



郁闷：

同龄“后婆婆”跟我同住7年，处处相争……

倾诉：小芳 整理：章清清

凌晨3点半，我躲在被子里，一边翻看朋友圈一边泪水长流，我刚才结束跟婆婆的一场嘶吼大架。说她是我婆婆，其实我俩差不多同岁，我们住在一个屋檐下快7年了，我不知道这样的日子还要熬多久才能结束。

我跟我老公谈恋爱时，他妈妈就病重了，后来没多久就去世了。他母亲去世一年后，我们才结婚。婚房是我老公买的，老公担心他爸爸一个人在老房子里寂寞冷清，就提议让他爸跟我们一起来住。说实话我心里当然不是很乐意，但为了成全老公的孝心，也就答应了。

公公跟我们住了一段时间也还相安无事，我以为日子就会这样过下去。没想到，半年后，公公居然从婚介所认识了一个只比我大几岁还离过一次婚的女朋友，而且，很快他们就结婚了。我忽然之间不仅有了一个跟我几乎同龄的婆婆，而且还要生活在同一个屋檐下，因为，婆婆嫌老房子又旧又小不肯住过去。

我的尴尬生活从此开始了。婆婆带了一个6岁的小女儿过来，而我也生了一个女儿。我没指望她能帮我带孩子，但没想到她居然霸道到什么都要跟我来比。

我女儿买了什么玩具，她就要给她女儿买什么衣服。我女儿报了什么培训班，她女儿就要上一个价格差不多的辅导班。我公公的退休工资其实也还不错，但他容易被人忽悠去买那种来路不明的理财产品，大部分积蓄都投进去了，几次被骗得血本无归还越赌越勇。他手头一没余钱就找我老公要，等于，我老公除了养自己的女儿外，还要帮他养“养女”。

这还不算，原本她是住着我们的房子，我和我老公才是这个家的主人。但日子一长，她觉得她是我们的长辈，这个家应该她当家。我摆好的设施，不经过我同意，随便换掉。我按照我的想法，布置新家，结果下班回来，全都变样。在家里，我连一个破纸箱子都不敢扔，我挪了一下照片位置，她会质问我：“谁挪我摆放的照片？那是我精心布置的”。

她离婚后没有工作，嫁给我公公就是看中了我公公的退休工资高。但几年后，她发现我公公其实是绣花枕头稻草芯，退休的工资根本没他当时向她吹嘘的那么高，而且年纪又大她很多，她的心态越来越失衡。每当看到我和我老公在家里稍微亲密一点，她就像打翻了醋坛子，故意找茬来找我吵架。有一次，我生病了，我老公到药店给我买了药，又到厨房给我煲汤喝。一大碗鸡汤刚煲出来放在桌上，她趁我老公转身去拿碗，好巧不巧的走过去就带翻了整碗鸡汤，我气得从床上爬起来要跟她吵。晚上她怀着怨气帮我女儿剪指甲，我女儿嫩嫩的手指头被她剪出了血，她又说是不小心弄的……

我除了生气之外，基本拿她无计可施。以我公公的退休工资即便卖掉那个老房子，照现在的房价他们也买不起新房。如果想分家，也只有等我老公赚到足够钱才能给他爹买。我老公也常常向我抱怨，别人只要养一个家，他要养两个。我不知道我是踏入了一个什么样的婚姻，而这样的日子我也不知道何时是个头。

其次，你要提高角色转换能力。不同的情景下，要学会扮演不同的角色。角色转换不是虚伪，不是圆滑，不是故作，而是性格灵活性的体现，是人格成熟的重要标志。



“军”师说情

和年龄相仿的婆婆相处 要学会角色转换

小芳：你好！

我觉得，你婆婆身上存在着两个方面的矛盾。

一个方面是你婆婆和你公公之间的矛盾。你婆婆在婚前过分看重了物质条件，幻想通过婚姻来满足自己的物质需要，而不是通过自己的努力去追求适当的物质满足。这就隐藏着矛盾和危机。矛盾也主要有两个：一个是你婆婆相对较高的物质需要和你公公相对较低的能力之间的矛盾。还有一个是你婆婆也渴望浪漫爱情的愿望与你公公进入老年之后激情不再的矛盾。我觉得，你婆婆主要是这两种矛盾下的心理失衡。正因为心理失衡，她变得有些情绪化，有点嫉妒，对人不够宽容，对你过分要求乃至限制。

另一个方面的矛盾就是年龄相仿的婆婆和媳妇（你）之间在所难免的竞争。

虽然在辈分上，一个是长辈，一个是晚辈，但是，在很多时候，你们会忘掉这个辈分，而以两个年轻人的身份相互比较。不比不知道，一比吓一跳。都是年轻人，为什么你得到的是浪漫的爱情，而她只能有羡慕的份。况且她以牺牲浪漫为代价的婚姻，最后竟然在物质满足上也不如你。在爱情和面包两方面都不如你的她，对你抱有不服的竞争心理，也就十分自然了。这种婆媳竞争无形中又会加重公婆之间的夫妻矛盾。

公婆的夫妻矛盾，你无法去干预，也无权去干预。你婆婆要解决夫妻矛盾必须通过她内心的觉醒来实现。

你要做的则是化解你和婆婆之间的矛盾。你首先必须充分理解婆婆内心的渴望和失落，看到她看似不可理喻的行为背后的意义。其次，你要提高角色转换能力。不同的情景下，要学会扮演不同的角色。角色转换不是虚伪，不是圆滑，不是故作，而是性格灵活性的体现，是人格成熟的重要标志。提高角色转换能力可以使我们的人际关系更和谐，生活幸福。比如，和公婆在一起的时候，或者是在出席比较隆重的聚会时，一定记住：自己是媳妇，她是婆婆，一定要给足婆婆面子。但是，你和她单独相处的时候，或者是在一些比较轻松随意的场合，你可以把她当姐妹，以满足她对年轻和活力的认同。

如果你能够在这两种角色之间转换自如，婆媳矛盾发生的概率一定会极大降低。最后，你们要建立起彼此都认同的家庭规则。家庭规则对于一个家庭有效而和谐的运转来说，是极其重要的。没有规则的家庭是混乱的家庭。

大多数的家庭规则解决的主要是夫妻相处的问题，你们的家庭规则还要明确婆婆和媳妇各自的权利和义务。家庭生活中，大的权利和义务必须明确。大的权利和义务（比如，家庭财富如何分配，日常支出和家务如何分担）明确之后，生活中的一些小矛盾就可以忽略不计了。否则，家庭生活中的一些小矛盾很可能成为大矛盾的替罪羊。这里要强调的是，制定规则必须充分沟通，执行规则既要坚持原则，也要有一定的弹性。

情感专家：肖军

心理、婚恋咨询师，著有《婚恋中的情商训练法则》等

头条互动

截至10月21日，本文在今日女报头条号上已有近8万的阅读。和一个霸道的年轻婆婆如何相处？来看看今日女报头条号上的网友怎么说。

用户539490：这个小婆婆就是被你们惯的。她年纪和你差不多大，该自己挣钱养活自己。是你们愿意养着她。

小绵羊宝宝：你是主人，很多事情你应该自己做主。

知足长乐：叫你老公和他爸好好谈谈，既然你公公自己要找老伴，就得承担起该尽的责任。不用说别的，长时间这样和他们生活在一起，没有一点自己的私人空间，换做是我，我也受不了。



扫一扫，
参与评论