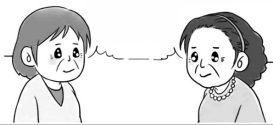


亲家相处,像葛优说的“虚着点好”



新亲家时代

自本报推出“新亲家时代”系列报道以来,不少读者来信来电分享他们融洽亲家关系的妙招。对于这些经验,专家如何看待?对于新时代亲家关系的处理,专家又有何建议?本报记者进行了详细的梳理。

多站在对方的角度考虑问题

福建厦门74岁的许洪光和亲家相处的经验是,“多为对方考虑些”。20年前,许洪光的长子谈婚论嫁,准亲家母来了解情况。对此,许洪光态度坦诚,对家庭状况不隐瞒不夸张,一切如实相告。谈及聘礼,他尊重亲家风俗习惯,尽力让对方满意。儿子婚后,许洪光对亲家一直热忱:亲家来了他主动当“导游”和“摄影师”;亲家家条件一般,他发现亲家有什么需要,便会出钱购买让儿子以晚辈的名义送去,“这样亲家接受起来舒服些”。

专家建议:与亲家沟通的时候应注意方式,要多站在对方的角度考虑问题,建议通过定期聚会、特定事件来促使双方关系升温。若是双方因为文化层次、修养等不同难以交好,也不要用自己的情感去影响小夫妻的生活。亲家之间相处把握好距离,不让对方觉得忽视即可。(中南大学心理学教授 郭平)

多对媳婿示好向亲家传达善意

河北滦南72岁的刘振广从亲家那儿学来方法,使双方关系更加融洽。刘振广有一子一女,儿子成亲后和亲家一起生活。刘振广发现亲家真是把女婿当儿子看的,照顾得非常周到,这让刘振广非常感动。除了投桃报李,他还学以致用,也把女婿当儿子。就这样,他和两对亲家都相处得很好。

专家建议:亲家之间由于环境不同、立场不同,加上较少沟通,容易引发矛盾,但双方家长都疼爱自己的孩子,建议从女婿、儿媳方面入手,通过对女婿、儿媳示好,让亲家感受自己的善意,从而改变生疏状态。(吉林省婚姻家庭研究会理事 梁青岭)

带孙理念不合,不妨退让一步

广东佛山68岁的陈强,因带孙与亲家闹僵,最后选择放手,使亲家关系恢复正常。8年前女儿怀孕生产,恰好退休的陈强,打算和老伴一起“含饴弄孙”,却因与亲家争占带孙的主导地位弄得双方频发争执,女儿夹在中间左右为难。一次同学聚会,他发现好几位同学在带孙这件事上都是当“甩手掌柜”,生活过得有滋有味。陈强有所感悟,将带孙的主导地位让给亲家,只在寒暑假同外孙外出旅游,拉近关系的同时也为亲家减负,“我们双方像是分了工,关系也渐渐变好”。

专家建议:亲家双方,在带孙这件事上要学会互相包容和接纳。带孙本是帮儿女忙,切不可喧宾夺主,按自己的想法来过生活,若是与亲家带孙理念不合,不妨退让一步。自己的注意力和情感可以放在老伴上,或者培养自己的兴趣爱好。多一份老年生活经历,对于帮忙教育孙辈更有帮助,也能使亲家之间相处和谐。(安徽大学社会工作教育中心 朱晓庆)

划重点 亲家相处时注意四点

- 1.以礼相待** 礼尚往来、礼貌相处是所有人际关系和谐的前提。葛优被问及夫妻和谐相处之道时说,“两口子还是虚着点好”,这“虚”,不是虚伪,而是要客气一点。夫妻如此,亲家相处更应该客气有加。
- 2.保持距离** 亲家之间过从甚密难免有矛盾,不如保持一定距离,留有充分空间。
- 3.装聋作哑** 小夫妻闹矛盾,双方老人最好不参与。千万不要替自己孩子出头、讲理。如果孩子求助你们调节,一定要尽量客观,多帮自己孩子反思。不论小两口如何争吵,亲家之间都不要过招。
- 4.切忌抱怨** 千万不要对着孩子或孙辈抱怨亲家的不是,要多看亲家的好处,体谅他们的难处,不要只注意他们做不到的事情。只要有心,出力多少不要苛责。提醒子女和孙辈多孝敬亲家。(本报记者鲍杰)



生日祝福

8月13日(农历七月十三)是彭建设68岁生日,老伴李红莲携儿女孙辈祝你生日快乐,平安健康,乐享晚年!

8月15日(农历七月十五)是刘柯年72岁生日,儿子刘浩明携家人祝您生日快乐,天天开心,健康长寿!

为儿孙祝福

8月12日(农历七月十二)是张一坤3周岁的生日,老爷爷张仲洪、老奶奶牛静茹携你爷爷奶奶、爸爸妈妈及其他亲友祝你伶俐活泼更俊美,俐质天资数一流。

征集:免费为读者刊登祝福信息,请您至少提前10天发送短信至18175138290。

丢了西瓜捡芝麻



重庆的夏天,家里像火炉一样,热浪滚滚,苦不堪言。老伴为了节约电费,自己家里的空调不开,常常跑到商场去蹭凉。

这天,老伴乐颠颠蹭凉回来,又大包小包地买回了衣服、打折蔬菜、水果、小食品。我说:“老婆子吧,你为了节约电费去蹭凉,结果天天买这么多东西,真是丢了西瓜捡芝麻,花出去的钱比省下来的钱多得多哟!”(重庆 陈世渝 62岁)

浅谈

我在书店看到有适合中学生看的数理化杂志,就买回一本给还在上中学的侄子看。过了几天,我问他看完有没有什么收获,他说:“不怎么好,写得比较粗浅,不够深入。”

我不相信:“这些文章都是专家写的,怎么会粗浅呢!是你没仔细看吧?”

