

爸妈暴躁易怒像换了个人?

解码父母“性格突变”背后的警报



本版主持
和柯旭

家庭



俗话说,“家有一老,如有一宝”,可随着近年来,这句话的涵义似乎逐渐有了转变,似乎很多人都给这个“宝”打上了“情绪化”、“老小孩”、“思想顽固不讲理”等标签。随着爸妈年龄的不断增长,他们真的好似在“逆生长”,越来越爱生气,也越来越需要人哄,你的爸妈是否正在经历这一阶段?



如果有“家庭”版相关话题,欢迎扫描二维码,添加主持人为好友,参与话题投稿与讨论

父母突然变得“难相处”

在上海工作的31岁李女士,最近就有着这样的困扰:家里随便一些不顺心的事情,就要接受母亲的“情感轰炸”。凌晨两点,手机在床头柜上疯狂震动,李女士瞥见来电显示“妈妈”,手指悬在接听键上迟迟按不下去。突然想起,上周因为加班,没去母亲给安排的相亲,母亲在电话里骂她“不知好歹的老姑娘”;上个月,因为担心是“三无产品”,所以没买她指定的保健品,她哭诉“女儿一点都不心疼她,一点都不在乎她的身体”。此刻的铃声像一柄悬在头顶的剑,李女士知道,这通电话里等待她的,不是深夜突发疾病,而是新一轮的“情感轰炸”。

这不是李女士一个人的困境,很多父母离退休或已退休后,生活重心转移到子女身上,但沟通方式却越来越紧绷。他们执着于用自己的人生经验“纠正”孩子,用激烈的言辞表达关心,甚至把“不孝”当作情感绑架的工具。子女的退让往往换来更多要求,那些伤人的话像一根根刺,扎在原本亲密的关系里。

远在河南的赵先生给笔者留言道:其母亲今年54岁,是一名即将退休的语文老师,每天要打好多个电话“查岗”,让其苦不堪言。每天询问赵先生在做什么,中午吃了什么等等,刚开始还觉得是母亲的关爱,但久而久之母亲开始对各种事情指手画脚,无论是工作上还是生活上,都有她自己的固执意见,赵先生每每反驳,她就崩溃大哭“儿子大了,当妈的再也管不住了”……曾经温柔知性的语文教师,现在像颗行走的炸弹。



网友讨论 |

@络绎不绝:发现父母越孤独越爱挑刺!我在北京打工,每次视频他们必吐槽我发型、工作、对象。后来把老家闲置房改成社区棋牌室,他们忙着组局,现在连我染绿头发都夸“挺潮”。

@Lina:在德国学老年护理才知道,国内老人普遍缺乏社交支持系统。社区里独居老人会把所有情感需求投射到子女身上,那些“不讲理”其实是孤独的“SOS信号”。

@TIAN:我还时常和朋友吐槽,我自己身边就碰到过这类情况的老一辈,在外谈话都是思路清晰,很讲道理,但一旦和我们小辈沟通起来,就句句带刺、蛮不讲理。

@阿玲:以前我觉得妈妈年纪大了,好像变“作”了,甚至有些疑神疑鬼,但慢慢我发现是因为她是想在我身上找存在感,后来我尝试陪她参加社区活动、培养兴趣爱好,帮助她寻找新的关注点。

专家观点 |

朱学军(杭州市上城区人民法院高级法官、省劳动模范、省十佳调解能手):

这是一个非常值得关注的现象,反映了现代家庭关系中的代际沟通困境。由于沟通方式的不当,父母对子女造成过度干涉,加剧了矛盾,这种现象可能与父母的心理、情感和生活经历密切相关。

为什么父母变得难以沟通?背后的原因远比“固执”复杂。其实,爸妈的这种越来越情绪化的表达,也并非他们本意、或是故意刁难,爸妈正在逐渐退出忙碌的职场生活,有了更多的闲暇时间去关注生活中的琐事,很多爸妈在经历这一身份的转变过程中很难适应,当工作和社会角色逐渐消失,子女就成了他们确认自我价值的唯一渠道。催婚、干涉生活、强迫消费……这些行为背后,其实是他们害怕被时代抛弃的焦虑,以及“不再被需要”的恐慌。

在快速变化的社会环境中,许多父母感到被时代抛弃,尤其是在子女追求独立、现代生活方式时,他们可能会通过强化家庭控制来保持对生活的掌控感。这种行为可能是对社会变迁的一种反抗,但也可能导致家庭关系的紧张。

所以,这种现象提醒我们需要以更包容和耐心的态度来面对父母的变化。作为子女,应该尝试理解父母的内心世界,给予更多的关注和支持,而不是简单地将其视为“难以沟通”或“情绪化”。

同时,也需要警惕父母的行为是否隐藏着更严重的健康问题,必要时寻求专业帮助。