

# 七旬“女强人”索求掌控感,老伴被迫提离婚 咨询离婚的退休老人为何变多了

社会老龄化的加剧,引发人们对老年人生活状态的广泛关注。都说“最美不过夕阳红”,从事婚姻咨询多年的汪群群却发现,近两年,咨询离婚的退休老人越来越多了。

前段时间,就有一对老夫妇三次来到离婚咨询室,要找汪群群“评评理”。提出离婚的是72岁的宋老伯,他满脸沉重:“汪老师,她这么折腾,日子实在过不下去了。”他的妻子,同样年过七旬的刘阿婆,却一脸不屑。

通过他们的讲述,汪群群了解到,二老结婚40多年,退休后生活条件不错,有一独生女现居海外。

为何突然走到离婚边缘?据宋老伯说,老伴退休后把注意力重

心从工作转移到家庭,开始搞监督。“她一会儿怀疑我和保姆要好,一会儿怀疑保姆偷东西、指责我照看不严。和女儿也闹僵不联系了。这样的生活太窒息。”

身为国家二级心理咨询师、上海市普陀区心理咨询师协会副理事长,汪群群试图从咨询者的倾诉中找到他们想离婚的原因。她分析:“咨询离婚的退休老人变多,与退休带来的生活方式改变有关。而年龄增长导致的身体衰老和掌控感下降,更让老人感到无力、心态失衡,进一步影响到老人的身心健康。当生活矛盾与身心负面感受在家中不断放大,婚姻的根基就被撼动了。”



(视觉中国)

## ▶ 请来保姆 却担心老伴是“苏大强”

宋老伯与刘阿婆的矛盾,从退休后开始爆发。

“为了向我诉说矛盾,他们连续来了三次,在我的办公室坐了整整三天。”汪群群告诉记者,提出离婚的虽然是宋老伯,主要讲述者却是刘阿婆。在他们的婚姻里,占据主导地位的人一直是刘阿婆。

“三天里,有其他咨询者来,刘阿婆就在咨询室外守着不走。等人家走了,她再继续重复讲她的事。”正是在刘阿婆事无巨细的讲述中,汪群群了解到,刘阿婆给自己的定位一直是“成功人士”。

退休以前,好强又上进的刘阿婆,大多数时间都在忙工作。随着职级节节上升,刘阿婆一步步成了所在行业的一把手。据刘阿婆自己说,比她年轻的一些行业翘楚,都是她亲手栽培或者慧眼提拔的。业内同行看到刘阿婆都很尊敬,甚至是敬畏。

受环境氛围影响,在家里,刘阿婆自然也是说一不二,与家人之间形成了“要求”和“服

从”的固定模式。丈夫听她的,女儿也得听她的。宋老伯说:“在外面她是女强人,在家里她还要说了算。”

退休后,刘阿婆不再扮演原来的社会角色,掌控欲进一步转移到家里。时间长了,父女俩心理压力都爆棚。“女儿本来就不愿和她妈说话,出国后更不主动联系了。”

女儿不在家,只剩老两口朝夕相处,“被管”的压力进一步集中到宋老伯身上。

事业心很强的刘阿婆,在家务方面并不精通。因此,她从中介机构请来一位保姆,协助料理家事,并在家里装了摄像头。刘阿婆觉得此举理所当然,“不然我怎么知道老头和保姆在家里做什么”。

在家的時候,刘阿婆会时刻注视宋老伯和保姆的一举一动。有时她出门办事,就盯着监控画面。刘阿婆说,毕竟一男一女,保姆又比宋老伯年轻,“电视里不是演的吗?老头儿苏大强就跟保姆蔡根花好上了,还闹着要结婚。”

一段时间后,刘阿婆自认为看出了“不对劲”的苗头,开始发脾气。“我不在家的時候,老宋和保姆一直亲亲热热说话!老宋还经常招呼保姆一起吃饭!”

宋老伯却说,刘阿婆纯属猜忌。视频里是听不到说话内容的,“其实无非是些家长里短的事,还有就是关照每天要做哪些家务,诸如先打扫哪个房间,中午做哪几样菜。到了饭点,我看对方很辛苦,我一个人又吃不掉那么多菜,就招呼对方一起吃,这也能叫和保姆要好吗?”

她的怀疑,让他还深感被冒犯。“我也是个高级知识分子,一辈子清清白白,她竟然拿我和苏大强比?”