侄子说:“你还不知道吗,现在专家水分很大,你看他们的文章标题写的都是浅谈什么什么的,这样的文章会深刻吗?”(广东东莞 周明春 55岁)

每天8碗催乳汤 喝得儿媳想吐

婆婆总觉得孙子“口粮”不足,要求儿媳每天喝8碗汤催乳,儿媳喝得满心抑郁。最近,湖北武汉的新手妈妈小李忍不住住到医院向“母乳喂养”的专业人士求助。

28岁的小李20天多前刚当上妈妈,儿子小宝一直母乳喂养。小宝白天隔一会儿就要吃奶,夜里也要折腾好几次,小李虽然感觉很辛苦,但一直咬牙坚持,“毕竟母乳喂养好处多”。小李的婆婆却认为,宝宝总是要吃奶,说明母乳量不够,需要妈妈赶紧喝汤发奶。从上周起,婆婆变着花样做鸡汤、鲫鱼汤、猪蹄汤,要求小李每天至少喝8碗汤。小李喝了几天后,看到汤就感觉想吐,婆婆却要求她“吐也得坚持喝汤”。

“一方面,感觉自己成了

产奶的工具,心情很糟糕;另一方面,想为了小宝坚持喝汤,又实在喝不下去。”小李无奈到武汉市妇幼保健院请教专家:有没有其他办法发奶?

国际认证泌乳顾问邱嵘了解得知,小李的孩子出生时6.2斤,经历新生儿生理性体重下降后,目前已经长到6.6斤,体重增长很正常。她建议无需额外进补,只要坚持给小宝按需哺乳就行。

邱嵘介绍,不少新妈妈都遭遇过小李这样的困惑,被家中长辈要求进补,或是吃某些不愿意吃的食物,结果新妈妈倍感压力,反而可能影响原本正常的乳汁分泌。事实上,只要宝宝生长发育正常、不哭不吵,就说明“口粮”充足,新妈妈继续保持营养均衡的正常饮食就行。(摘编自《武汉晚报》)

家有三个子女 却只要儿子养老

重庆市辖区两级法院最近对审理的众多赡养纠纷案件进行分析总结,发现有些老人固守“养儿防老”思想,放弃要求女儿养老的权利,导致儿子不堪重负放弃养老,最后双方诉至法院要求解决。家住重庆市奉节县的老张就是一例。

老张年近七旬,膝下有两女一儿,皆已成家立业。去年1月初,老张查出心脏病、肺部感染等,住了一次院。老张认为嫁出去的女儿对自己的养老没有义务,住院治疗的医疗费都让儿子小张一力承担了。然而老张出院后,后续治疗每月仍需花费两三千,小张不堪重负,试图说服父亲提出让两个姐妹分担一部分,但固守“养儿防老”旧思想的老张不同意。为此,父子二人因赡养费问题发生纠纷。随

后,老张以儿子没有履行赡养义务为由将儿子告上了法庭,要求儿子每月支付其赡养费(生活费、医疗费)6000元。

法院审理后认为,子女对父母有赡养扶助的义务。老张共有三个子女,三人都是履行赡养义务人,老张在庭审中表示不要求另外两个女儿对其履行赡养义务,系老人对自己权利的放弃。被告应当承担三分之一比例的赡养责任。对于赡养费数额,酌情确定赡养费为3000元,被告小张承担三分之一的比例,即每月1000元。

承办此案的法官也提醒老张,“只要儿子养老”思想与法律相违背,需要转化思想“一碗水端平”,才能拥有幸福的晚年生活。(摘编自《三峡都市报》)

当老伴的“情绪管理专家”

前年深秋,与我们朝夕相处的公公去世了,老伴很长时间都难以从伤痛中走出来,一直情绪低落。担心长此以往不利于身体健康,我耐心劝解老伴,人终会离去,要面对现实,公公走了,活着的还要好好过。我们生活好了,公公在天有灵也会放心。过了段时间,我发现他的情绪有了好转。

可是不久,老伴又出现心律不齐、胸闷气短,服了近半年的药依然起色不大。他精神萎靡,情绪焦虑。为了让老伴尽快走出阴影,我将那些平日里关心他且他信得过的亲朋好友建了一个微信群,让他通过与朋友分享来

解除心中的烦恼。

除了发动别人帮忙,我还担当起老伴的“情绪管理专家”。他之所以总陷入糟糕情绪中,就是因为一直“宅”在家里,生活太枯燥了。在我的建议下,老伴开始尝试培养些兴趣爱好:做志愿者、写字作画、下棋、垂钓……丰富多彩的休闲活动,帮他释放了情绪,增进了身心健康。此外,我还让他不要去与别人攀比,保持乐观的心态。

经过一段时间的调整,老伴的情绪越来越好。他现在经常说:“有啥事跟老太婆一说,心里就会舒服多了。”(江苏大丰 王惠玲 62岁)

快乐老人报

我是刘修英,空巢老人,75岁,上海人。

陪伴

是最深情的告白

出门一把锁,进门一盏灯。
给儿女打电话。
最多聊三分钟:“妈,我忙,先挂了”;
给快乐老人报的记者、编辑“孙子”打电话,
起码聊半小时:“奶奶,天凉了,记得加衣……”
夜幕清寂,电话那头总有温暖守候。

快乐老人报全年定价 138 元
邮发代号:41-178 全年100期 每周一、周四出版

订阅方式
中国邮政订热线:11185
中国邮政报刊订网(bk.11185.cn)
微信订:扫描左二维码
报社咨询热线:0731-88906498