

婆媳关系为啥难相处?

文朱亚夫

据有关部门统计,上海现有家庭 825 多万户,平均每个家庭户的人口为 2.49 人,上海沪籍人口中每 3 人就有 1 个 60 岁及以上年纪的老人,上海已经进入深度老龄化阶段,其中三代同堂的主干家庭占三分之一左右。常言道:“婆媳是冤家。”婆媳关系自古以来就是家庭中最难相处的关系,也可能是人世间最难相处的关系之一。因此,研究婆媳关系,正确处理婆媳矛盾,有利于营造温馨的家庭气氛,沟通上下代的联系,促进社会的安定团结。

婆媳关系难相处的原因很多。有人认为,饮食习惯不同,脾气性格不合,教育孩子方法各异,文化修养参差不齐,家庭出身悬殊等。我认为,这些方面有可能导致婆媳关系不和,但是这样分析并没有触及婆媳矛盾的实质,也没有说明为什么较之于其他家庭关系难于相处的原因。其实,就婆媳关系这对矛盾而言,最直接的是以下四个原因。

1.没有血缘关系。俗话说:“瓜儿不离秧,孩子不离娘。”血液于水。血缘关系也许是遗传因子,也许是心灵感应,它把父母与子女的关系紧紧维系。而婆媳关系之所以难相处,便是因为两者不存在直接的血缘关系。婆媳关系是以儿子为中介而联结的姻缘关系。它不像父母与子女那样,由血缘关系这条纽带联结,一般不易出现裂痕,即使产生了些许矛盾也易于和解,“子不嫌母丑”、“虎毒不食子”么!它也不像夫妻关系那样,情投意合,相伴终身。而婆媳就不同了,既非血缘关系又非姻缘关系。两者的联结,仅仅因为媳妇是儿子的妻子,婆婆是丈夫的母亲。所以婆媳关系远不如父母子女那样亲密无间,也远不如夫妻那样心诚意笃。两者难于相处自在情理之中。

2.缺乏养育之恩。《诗经》云:“父兮生我,母兮鞠我,拊我畜我,长我育我,顾我复我,出入腹我,欲报之德,昊天罔极。”子女自小与父母生活在一起,在长期的共同生活中,患难与共,相依为命,结下了深厚的感情。同时,父母为培育孩子长大成人、成才,花费了无数的心力,“谁言寸草心,报得三春晖”。深厚的感情使彼此心心相印。而媳妇是儿子成人后娶来的,没有从小共同生活的感情基础,也缺乏生我教我的养育之恩,所以婆媳之间容易产生矛盾。

3.感情的重新分配。在母亲的心目中,子女是自己的心头肉。女儿结婚成家后,往往把料理家务、生儿育女视为自己的神圣职责。而儿子结婚后,其感情世界会发生变化,会把自己的主要亲情转移到妻和子身上,母子之情必然会退居二线。有的老年妇女不了解这种感情的重新分配,仍然竭力要保持原有的母子感情,这就势必产生矛盾。她们看到小夫妻俩的亲热劲,会产生一种莫名的失落感,认为儿子“娶了媳妇忘了娘”,从而迁怒媳妇、妒忌媳妇,认为媳妇把儿子“抢走”了,从而扩大了婆媳之间的心理距离,增加了婆媳之间的感情疙瘩。这种感情的重新分配,在老年男性身上也会产生,但是,感情问题似乎女性比男性更脆弱,更倚重,也更为“小气”,所以婆媳关系比婆婿、翁婿更难相处。

4.家政谁主沉浮。我国历来有“男主外,女主内”的习惯,丈夫处理外政,妻子负责当家。在媳妇未进门之前,婆婆大多是家政的主持人,家庭中的大小事情,开门七件事,较长时期是婆婆操持的。儿子成家、媳妇进门后,家中又多了一个“中心”。因此婆媳之间往往在家庭事务管理权、支配权等方面产生了一些矛盾。婆婆想在家庭中保持昔日的中心地位,而媳妇并不甘心一切服从婆婆的支配。家政谁主沉浮,这是婆媳产生矛盾的实质所在。

我们说婆媳关系比较难处,但不是说就一定相处不好。婆媳虽说没有血缘关系,但还有亲缘关系,是一家人。近年上海市民文化节推出的“家和万事兴”,家族家庭故事大赛中有不少婆媳情深的生动事例就是明证。(作者为上海老年学学会老年社会学专业委员会副主任)

寻找养老院

冬日里,走进位于本市宜昌路 555 号的长寿家园养老院,首先映入眼帘的是中厅宽大、通透的休闲阳光房内,一群面色红润的老人,一边在尽情地沐浴惬意的阳光,一边在悠闲地看报、聊天、下棋,一派温暖如春的景象。养老院管理运营方和孝养老管理有限公司董事长李燕玲介绍说,前些年院落改造时,为建成这个在黄金地段上老人特别喜爱的休闲阳光房,光舍去的养老床位就有 60 张。

该院入驻老人始终满员,120 位老人目前平均年龄 88 岁,最长者 100 岁,最小的也有 78 岁。为念好长寿养老院的健康“长寿经”,该院紧盯“长寿”两字,被前往视察的时任上海市委书记俞正声评价为:“长寿院的老人名副其实地奔长寿。”

为帮助老人延缓衰老,实现健康长寿和愉悦长寿,长寿家园养老院,针对入住老人因生活环境改变而容易产生的焦虑、抑郁、空虚、失眠等影响寿命的不良情绪,主打心灵护理和心理保健牌,使传统的养老概念从满足物质需求向精神需要

枫林小筑

谈到参加长跑好处,大华长跑队的一员、74 岁的顾关华脸上露出了笑容:2006 年我刚从美国回沪时,身体状况不太好。参加长跑队后,天天坚持,几年后身体大为改观。人家患感冒,我不患。9 年中未进过一次医院,“对人生来说,健康是第一位的。提高人体免疫力,锻炼是唯一的选择!”

