



当我们谈及叛逆期,首先想到的就是青少年,他们为了探索世界和自我,追求独立和自由,往往会做出一些同长辈“对着干”的行为,通过对抗权威来表达自我诉求。然而,当叛逆的角色发生了对调,老年人和叛逆期也挂上钩,是否会觉得有些摸不着头脑?事实上,这种情况并不在少数,当时间的车轮驶向人生的另一端,沉着稳重、拥有丰厚人生阅历的父母们,也会迎来他们的“叛逆期”,在这个普遍被认为应该安享晚年、平淡随和的年纪,他们却表现出一种与传统截然相反的行为模式:拒绝子女的建议和安排,坚持自己的想法,别人怎么说也不听,十头牛都拉不回来。作为子女,应该如何应对?记者近日接触到几位正为此烦恼的子女,倾听他们的声音。

爸妈老了……怎么这么“叛逆”?

子女苦恼老人在家不听话甩脸子耍性子 专家分析心理生理因素影响性情



资料图片

专家建议

子女要多一些耐心与包容

“家里长辈上了年纪以后突然性情大变,其中的因素是很多的。”青岛市市立医院临床心理科主任王克见过许多类似的“中老年叛逆期”案例,既有心理原因,又有生理原因。

“心理问题是错综复杂的,有的老人可能会觉得自己上了年纪,身体各方面机能都在下降,再加上各种新事物层出不穷,比如电子设备的应用、家用电器的更新迭代,甚至出行的时候交通工具、支付方式等都在发生改变,这些因素都会让老年人产生一种不自信的情绪,他们会担心自己是不是无法跟上时代潮流,无法追随小辈们的脚步,担心自己被抛下,这种担忧和不自信就会逐渐演变为大家眼中的‘任性’。”王克分析,这种情况是比较常见的,是现在普遍存在的社会现象。

“对身体健康的担忧也是老年人变得焦虑易怒、疑神疑鬼的原因之一。因为上了岁数,身体机能下降,老人的身体不如年轻时有力量,劳动能力和自理能力都在逐渐减弱,也因为退休在家失去了在工作岗位的话语权,他们就会开始计较自己在家里的感受。”王克告诉记者,老年人感知到自己对身体和生活的掌控权在一点一点流失,他们的这种焦虑感就会转化为家人眼中的“任性”,在这种患得患失情绪的驱使下,老人常常会变得更加多愁善感,他人眼中并不起眼的小事,正是他们所在意的。“有时候和子女较真,并不是真的在‘对着干’,更多的是一种和年轻的自己‘较劲’。除此之外,像丧偶这种因素也会让老人处于沮丧的悲观情绪,也会导致性格的转变。”

除此之外,老年人性格突然发生改变也可能是因为生理原因,他们突然变得易怒多疑,和以前判若两人,也可能是因为真的生病了。王克见过许多病例,有的老人会怀疑别人偷自己东西、怀疑别人要害自己,比如担心亲戚、儿女来侵占自己的财产,担心家人雇来的保姆觊觎自己的财物,也有的老人总疑心自己的儿女不想管自己,觉得儿女想要抛弃自己。“当这种情况愈演愈烈,老人的性格已经有些古怪执拗了,这种情况下儿女就要关注一下老人是不是存在记忆力衰退的症状,如果存在健忘、很难记事儿的情况,就需要带老人来医院做一下检查,这种性格的转变可能是脑功能出现了问题,阿尔茨海默症的早期症状就有这种表现。除此之外,脑血管问题导致的供血不足也会影响老人的脑功能,加剧大脑的衰老,才导致老人出现一些和年轻时大相径庭的行为。”王克说,不过她建议子女不必过分紧张,老人生病还是在少数。

