

带大孙辈后,老人如何与儿女和谐相处

记者 王丽洁

帮儿女带大了孙辈,许多长期居住在儿女家的老人面临一个新的挑战——如何在新的家庭环境中与孙辈及儿女保持融洽的关系。特别是在当今社会,年轻人愈发重视“独立”与代际间的“边界感”,这一潮流与老一辈的传统观念有着明显不同。此外,国内外文化差异的存在,也让那些远赴他乡帮助照看孙辈的老人不得不面对更多的人生新课题。

73岁的余慧和老伴,上个月终于再次踏上了前往加拿大埃德蒙顿的旅程,与女儿一家团聚。而上一次团聚,还是在五年前。在此期间,他们各自独立却又相互牵挂,每周2—3次的视频电话成了维系亲情、化解思念的纽带。12月30日,记者拨通了余慧的微信电话,她向记者分享了她们家三代人的相处故事。

1 “女儿的家不是自己的家”

有句话说:父母的家永远是儿女的家,但儿女的家却不是父母的家。这句话乍一听,似乎有些无奈和心酸。但我要说的是:父母要欣然接纳这一事实,且不要有任何的抱怨与不甘。因为时代在变迁,家庭结构也在悄然变化。儿女们有了自己的生活方式和空间,这是他们成长与独立的标志。作为父母,我们应该以开放的心态去理解、去尊重,同时也为自己创造一个充实而快乐的晚年生活。

女儿18岁去加拿大留学,25岁结婚。结婚前,她和我们的关系一直都很紧密。那时还没有微信视频电话,女儿就买一种打电话的畅通优惠卡,几乎是一两天就要打一次电话。学校老师,同学之间,公寓室友,学习困难……总之,女儿无论遇到什么都愿意和我们叨叨几句。谈恋爱后,有男朋友倾诉了,慢慢地就和父母倾诉得少了,但一周也要通一两次电话。结婚后有段时间,女儿和我们的联系就变得有些疏离了。刚开始我们还有些不习惯,但也完全理解。她有了自己的小家,又在蜜月期,自然是顾不上父母了。

婚后第三年有了孩子后,我就去加拿大帮带娃。那时老伴还没退休,家里老人还健在,所以我基本上是中国加拿大两头跑。后来老伴退休了,我俩就轮换着过去帮带娃。再后来双方老人都去世后,我和老伴就会在加拿大住半年,回国住半年。也就是在来来回回两头跑的过程中,我们逐渐意识到这句古话的真谛——父母的家永远

是孩子的家,但孩子的家不一定是父母的家。

最先有不舒服感觉的是老伴。他有慢性支气管炎,一到冬天就容易引发咳嗽,且痰多。平时我俩出去散步,遇到嗓子不舒服时,本能地会咳嗽,然后找一处无人的地方吐痰。遇到周围人多的时候,会用纸巾。可如果是在爬山的时候,就会吐到草地里。我们觉得这也无妨。但女儿见状会直接批评她爸,“老爸你怎么随地吐痰啊!”老伴一下脸上就挂不住了。“被嫌弃的感觉”瞬时来袭。我赶紧解围,“这又不是在闹市区,人老了有点小毛病那不很正常。”女儿不再多说什么,但小小的不快还是发生了。

我知道女儿这么直愣愣地“批评”她爸,确有不妥,就找了个机会和女儿谈心。后来,女儿不再直说,而是随身给她爸带好纸巾,意在提醒不要随地吐痰。老伴心里也接受了女儿的建议。父女俩和好如初。

但几十年的习惯真不是说改就能马上改的。有过这么几次,老伴私下对我说,他还是想回青岛养老。我对此表示同意。于是,随着两个外孙的长大,我俩去加拿大的次数就变少了。后来赶上疫情,也就安安心心在青岛养老了。

两代人的成长环境不同,生活习惯不同,有分歧是正常的。想要减少分歧,就要保持距离,各自独立,彼此尊重。任何想要改变对方的念头,都是不切实际的,也是徒劳的。习惯,都是几十年养成的,怎能说改就改得过来呢!

2 “不管、少管是和谐关系的密钥”

如果你留意现在的各种社会新闻,会觉得现在的年轻人和老年人有很大的代沟。那该怎么办?作为老年人,我认为,只要我们还有思考能力、学习能力,就应主动去“填平”。

我和女儿女婿之间最大的代沟来自带孩子。外孙在婴幼儿时期,矛盾还少,但到了六七岁上学后,矛盾就时常发生。加拿大冬天很冷,每次外出我都会给两个孩子包裹得严严实实。上学后,学校要求穿校服。为了保暖,我会在校服外再给孩子套一件厚外套。有时孩子不愿意穿外套,我就硬塞给他们。但女儿宁愿让孩子承担被冻感冒的后果,也不强制要求。她认为这是教育的一部分,让孩子学会自己承担后果。而我却觉得,比起健康来,那些以后再说也不迟。

还有一个我难以接受却又不得不接受的差异是:孩子在玩滑板车时,喜欢边滑边干别的。有一次,我见孩子一边滑滑板,一边脱毛衣。心想,万一脱毛衣时滑板没了方向,撞到什么岂不太危险了!事实证明我的担忧是对的。大外孙因此而磕破了下巴。我心疼得不行,女儿却云淡风轻地说,“妈,您说一百次也不如他吃一次亏管用。”我忍不住反问,“磕破下巴还只是小亏,万一吃个大亏呢?到时后悔都来不及。”女儿耸耸肩不再说什么。