天蒙蒙亮,在宝山区大华公园门口聚集了一些老年人,他们身穿红色的运动衣裤,做了一下简单的热身运动后,开始了 11 公里长跑。途中不断有人加入,队伍不断扩大。19 年来,除下大雨外,天天坚持,雷打不动。这就是闻名宝山区的大华老年长跑队。

年近七旬的王根生,原是环保企业职工。退休前在一次体检中发现血黏度很高,医生建议他练跑步,于是他加入了大华老年长跑队。之前,王根生从来没有跑步的习惯。刚开始时,他跑 100 米都坚持不了,后来慢慢适应,现在跑半程马拉松

“长寿”院养老奔长寿

发展。一方面,院里成立了由院领导、优秀护理员、外聘心理师、社会志愿者参加的心理护理组,长年累月地坚持制度化、个性化的谈心、交心和解“心灵疙瘩”活动,对有心理障碍者专门配备化解聊天师,并经常组织开展征集“我最开心的一次活动”、“我最难忘的一件好事”、“我听到的最幽默的一句话”、“我最有成就感的一段经历”、“我最受鼓舞的一次表扬”等活动,鼓励老人回忆美好的往事,在院领导点评和老人众评中给予点赞,使老人获得心理上的愉悦和满足。同时发动老人们自发组成思想互助组,进行“一帮一”、“一对乐”。另一方面利用院落交通便利优势,鼓励周边“一碗汤”距离的家属多来看望,多给亲情沟通慰藉,以减少老人的孤独感和被遗弃感。

丧偶的张大伯刚入住时,一度精神恍惚、沉默寡言。跑得比较勤的子女三天两头来给他拉家常,院里有意安排他参加多个兴趣爱好组,原先他一天不见子女就要唠叨不停,现在乐呵呵地主动给子女打电话:“你们有事就少过来,我现在天

天忙于兴趣爱好的康乐活动,精神生活充实得很呢。”

另外,养老院还从小处着眼,既重视传统手段的安全护理,如在加强防跌倒知识和技能宣传,指导老人正确使用拐杖等助行器的同时,专门在上下台阶处设立文字提示和电子报警提醒器,又善于运用现代科技手段,与相关科研单位共同开发了能全天候记录血压、心跳、情绪、睡眠等多功能的健康手环。目前先在部分患有心血管病史的老人中免费佩戴试用,其及时准确地记录数据传到医务室的电子屏幕上,有助于提示和分析老人身体变化的动态状况,赢得第一时间的早知道和早诊疗。性格比较开朗的孙奶奶原先在药物作用下血压一直比较稳定,一天早上电子屏幕上忽然显示出血压指数快速上蹿并有睡眠差的记录,院领导和医生迅速前去探询,针对其过度担心孙辈高考成绩而失眠的情况,及时跟进心理疏导和生理保健工作,使孙奶奶的血压时隔一天又恢复了稳定。

生活小贴士

中老年人染发要慎重

为了健康,中老年人尽量别染发。这是因为中老年人染发要从发根染起,染发剂与头皮紧密接触。还有,老人染发的时间间隔很短,头部的皮肤反复吸收染发剂,就更容易对身体造成危害。目前市场上普遍使用的都是化学染发剂,含有对苯二胺的致癌物质,如果长期接触,还可能诱发癌症。

如果有特殊情况必须要染,一年也不要超过两次,并且最好用天然纯植物染发剂。

大华老年长跑队

21.175 公里也不在话下。“跑步是一项很好的锻炼项目,能改善人的心肺功能,增强人的体质和防病能力。原来偏高的血黏度现已降为正常,而今很少生病,身体状况比退休之前还要好。”王根生说。

这些年来,大华老年长跑队先后在北京、大连、上海、厦门等国际马拉松赛上亮相,展现了中国老年人特有的风采。

2009 年 8 月,雪域高原举办国际马拉松赛,大华长跑队部分老年队员来到了拉萨。由于海拔高,空气稀薄,组委会怕老年人承受不了,不让他们参赛。这些老年队员当即立下“生死状”,一切自负。结果成绩不俗:参加半程赛的 19 人全部跑进了前 100 名。赛毕回到上海,他们收到了一张来自喜马拉雅山的明信片,央视著名主持人韩乔生在上面写道:你们带着 60 多岁的身躯来到世界屋脊,带着一颗 30 岁的.心脏回到上海。祝你们越活越年轻,越活越健康。

2010 年 12 月,中国台北举办

国际马拉松赛,老年长跑队欲参加,但是因为自由行没有开放,台北组委会婉言谢绝了。队长蒋守纲给郝龙斌市长写了一封信,表达了长跑队参赛的热情和急迫心情,郝市长在百忙中回了一信:欢迎上海的长跑爱好者来台北参赛,入境不是问题。那次,长跑队 35 位队员赴台参赛,成绩不凡。赛后他们还游览了台湾一些美景。郝市长的那封信至今仍完好地保存着。

2014 年 9 月希腊举办第 32 届国际马拉松赛暨马拉松 2504 周年纪念活动,大华老年长跑队有 52 名队员参赛,有 21 人参加全程比赛,13 人参加 10 公里跑,8 人参加 5 公里跑。国内业余长跑队参加国际比赛,大华老年长跑队是第一家。

队长蒋守纲说得好:“一个人追求这个幸福、那个幸福,都不如健康的幸福重要。一个病歪歪的人,就是住高楼大厦,天天锦衣玉食,又有什么幸福可言呢?而要实现健康的幸福,体育锻炼是必由之路!”李敏