夫妻恩爱是给孩子最好的礼物

作者：孙聿为

摘　要：成长所需的基本安全感，来自父母关系和睦的稳定性晓白摄■心理学家对家庭问题的研究表明，孩子出了问题，通常是父母的关系出了问题。



成长所需的基本安全感，来自父母关系和睦的稳定性晓白摄

■心理学家对家庭问题的研究表明，孩子出了问题，通常是父母的关系出了问题；要想从根本上去除孩子的病症，该吃药的不是孩子，而是父母。

■孩子成长中需要得到的基本安全感，来自父母关系和睦的稳定性；在确知这样的安全有所保障的前提下，孩子才更愿意、更有力量，去做他该做的事情。

■如果孩子每天看到对抗、逃避、麻木状态的父母，他就不可能得到足够的爱的滋养，这和给孩子脑袋一闷棍的伤害没什么区别，甚至更大。

■孙聿为

今天是国际家庭日，我们来看看夫妻关系、家庭氛围对孩子的影响究竟有多大。

**夫妻关系是孩子问题的根源**

每个来找我做心理辅导，希望我能帮他们改变孩子状况的家长，在第一次见面后没多一会儿，都会毫不留情地给我一个白眼——无一例外。

通常情形是这样的：落座之后，还没等我将咨询的基本规则、原则介绍完，家长们已经急切地开始数说孩子的诸多问题与不是，或表情无奈悲伤，或语气激情气愤，有的扑簌簌眼泪汪汪，有的甚至拍大腿咬牙切齿。最后，你总能听到几个类似的句子：真不知道欠这孩子什么！您说他究竟是在跟我们较的哪门子劲……

此话出口，家长们苦与悲的倾泄算是告上一个小小段落，此刻我会问上一句：你们夫妻的关系怎么样？有的时候，我也会把问题问得尖锐一点：您知道您欠孩子他爸（妈）什么吗？您在家里是怎么和孩子他爸（妈）较劲的？接下来，听清楚我问题的家长，白眼已经翻了过来；多数家长会以为听错了，皱着眉停顿一下，侧耳过来——我一定重复一遍我的问题，打断家长们一贯的、对孩子指责性的思维定式——当然，继而，白眼必然是要送过来的。

都是白眼，含义却各不相同。有的是突然被问懵了，困惑“这跟我和孩子他爸（妈）的关系有什么关系？！”有的确实是出于不满，带着这种情绪的家长往往反唇相讥：“老师您没搞错吧？您说我们能有什么问题？！”也有的表现出更觉无力的痛楚……

最近一二十年心理学家对家庭问题的研究表明，孩子出了问题，通常是孩子父母的关系出了问题；要想从根本上去除孩子的病症，该吃药的不是孩子，而是父母。

解决孩子的问题，要从夫妻关系的改善做起。很多家长难以接受这样的观念。但无论如何，这是孩子出问题的根源所在，自然也是解决问题的突破口。

**夫妻关系决定着孩子的成绩**

朋友圈里有位张先生，常在周围人一片啧啧声中，眉飞色舞地描述自己如何与妻子共谋，养出个非常棒的女儿，给人感觉他有个令人艳羡的和睦家庭。没想到，有一天他悄悄找我，求助帮帮他女儿，“最起码能让孩子做到每天去上学”！

他女儿上初三，身体健康，但是两年半里，每学期到学校去上课的天数，竟然不超过两个月，有几次连期中、期末考试也不按时去参加。女孩不去上学，倒也从来没去过别的地方，就待在家里不出门。学校是如何容忍这情形的，在此恕不赘言，总之女孩考试都过了关，有的科目还能达到优秀，说明她智力绝对没问题，甚至有超过同龄人的自觉自学能力。但是，眼看就要中考，女孩又一次“旧病复发”……张先生格外焦虑，同时非常不满地表示：“她妈对女儿从来就没真上过心！”这与他之前屡屡向外界“秀”幸福的情形，大相径庭。

和一家人分别面谈多次以后，我了解到的真实情况是，女孩妈妈有婚外情将近3年，夫妻俩为此背着女儿纠缠了很久。他们以为隐藏得很好，女儿不可能察觉……但实际上，女孩不出家门、不做她的年龄和身份通常应该做的事，是在用极端的、病态的方式“守护”妈妈，不要妈妈离开家，是在潜意识的支配下，维护家庭的完整性……

事实上，孩子能够觉察到父母关系中极其微小的疏离因素，这些不稳定因素会给孩子带来心理和生理发育的极大障碍。因为孩子的生命来自父母双方，由于这样天然的基因关系，在孩子眼里，父亲母亲同等重要。孩子潜意识里的需求，是父母手牵手、肩并肩，一起支持自己向前迈进。也就是说，孩子成长中需要得到的基本安全感，来自父母关系和睦的稳定性；在确知这样的安全有所保障的前提下，孩子才更愿意、更有力量，去做他该做的事情。

令人庆幸的是，张先生和妻子后来接受了一段时间的亲密关系辅导，度过了那段情感危机，女儿上高中后没有再出现不去上学的情况，成绩确实变得很优秀。张先生说，现在女儿像吃了“定心神丹”一样！