要说比较,宋老伯觉得,和容易生气的刘阿婆比起来,这位保姆情绪确实更显平和,沟通起来比较轻松,但也没有更多的了。

老两口频频争吵,刘阿婆最终把这位保姆换掉了。虽然,在汪群群引导她回顾时,她承认,她也未看到宋老伯和保姆“有多大的事情”。

关系。”为了躲避老妻,宋老伯开始与刘阿婆分房而居。

刘阿婆似乎对宋老伯也不放心,每天要在家里把首饰数一遍,把现金数一遍,甚至把宋老伯叠好的衣服和袜子数量都数一遍。

参与调解的居委社工劝她,多出去走走,培养自己的兴趣爱好,不要把注意力都集中在家里。“不如和老伴一道出去旅游,或者吃晚饭跳跳广场舞。”

但刘阿婆认为,自己是有品位的。“广场舞我不跳的,太low了。那些旅游景点,人头乌泱乌泱,我也不要去的。旅行团里的老头老太,和我也不是一个圈子,我不要和他们在一起。”

## ▶ 发现老人身心异常

### 配偶、子女应及时给予帮助

在给刘阿婆做了心理评估后,汪群群认为,老人的心理状况有必要立刻告诉子女。

但宋老伯摇摇头。近年来,因为刘阿婆要求不惑之年的女儿用她的方法严格管理家庭和孩子,母女两人在电话里多次吵翻,很久不联系了。

汪群群发现,刘阿婆内心孤独,很想找晚辈倾诉。“不然她不会和我聊了三天,还说到我就像看到了她的女儿。”

她告诉记者,在家庭里,父母发生矛盾时,子女的调解可能有助于缓和关系。“本来就是一家人,父母要离婚,成年女儿也不该置身事外,至少应该知情。”她鼓励刘阿婆主动联系女儿,但被刘阿婆拒绝:“她才不要与我联系,微信都拉黑了。”然后,刘阿婆开始数落女儿“不懂事,没良心”。

看到刘阿婆心里并没有把女儿放下,汪群群继续引导:“她不来找你,你可以去找她呀。”

刘阿婆似乎放不下面子,说:“她离我这么远,我怎么找。”

“你们可以过去探亲,现在坐飞机还是方便的。您和女儿的矛盾,一定不愿意延续终身吧。”听到汪群群直指问题核心,刘阿婆许久不作声,最终表示同意。

修复亲子关系需要过程,眼下,刘阿婆身边最近的人还是宋老伯。汪群群提醒宋老伯,刘阿婆越来越反常,可能是身心都出了状况。“她也许是病了,需要您的关心和支持,您应该先带她找医生看看,帮她渡过难关。”

明事理的宋老伯表示同意,开始劝说刘阿婆:“既然来到这里寻求解决方案,你就要听老师的话。我们先去医院看看,再去探望孩子。”

关键时刻,宋老伯和汪群群都拿出了引导孩子般的耐心。考虑到这样才能让婚姻获得转机,刘阿婆答应配合。

“第三天下班时,我目送二老相伴离去,后来他们没有再来。我想,他们应该是找到了婚姻问题的出路。”汪群群指出,老年人退休后的情绪问题需要老伴和子女的关心。“遇到问题,家人应当相互扶持,而不是互相回避。如果身体和心理状况出现异常,一定要及时就诊,尽快寻求调节与改善。”

她也提醒退休老人,除了家人子女的关心,老年人自身也应该多参与社会活动,正向社交,“自娱自乐”才能“老有所乐”,更好地适应退休带来的生活变化。

(新闻晨报)

## ▶ 疑心失窃 每天把家里东西统统数一遍

换了保姆后,刘阿婆又发现新问题:“我的东西怎么老是会少?”

大到项链耳环,小到一块零钱,刘阿婆总觉得,家里来了新保姆,她就老丢东西。

项链和耳环,是出门前试戴过的。一块零钱,是回家时随手放在鞋柜上的。其他疑似丢失的物品,还有丝巾、电视遥控器、钥匙……

刘阿婆心存怀疑,与保姆几次争吵,同时责怪宋老伯看管不力。保姆与宋老伯都深感冤枉。听到这家人吵得厉害,居委社工前来调解。经过监控回放,物品失踪的原因一一找到:项链和耳环试戴后,放在床上没有及时归位,落进了床缝。鞋柜上不

见了的零钱,在垃圾桶里出现,是被碰了掉进去的。丝巾、电视遥控器、钥匙等等,也都在家里的各个角落重现真身。

真相水落石出,气愤的保姆提出辞职。因为刘阿婆不擅长家务,宋老伯主动挑大梁,也就成为老妻的重点监督对象。“我做的饭,她说太硬或者太软,或者嫌我笨,不知道顺便把胡萝卜、杂粮一起放电饭锅煮了。我洗碗,她说费水太多,嫌我不知道节约。总而言之,我做什么都不如她,但要是做得不如她,就更不如她了。”

天天听老妻指责,宋老伯深感烦闷。但家里没有别人,他也不敢找邻居诉说,“不然她又怀疑我和邻居怎么了,会影响邻里