“老人更多的时候还是因为心理落差太大而‘叛逆’,做子女的要耐心引导为主。老人很多时候在意的一个态度,子女要用耐心、关爱、包容去对待老人。年老体衰是每一个人都要经历的人生阶段,他们也不是有意为之,生活的变化多少都会让老人产生心态上的波动。子女要随时关注老人的身体情况,一旦出现记忆力急剧衰退,就需要及时带老人去医院做相关检查。”王克说。

辛苦节俭一辈子的父母不愿妥协

“我家的老太太真的很固执,家里明明买了扫地机器人,她就是不用,非要自己拿着拖把手动拖,操劳大半辈子了,想让她歇歇她都不乐意。”42岁的张女士有些烦恼,自己的母亲向来是个勤劳明事理的人,在自己有了孩子以后,她还主动从老家过来帮忙带孩子,帮她分担家庭事务。“但母亲来到之后,总是和我闹别扭,很多事情她都有自己的想法,根本不接受别人的建议。”张女士说。

“我心疼她总要我操心,就购置了不少操作便捷、省时省力的家用电器。结果她知道后,还跟我闹起了脾气,觉得我乱花钱,硬是跟我赌气,不用这些新买的家电。”张女士告诉记者,不仅如此,母亲还总是要吃家里的剩饭。“有些饭菜已经热了两顿了,她还是执意要吃,根本不考虑万一吃坏了

肚子,治病不仅要花更多钱,还搞得自己不舒服,得不偿失。”张女士说。

“过年那段时间,我们全家想一起开开心心出去旅游,结果母亲旅途中一直在批评,嘀嘀咕咕地指责,要么觉得订的酒店太贵,要么觉得吃饭太贵太奢侈了。”张女士说,她本意是一家人出去放松一下,享受享受,又不是每天都如此大手大脚,结果遭到了母亲的埋怨,这让她感到有些憋屈。

“我老爸也是,给他买的新衣服,他从来不穿,有时候还要埋怨我总是花钱。我知道他是舍不得,但衣服买来了就放在那里‘吃灰’,不也是浪费吗?”张女士知道父母在老家过惯了节俭的日子,很多时候不愿意子女为自己花钱。虽然她能理解父母的行为,但又很无奈,想让他们接受自己的这份心意,真是不容易。

84岁奶奶像“老小孩”总爱“耍性子”

25岁的小江提起奶奶,就有些哭笑不得。“奶奶很像‘老小孩’,她今年84岁了,还总是为了一些小事动辄跟我们闹脾气。”据小江介绍,奶奶向来“我行我素”,在餐桌上看到一道菜不是自己爱吃的,她不承认自己挑嘴,而是指责家里人做的菜口感不好,吃起来太硬或者太干,不利于消化,吃几口就撂下筷子回房间。但是过了几天她又会嚷嚷着好久没吃到那道菜,今天非吃不可。

“她是个好面子的人,我们就尽量都依着她,她说什么我们就顺着,有时候看到左邻右舍家里置办了什么新玩意,她就吵着咱家也要,有时候也会比较任性。”小江有些无奈,奶奶的肠胃不太好,家里人带她去看医生,医生建议奶奶平时要注意饮食,少吃辛辣食物或者冷食,不要喝酒,防止肠胃

受到刺激,但奶奶听后不以为意,还是不屈不挠,没加热的食物照吃不误,吃坏了肚子又自己乱吃药,被阻止以后就自己生闷气,觉得家里人是成心不想让她好过。

“有时候家庭聚餐,她看到大家举杯喝酒,也执意要我们给她‘满上’,我们把医嘱搬出来,她还生气了,说什么也要喝,不给她倒上,她就再也不参加家宴了。”小江说,她和家人总是拿奶奶没办法,但有时候她也能理解奶奶,老人家可能因为上了年纪,身体经常不舒服,行动也不如年轻时灵活,心理上的落差或许就是导致奶奶“耍性子”的原因之一。“年轻时她就是比较要强的人,在家里对大家‘发号施令’也是因为她想证明自己,试图通过参加所有家庭事务的‘决策’来表达自己的态度。”小江分析道。