**拯救孩子从改善夫妻关系做起**

相信还有很多父母困惑着：感情上的事，大人自己解决就是了，怎么就能对孩子造成那么大的影响？孩子根本用不着，也没能力操这份心啊！

**话说得好像没错，但往往事与愿违。**

孩子就像父母关系的忠诚卫士，除了觉察到父母有所疏离便会去“拯救”家庭，还会传承父母的相处模式。心理学家从生理、心理的多重角度探索发现，一个人是否有爱、懂爱、会爱，都与他所认知到的父母关系密切相关。

**夫妻之间彼此内心关闭、关系疏远，孩子会发生什么问题？**

首先，从心理上看，会出现因爱的缺失而带来的种种问题；从认知上看，会缺乏爱的模式的学习机会；从神经科学上看，跟爱相应的神经网络无法得到完善和充分发展。

夫妻关系出现问题，孩子通常成为最直接的受害者，表现为至少其中一方或者双方都不接受孩子。如果张先生抱怨妻子对孩子不上心的那句话属实，就说明女孩的妈妈有相当长一段时间基本忽视了孩子；而张先生之前经常“秀”孩子如何优秀的做法，事实上也是不接受孩子的表现——他心中想要的孩子，是他跟同事朋友“炫”出来的那个样子，而不是他家里真实的那个。孩子能感受到这样的否定，于是，必然在亲子关系上出现缺失，感受不到来自父母一方（更糟糕的是双方）的关注。

如果这种状态出现在0岁-7岁，危害会更大，因为0岁-7岁的孩子处于心智发育最旺盛的阶段，正是发展适应周边环境生理基础、完善神经元连接的关键期。整体上，那些神经网络的建立，采取的是一种筛选的方式，经常使用的就保持，越来越粗壮；不用的那些则可能慢慢萎缩。如果孩子每天看到对抗、逃避、麻木状态的父母，他就不可能得到足够的爱的滋养，跟爱相应的神经网络就无法连接，以至慢慢萎缩。所以，夫妻关系差，忽视孩子，从生理发育的角度看，跟给孩子脑袋一闷棍的伤害程度没什么区别，甚至更大。如果错过神经网络的最佳发育阶段，这些神经网络的不完善，以后修复起来，要多用上几倍、几十倍的气力。很多人长大之后不知道什么叫爱，也不知道如何去爱，就是这样的结果。

其次，爱有“被爱”和“去爱”的两面性，虽然“被爱”出现缺失，但孩子那种“去爱”的本能还在，他会用尽一切办法，为了挽救家庭、把父母整合在一起而异常地付出。通常以为孩子“得到”才会“付出”，在研究中却发现，心理最缺失的孩子，说不定对家庭的付出最多——他人生中第一个，也是最重要的使命，变成了拯救家庭，而不是快乐地做自己。其中有一种典型的表现方式是：孩子发现了父亲或母亲内心的空洞，会直接跳进去填补父母的空虚，成为父母的心灵伴侣，这种现象被称为“身份错位”。

在这样的家庭中长大有什么危害？孩子无法学习到正确的两性相处之道。如何跟异性相处，最重要的学习途径是从小对父母相处模式的模仿，这种模仿往往不曾被孩子自己明确地意识到，是一种潜移默化的继承。

如果父母的常态是对抗、逃避、麻木，孩子认知、感受、模仿到的两性关系，也就是这些。这个孩子长大后遇到爱人时，爱情的火花与体内异常的激素产生化学反应，会驱动头脑重新搭建与爱相关的神经网络，两个人因此敞开心扉走到一起。问题是，当爱情的火花散去，往往内在新的改变还不够稳固时，他会不自觉地回到童年形成的旧模式中，遇到冲突就启动防御模式，关闭心灵，麻木感受，疏远关系——复制父母的相处模式。上一代的遭遇，就这样在下一代身上重复出现了。

如此说来，夫妻之间是否恩爱，和睦关系是否稳定，成为孩子是否拥有安全、滋养的成长环境，以至人生发展是否顺利的最重要因素。家长更多要学习的，是如何用良好的心智模式与观念，去面对现实家庭，修复亲密关系，达成夫妻和谐，进而修复亲子间断裂的爱，让孩子回归他们本来该在的位置，踏实、坚实地走自己的路。总之，让恩爱的模式成为今人与后代间传承的礼物，实现快乐幸福的生活追求。

中国夫妻之间的“十二杀手锏”，每一招伤害的首先是孩子，为了家庭的幸福和孩子的未来，请诸君对照自省，切勿使用!（作者系资深媒体人、青少年教育与亲密关系心理辅导师）

链接

亚洲最著名的系统排列师郑立峰，把中国夫妻之间的“十二杀手锏”总结为——

1.指责，凡事都是你错；2.辩护，凡事都是我对；3.冷战，不回应或故意忽视对方释放的善意，冷漠、冷漠、再冷漠！4.蔑视，看不起；5.经济封锁；6.赶出卧室；7.拉孩子成为同党；8.性惩罚；9.拉双方父母成为同党；10.恐吓，男的通常使用肢体暴力，女的则用语言暴力；11.破坏对方社会关系；12.互联网传播。

据统计，西方社会，如果用到第4招，91%的家庭肯定解体了；而中国家庭，哪怕用到第11招，依然保持婚书不毁。