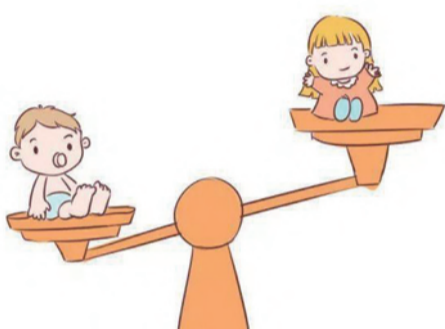


心理问答

父母有些重男轻女又不肯承认,该如何释怀?



问:我是一个16岁的女生,有一个小我两岁的弟弟。父母在物质上对待我和弟弟还是平等的,但是对待我们的态度却有明显的不同,而且他们找各种理由不承认这点。首先,我的名字叫做“梦娣”,小名叫“娣儿”,弟

同学:

你好!

父母重男轻女,但又不肯承认,至少证明,他们是有些在乎你的感受的。

在物质上,对待你与弟弟是平等的,会不会多少让你平衡些呢?

也许在你的心中,父母重男轻女是事实,爽快地承认了,反而会让你好受些,因为这样就会坐实他们对你是不公平的,是有亏欠的。

然而,他们拒不承认对你与弟弟的态度有明显不同,这样可能会让你感觉,好像你在无理取闹一样,对吗?

你会感觉自己的委屈是双重的,本来跟弟弟比,你受到的重视程度要小一些,又要你装着跟弟弟是被平等对待的,感觉有理无处说一样,是不是?

而父母是怎样想的呢?

不管他们如何掩饰,他们心里都清楚,对弟弟是有些偏爱。

但他们不能承认并表现得太明显,因为在他们的心里,你同样是他们的孩子,是需要给你爱的,只是你大一点,是女孩子,弟弟出生前,你可能也享受过他的待遇。

弟名叫“浩宇”,小名“宝儿”。我觉得我的名字就是“梦弟”的谐音,但是父母从小一直把我名字里的“娣”解释成同辈中最小的女孩的意思。其次,我从小身体不好,有慢性病,经常会犯,从上初中开始我再犯的时候父母就不再照顾我了,说我大了,让我自己照顾自己,但弟弟到现在有点不舒服父母都表现得像不得了一样,无微不至地照顾他。父母很少征求我的意见,如果和弟弟有冲突,他们多半会向着弟弟,并美其名曰“姐姐应该让着弟弟”。有时候对我过度管教(稍微做错事就会被责骂,使得我变得内向、敏感),有时候又过度放任(以前弟弟晚回家会被批评,我就不会,似乎丢了也不会在意)。该怎样释怀呢?

他们也不想让你产生太大的意见,与弟弟争爱。

但同为父母的孩子,谁不想被父母重视,谁不想被同等对待?

所以,你无法释怀,是自然的。

当父母的观念变不了时,我们就换一个角度看问题。

首先,父母为什么重男轻女?

也许在他们的心中,养儿防老的思想还根深蒂固,他们怕自己老了失去依靠,没人照顾。

从这个层面来看,父母其实也挺缺乏安全感的。

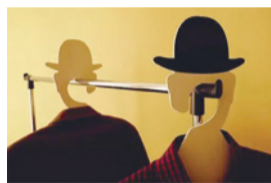
作为儿女来说,受重视意味着压力更大,被忽视反而可以随意生长。

不知道,你能不能从这个角度看过去,变得释怀一点。

作为女孩,虽然不被父母格外重视,但自己是重视自己的,不要小瞧了自己。

把精力放在自我的内在价值提升上面,可以满足自重的需要。

也就是说,自己强大了,感觉有价值了,内心充实了,父母重不重视你,就不重要了。



■心理现象

那些说得很绝对的话,为什么往往被打脸?

心理学上有一个现象,叫反向形成。

它是人的一种防御机制。

指的是:无意识的冲动在意识层面上向相反方向发展。

也就是说,有一些被压进潜意识的东西,会以相反的形式表现出来。

比如,你明明心中很喜欢一个人,但在遇见他的时候,故意绕开,不和他说话,甚至还表现得非常讨厌他的样子。

你心中恨死了你的领导,但在表面上,你对他毕恭毕敬,阿谀奉承。

你看起来非常强大,可能内心却不堪一击。

你表现得特别开朗大方,实际孤独彷徨。

在这些表现里面,都有一个过度、刻意的样子。

这个样子,是为了尽力掩饰心中相反那一面,防止自己因保护不好,露出破绽而不被人相信。

所以要刻意强调,过于表现。

自卑的人,内心其实很自大。

因为自大,也就容易瞧不起别人。

也许他们看起来唯唯诺诺,实际心里可能有愤怒,有反叛等强烈的攻击性。

这种攻击性没有外显,而被潜抑了,拿自我攻击了。

精神分析中,如果你对一个自卑的人说,你太自大了,你以为给自己披上自卑的外衣,就可以掩藏你对别人的轻蔑吗?

他一定会大吃一惊,这种震动,可能会让他把抑制进潜意识里的攻击性,提到意识层面上来,变得自信。

所以,贬低自己,实际在抬高自己,看轻他人。

这就是为什么“谦虚过度,等于骄傲”的原理,它的心理机制是反向形成。

我们不要被有些表面现象所迷惑,那些太严谨太正经的人,可能问题最大。

喜欢说“我绝对不会怎样怎样”的人,有一天他就怎样了。

那些内心深处的蠢蠢欲动,又岂能靠誓言来打发?!

(图片源自网络)



小伙伴们如果遇到成长的烦恼想找人倾诉,可以拨打12355青少年公共服务热线(021-12355)或登录青小聊网站(www.sh12355.com)和我们专业的心理老师沟通哦!(你的个人信息我们会为你保密。)