

为啥我照顾老妈最久 反而最不受待见

“尽心尽力照顾我妈这么久，真没想到‘远香近臭’这个词有一天会在我身上体现得淋漓尽致。”最近，62岁的仲云（化名）有点儿苦闷。“我妈今年93岁了，是我一直守在她身边的。为啥我陪我妈最久，反而最不受待见？”他百思不得其解。

两个哥哥定居外地

只剩自己守着母亲

仲云说，他是家里最小的，上面有两个哥哥。

大哥头脑灵活，敢想敢干，30多年前抓住了机遇选择南下经商。“虽说谈不上大富大贵，但经济条件是我们三兄弟中最好的。”仲云说，由于生意原因，大哥已在上海定居多年，不常回来。

二哥从小身体素质就好，初中毕业后进了部队当兵。“当时我爸妈别提多高兴了，逢人就夸老二有出息。我还记得爸妈收到二哥时不时寄回老家的肥皂、洗衣粉等生活用品时，向邻里炫耀的场景。二哥转业后定居在郑州，日子也过得不错，一般只在逢年过节才回来。”仲云说。

相较于两个哥哥，仲云的人生似乎没有那么出彩。“打小我就比较老实，存在感不强。用我妈的话来说，我是个‘闷疙瘩’，不仅嘴笨，脑子也不如两个哥哥灵活。”仲云说，在他的记忆里，自己好像一直都是三兄弟中最不受父母重视的那个。

年轻时，仲云凭借自己的努力进入了一家钢厂，成为一名锅炉工，但不幸的是，仅仅在工作几年之后，他就碰上“下岗潮”，成为下岗大军中的一员。“当时我的大儿子刚刚出生，这对我打击无疑是巨大的。自此之后，我无论干啥都感觉没有心气儿，一直庸庸碌碌到现在。”说到这里，仲云的脸上满是无奈。

“我爸多年前因一场意外去世了，两个哥哥在外地定居，我妈一天比一天老

了，只能由我守在她身边。”仲云说。

陪伴母亲最久

却最不受待见

仲云自认为一直尽心尽力地照顾母亲，每天将一日三餐做好，定时提醒她吃药，照顾她的生活起居……“前一段时间我妈摔了一跤，躺在床上动弹不得。我和媳妇没日没夜地守在她床边，就怕她渴了、饿了，或是想上厕所没人照护。”仲云回忆。

然而，一直以来的陪伴不仅没有增进母子间的感情，反而让两人积累了不少矛盾。“我妈虽说年纪大了，却还是个爆脾气，每天陪着她，不仅没落下好，反而落下不少埋怨。因为血糖高，她不能吃太多含糖量高的东西，可她却不当回事儿，总偷吃。我不说不行，说多了她又不开心，反倒和我生气，说我连她吃东西都管。有时如果饭菜做得不合胃口，她就赌气不吃；若她有个头疼脑热，我要带她去医院看看，她却怎么也不肯去，非说自己的身体自己知道，用不着去医院。”面对母亲的不讲理和固执，仲云既生气又无奈。

除了生活中的琐事让母子二人矛盾重重，最近母亲的一句话更让仲云伤心很久。“因为儿子的彩礼钱迟迟和亲家谈不拢，我妈奚落我没有大哥、二哥有本事，连儿媳也娶不进门。”仲云说，他自知比不上两个哥哥，但陪母亲生活这么多年，他没想到母亲会说出这种话来。为此，二人大吵了一架。

“两个哥哥只有在逢年过节才回来看

看，我妈对他们亲得不行，总是好言好语、嘘寒问暖。为啥我陪我妈最久，反而最不受待见？”仲云感到不解。

“久伴成仇”

或许事出有因

“在多子女家庭中，那些长期陪伴、照顾老人的子女，往往会被老人挑剔、抱怨，甚至是指责，而那些偶尔回来看望的子女，却常常受到老人的欢迎和喜爱，这种‘久伴成仇’的现象，仲云不是个例。”国家二级心理咨询师王晓霞说，这背后涉及多种原因。

首先，长期陪伴、照顾老人的子女，往往因为长时间的相处，让老人对其产生了过高的期望。当这些期望无法得到满足时，老人就会感到失望和不满，进而产生负面情绪。

其次，子女在照顾老人的过程中，可能会因为工作压力、家庭琐事等原因，无法做到尽善尽美，一些微小的疏忽或不足，都可能成为老人抱怨的理由。子女和父母吃在一起、住在一起，难免会发生冲突。子女无法理解老人的想法，老人往往因为年龄和身体等原因，变得更加敏感、挑剔，双方意见难以统一是常事。

此外，“距离产生美”这句话适用于任何人际关系。那些由于工作、家庭等原因定居在外地的子女，离父母远了，和父母见面的次数自然就会少，可能只在节假日回家一趟，来去匆匆，这难得的相聚就显得弥足珍贵。加之不少老人观念陈旧，往往有“闯出去的孩子都是有本事的孩子，