还有,因为作息时间的不同,我和老伴每次到了饭点,都会给全家人做好了饭,等他们一起吃。可常常是女儿女婿各有各的事,凑不到一块。久而久之,我俩也就不再管他们。

当然,母女没有隔夜仇。和女儿之间那份血浓于水的亲情,让我们即使因为观念或习惯而产生了分歧,也能在不经意间化解所有的不快。

这些年和女儿女婿、两个外孙相处下来,我最大的感受就是:要想关系和谐,就要忍住不管、少管。否则,管得越多,分歧越多,矛盾也越多。

金窝银窝不如自己的狗窝。看着女儿一家四口住着大别墅,生活充实又惬意,在为他们感到高兴的同时,我和老伴却更珍惜在青岛两室两厅的单元房。我们在青岛,有自己的社交圈,有自己的爱好和熟悉的环境和便捷的医疗……只要我们还能自理,就自己给自己养老。等到实在动弹不了的那一天,再考虑是否和女儿团聚。

要说从未有过伤感,那也不是实话。可联想到自己当初和婆婆同住一个屋檐下,不也是有许多不舒服的地方吗?那时我和丈夫没能力出去单过,只能靠忍耐和宽容面对生活的难题。这样想来,每一代人都有各自要解决的问题和学习的课题。活到老学到老,不仅是一句口号,而是必须!

亚麻松针油 庆新年特惠仅需4块9

松针革命,造福健康

松树全身是宝,尤其松针,其营养成分高于松树的其他部位。松针提取物富含粗蛋白、粗脂肪、多种氨基酸和多种微量元素、多种维生素、抗菌素、生物黄酮类物质、酵素、精油、叶绿素、不饱和脂肪酸、酶与辅酶等活性物质。

李时珍《本草纲目》就有记载。孙思邈创立了“服松叶法”,对世界自然养生文化作出了巨大贡献。近年,很多老人也自制松针汤,呵护身体健康,保健养生。

亚麻油中的 $\omega-3$ 脂肪酸包括 α -亚麻酸、DHA、EPA。葡萄籽油含原花青素。红花籽油是以红花籽为原料提取。京善堂亚麻松针油,集松针油、亚麻籽油、葡萄籽油、红花籽油、紫苏籽油、翅果油,六种营养油于一

体,为身体提供了全面营养,庆新年,益生康年祝您心好、脑好、身体好!



植物萃取
卫视同款
正品保障
呵护身心

健康滋补, 浓缩萃取
加1元再免费送2盒

此次特价活动,限量体验,融合6种营养油的亚麻松针油软胶囊,现在每盒仅需4块9,每天前20名打进电话按套购买加1元再免费送2盒,厂家感恩回馈,回馈新老朋友,真是太划算了。特价活动7天,结束立刻恢复市场价66元。

订购热线 4008-559-566

来电领取2瓶 科明SOD胶囊

科明SOD胶囊具有调节血脂,抑制肿瘤,延缓衰老的保健功效



人体机体的衰老与体内氧自由基的产生与积累密切相关。科明SOD胶囊所含的超氧化物歧化酶(SOD)可清除人体内过多有害的氧自由基,是对健康有益的特效成分。

经功能试验证实,科明SOD胶囊可降低血中总胆固醇和甘油三酯水平,具有调节血脂的保健作用。可预防动脉粥样硬化,预防高血脂引起的心脑血管疾病。

科明SOD胶囊还可抑制肿瘤的生长,降低脂质过氧化物(LPO)的含量,具有抑制肿瘤和延缓衰老的保健作用。

好消息:关注您的健康,我们在行动!万人来电领取活动正在进行,每天前20名打进热线免费领取2瓶,请速拨打申领热线领取。

订购热线 400-6652-888

适宜人群:高血脂人群、中老年人、肿瘤患者;不适宜人群:儿童;郭食健广审(文)第251207-05513号 注意事项:本品不能代替药物的治疗作用,适宜人群外的人群不推荐食用本产品;批准文号:卫食健字[1997]第729号。

没有任何套路,不领白不领

重要提醒:老花镜进入防蓝光时代,您现在的老花镜早该淘汰了!

新款智能变焦老花镜 来电申领

新款蜂胶蓝莓防蓝光老花镜,自动调焦,100-600度都适用,镜片超耐磨,不易碎,全新的设计理念,戴上它,不但看得清,显得更时尚、更年轻!而且还可以抵御蓝光,新品一经上市,立即在全国掀起换镜风潮!以前太贵不舍得买,这次活动只需打进电话即可报名领取。



100-600度 自动变焦 只需一副

每天前100名打进电话申领一副!

为了答谢中老年朋友的支持,厂家特开展普及发放活动,本次活动前100名打进电话均可领取新款老花镜一副!请注意,符合以下条件者优先领取:1.55岁及以上的中老年朋友。2.每个家庭限量一副,杜绝重复领取。(送货上门,快递费也由厂家承担。)

防蓝光、紫外线,看远看近无比清晰
特别提醒:由于数量有限,请尽快拨打电话
来电申领电话:400-158-7800