

# 爸爸出轨了,我该不该告诉妈妈?



心诊室

点评人:安徽省精神卫生中心  
心理治疗师医师 郑诚



倾诉人:可儿 20岁 大学生

从小到大,父亲在我的眼里,一直都是一个威严的人,一个万能的人,一个有责任有担当的人,可是这个印象却在一夜之间被打破。

我不知道该不该告诉妈妈,更不知道该怎么告诉妈妈,我不知道如果妈妈知道了爸爸的事,会是什么反应,我想她一定会疯的。

妈妈是一个典型的中国人,漂亮、温柔、贤惠。我出生以后,妈妈便辞掉了自己的工作,当起了全职太太,在家相夫教子,照顾老人,为我、为爸、为这个家无私地奉献着自己的一切,而她她自己却心甘情愿毫无怨言。

妈妈对爸爸是极度的信任,对于爸爸在外面的事情从来都不问,可是爸爸却辜负了妈妈。

那天,我和几个朋友去看电影,本来心情挺好的,可是无意间我却看到一个熟悉的身影,从背影看非常像我爸爸。我本想叫来着,可是又发现那男人的胳膊还搂着一个和我年纪差不多大的女孩儿,一看就是“老牛”和嫩草。当时我就想,我爸爸可不是那种人。

可是我心里却犹豫了,如果不是我爸,那咋那么像呢?我想再去好好看看那人到底长什么样,可是那俩人就像突然蒸发了一样,怎么也找不到了。

我必须弄清楚这件事,所以我开始偷偷地观察跟踪爸爸,可连续好几天,也没发现任何线索,就在我要放弃的时候,我却有了意外的收获。

那天,爸爸下班后没有直接回家,而是开车直奔另一个小区。我打车跟在后面,在那个小区,一个女孩儿出现在我的视野里,背影和我那次见到的那个背影一模一样。她径直上了爸爸的车,上车后两个人便搂在一起亲了会儿,然后直接开车走了。我真的不敢相信我的眼睛,可是现实就是这么残酷的摆在了我的面前,由不得我不信。

我没有继续跟踪,怀着一颗沉重的心回了家,晚上爸爸回来,依旧跟平常一样,像什么事情都没有发生过。看着妈妈,我真不知道该怎么办。

记者 李皖婷

## 专家点评

可儿你好!父亲的出轨,不仅是父母婚姻的一个节点,也给家庭和子女带来不可估量的负面影响。目前你比较担心的是母亲的反应,但可以看出,你本人的震惊程度和受伤感受其实丝毫不亚于母亲。从小,父亲给你的印象就是“万能”的人,一个威严的男性形象深深印刻在脑海之中。但现在这种“万能”突然间产生了异样的色彩,从“能负责、能担当”转变为“能欺骗、能出轨”,也让女儿从佩服和仰望变成了惴惴不安、心情沉重。这种情况下产生的失望和失落,甚至可能推翻原先对父亲的一切期待和幻想。特别是出轨对象还是个年轻的女孩,“父亲被夺走”的感受与“父亲背叛了母亲”一样痛苦。然而这种落差与家庭环境却不无联系,父亲的无所不能和母亲的无私奉献、

极度信任、毫无怨言,恰好反映出比较极端、缺乏弹性的家庭氛围。母亲为家庭做出了极大的奉献,牺牲了很多个人时间、事业、兴趣和爱好,意味着她可能对于家庭完整性的要求也极高,而很多事情在家中并没有商量的余地,这一事实也将导致夫妻之间貌合神离。

目前父亲的选择是保持沉默,可能出于某种考虑和犹豫,至少说明他也不希望妻离子散、家庭破裂。因此,“告诉母亲”这个步骤应当由父亲自己来进行,会比较合适。而对于你来说,经过这次应激事件,不仅父亲在心目中的形象再也不可能回到从前,生命中重要男性的形象也遭到颠覆,这样的心理状态应当得到及时的处理,你可以选择与父亲单独谈话,也可以寻求心理治疗师的帮助。

## 七年之痒,婚姻触礁



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。

倾诉人:娜

### 1

今年是娜和乔结婚的第七年。娜说,刚恋爱那会,自己根本就不相信会有“七年之痒”一说,那时候恨不能天天粘在自己身边的乔,怎么会有一天同在一个屋檐下却像是个陌生人呢?

当乔和另一个女孩的暧昧短信确凿无误地摆在娜面前,乔亲口承认自己对婚姻的累时,娜自己却没了主张。在此之前,当流言蜚语传到娜的耳中,她是多想知道事情的真相,而现在她考虑更多的是女儿。

每当娜下定决心和乔离婚的时候,只要一看到女儿纯真的脸,就心软了。如果自己和乔离婚,女儿小小年纪就要在单亲家庭中长大,娜不想女儿和自己小时候一样,她希望女儿没有心理阴影地快乐成长。

### 2

娜和乔是一批人单位的员工,乔比娜大两岁。同批进单位的员工,乔和娜被分在了一个部门,就这样,他们一起跑市场,一起见客户,完成任务时一起庆功,当然也一起挨领导训斥。就这样,两个人共同奋斗的“战友情”一点一点地升温成了爱情。

那时候,乔对娜体贴有加。娜的母亲对乔也很是喜欢,觉得女儿终于有了依靠。结婚后,乔在事业上越做越好,从助理、到总监再到副总,几年一个台阶平步青云。而有了女儿之后,娜则选择了相对安逸的岗位,把更多的时间和精力用于照顾家庭。虽然,在此之前,娜在工作上的表现也很出色,但是作为女人,娜觉得就算自己为了家庭做出一点牺牲也没有什么。

但是,渐渐地,娜发现自己和乔的差距越来越大,话也越来越少。娜觉得,在乔的世界里,她已经完全插不上话,不知道他每天和谁在一起忙些什么。

### 3

后来,渐渐地一些流言蜚语会传到娜的耳朵里。娜一方面很想知道事情的真相,另一方面又害怕这是真的。

直到有一天,娜在乔的手机里发现了他和单位一个年轻女孩铺天盖地、无从抵赖的短信。乔没有说话。自从短信事件后,乔回家的次数变多了,也会帮助娜做一些家务,在以前,乔从来不会这么做。显然,乔并没有想离婚。

娜试图说服自己去忘记这件事,就当从没有发生过一样,但是娜发现自己做不到。小时候,父亲背叛了母亲跟着另一个女人跑了,那一年,娜才七岁,这个阴影始终跟着娜。她仇恨了父亲很多年,所以,娜不希望才四岁的女儿小小年纪就在心里埋下仇恨的种子。

七年之痒,自己的婚姻也终于触礁,为了女儿,前路再艰难,娜还是决定试着忘了这段小插曲,在这场婚姻里再试一试。

朱玉婷/文