留在老家的孩子反而并不优秀”的错误观念。因此，会对留在身边的孩子不重视，甚至常常加以苛责，所谓的“远香近臭”就是这个道理。

要让陪伴成为亲情纽带

子女和老人需双向奔赴

“面对这种‘久伴成仇’的现象，子女要多加‘修炼’，老人也得作出改变，只有这样，才能让陪伴成为亲情的纽带，而非矛盾的导火索。”王晓霞说。

王晓霞建议，在日常生活中，子女可以更加主动地与老人沟通，了解他们的需求和感受，尽可能地满足他们的期望。在发生矛盾时，多给予老人理解，学会调整自己的心态和情绪，以更加平和、宽容的态度去面对老人的挑剔和抱怨。同时，老人也应该学会合理地表达自己的需求和感受，而不是通过指责和抱怨解决问题。老人应多想想“近在眼前”的子女辛苦付出，切莫因为一碗水端不平，而伤了为自己付出最多的子女的心。

像仲云这样在父母身边尽孝的留守子女有很多，在不受待见时，确实需要学会“消化”生活中的不如意和来自父母的负面情绪。希望每位父母都能看到身边子女的付出和努力，而不是只盯着那些矛盾和差距。“久伴成仇”这一现象并非不可避免，通过加强沟通、培养积极心态和共同努力，相信可以打破这一悖论，从而让陪伴成为老人和子女之间的亲情纽带。

□王昕昕 焦雅琦

老伴儿的网瘾真让我发愁

胡阿姨的老伴儿赵大叔退休后，就陷入了一种沉迷网络的状态，赵大叔的这种情况，让胡阿姨深感担忧。

赵大叔退休前在一所学校的后勤部门工作，负责全校的水电暖等。因岗位比较特殊，工作比较繁琐，爬上爬下很费体力。下班后，赵大叔就喜欢躺在沙发上看电视、报纸。

2022年，赵大叔退休了。好不容易闲下来，他开始张罗着约朋友们喝酒。刚开始，胡阿姨考虑到老伴儿工作了一辈子，应该放松放松了。可是赵大叔三天一小喝，五天一大喝，到家后闷头就睡，不免耽误了不少事儿。为此，胡阿姨跟赵大叔没少吵架。

一天，女儿和女婿把家里淘汰的电脑送了过来，教赵大叔如何使用。有了电脑后，赵大叔外出喝酒、聚会的次数少多了，可是他却开始沉迷上了网络。

刚开始，胡阿姨想着老伴儿有事干了是一件好事，毕竟退休后每个人都要有自己喜欢的方式来打发时间，也不用天天想着喝酒了。“可没想到老伴儿没白天没黑夜地坐在电脑跟前，沉迷在网络世界里。白天在电脑上下象棋，晚上看怀旧电影，可以说是两眼一睁玩到熄灯。另外，由于长期久坐，他的颈椎、腰椎也出现了问题，家务活一点也干不了。我天天劝，也没有太大作用，可把我愁坏了。”胡阿姨无奈地说。

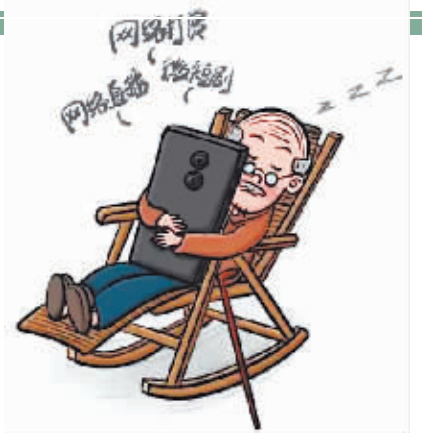
一波未平一波又起。为了让胡阿姨和赵大叔都享受到手机给生活带来的便利，女儿和女婿给二老买了两部智能手机。没想到，此举但却给老两口的生活带来了更大的麻烦。自从有了新手机，赵大叔很快就被直播、微短剧“拿捏”，随即沉迷其中。

胡阿姨说：“前一阵子，老伴儿突然

找我要2000元钱说买东西。我当时就有点纳闷，老伴儿每个月有4000多元的退休金，这两年他应该也存了不少钱，怎么还找我要呢？在我的再三追问下，老伴儿终于道出了实情。原来，老伴儿最近又迷上了手机直播带货，每天半夜等我睡着了，他便开启了清空“购物车”模式。手镯、玉佩、玉坠……足足有10多件，便宜的几百元，最贵的5000多元，光这些东西就花了将近30000元。”

打那以后，全家人便投入到帮助赵大叔戒网瘾的状态中。

胡阿姨说：“为了帮助老伴儿走出这种状态，我从女儿家忙完回来不管多累，都会强制和他在楼下散步。女婿也给老伴儿买来了鱼缸和观赏鱼，为的就是让他减少对网络的依赖。然而，这些努力似乎并没有起到太大的作用，老伴儿依然将大把时间都花在电脑和手机上。”



对于胡阿姨家的情况，中老年家庭工作者表示，赵大叔沉迷网络，为了让其戒掉网瘾家人们也想了很多办法，但效果不太明显。有数据显示，不少老人沉迷网络，是由于缺少社交圈子、社交平台造成的。对此，胡阿姨不妨给老伴儿报名参加一些老年兴趣班、志愿活动等，在与同龄人接触的过程中，帮他重新找回社交圈子和认同感，从而告别网瘾。

□李晨阳