

影视剧中原生家庭的话题引关注

经历过它,但越过它,这才是原生家庭留给我们的功课

今年夏天,网剧《隐秘的角落》成为当之无愧的爆款。剧中总是考第一、外表看起来温顺沉默的“好学生”朱朝阳一路“黑化”,让人感叹:10多岁的孩子怎么可以“坏”成这样?网友直指,糟糕的原生家庭正是他“黑化”的罪魁祸首。同为热播剧的《三十而已》,女主顾佳14岁丧母,成长为独当一面的全能太太,有人认为她是“勇敢走出原生家庭影响的典型”,也有人认为,是原生家庭导致她一直在承担丈夫“妈妈”的角色,导致“培养”出了一个毫无责任感的丈夫。

近年来,影视剧中原生家庭的话题屡见不鲜。它的每次出现,总能戳中不少人的痛点,激发起负面情绪。从《欢乐颂》到《都挺好》,都引起了大众关于原生家庭的讨论。

难道我们中的大多数都生活在原生家庭的影响下?

专家指出,原生家庭并非贬义词,成年后遇到的问题不能全部归咎于此。

我们永远都是父母的孩子,长大成人后,如何走出原生家庭塑造的过去,面对现在与未来,是永恒的课题。经历过它,但未来可以选择不成为它,这才是原生家庭留给我们的功课。

过乖,也许只是缺乏安全感的本能防御

生长在离异家庭,父亲出轨后再婚,继母刻薄寡情,同父异母的妹妹骄横无礼;相依为命的母亲将他视为生命的唯一骄傲,无微不至的关心包裹着令人窒息的控制欲和操纵欲……在这样的家庭环境中长大,《隐秘的角落》中朱朝阳成为“坏孩子”似乎是一种必然。

为什么《隐秘的角落》中朱朝阳会“黑化”?上海大学心理咨询中心专家许静认为,母亲周春红长期压抑自己的情绪,缺少合理宣泄,这种性格极大地影响到儿子朱朝阳。朱朝阳一面温顺驯服地扮演第一名的“好学生”,一面压抑无比,少年老成。他的乖巧和懂事是一种伪装,“小大人”的形象更像是一种缺乏安全感的防御方式。

“这种‘小大人’看上去非常会照顾人,很会从他人的角度考虑问题,但是从心理学来说,实际上是一个‘虚假自我’。‘虚假自我’有三种功能,一是通过服从环境的要求来隐藏和保护那个脆弱、敏感的真实自我;二是在家庭中行使照顾者的功能,照料母亲;三是替代环境所没有提供的护理功能。像朱朝阳这类孩子,由于家庭种种原因导致养育失败而发展出‘虚假自我’,隐藏了自己的真实情感,特别缺乏安全感。”许静分析道。

“毒父母”或许只是不会正确表达爱

是否爱得足够多就好?在《隐秘的角落》中有一段著名的“喝牛奶”



网剧《隐秘的角落》剧照。

片段。母亲周春红给儿子递过一杯热牛奶。儿子表示“太烫了,过会儿再喝”,然而母亲却拿起来大口喝下,再次命令儿子立即喝下,直到儿子喝完才露出满意的微笑。在弹幕中,观众们纷纷评论:“可怕”“和我小时候的经历一模一样”……令无数观众感同身受的并不是一杯滚烫的牛奶,而是母亲对自己强烈的控制欲。

“毒父母”的概念由来已久,最初来自美国资深心理治疗师苏珊·福沃德的中文版著作《原生家庭:如何修补自己的性格缺陷》。她明确定义了两种典型的父母:在一些家庭里,父母为孩子种下的是爱、尊重和独立;而在另一些家庭里,则留下恐惧、责任和负罪感。后者就是对孩子过度控制、情感敲诈、情感勒索的“毒父母”。

青少年心理专家陈默分析,这是因为父母对孩子的爱出了问题。“这是一种母子缠绕现象。”在陈默经手的咨询案例中,不乏此类现象。曾有一名母亲哭诉,外界看来品行不错的儿子竟然对自己拳打脚踢。详细询问后发现,母亲一直越过父亲的角色,对儿子的成长教育大包大揽,过度的爱挤兑了孩子的成长空间。孩子到了青春期后,想以拉开空间距离来解决恋母问题,所以就把门关起来不让母亲进来,不跟母亲说话。殊不知,越是不让母亲进门,母亲就越是要进来,越是不跟她说话就越是要骂人。

“婴儿时期母子之间有很强的依恋关系,这种依恋关系随着孩子的成长,理应渐渐拉开,到了青春期孩子就该转向依恋同伴,从同伴那里汲取成长的力量,但对这位母亲来说,她并没有意识到孩子成长的这个心理需要。她发现孩子在变化,总是担心他‘变坏’,所以不停地关心、叮嘱、说教。”陈默解读道,“这对母子就像藤绕树,树要生长,藤越绕越紧,挣不断,树死,挣断了,藤死。”

许静同样认为,相比离异,缺位的父亲加过度焦虑的母亲,这种家庭结构在教育中更容易出现问题。将孩子与自己高度捆绑,把生活重心完

全交给孩子和家庭,这类母亲活得很累。在她看来,每个人都有被认可的需求,如果在其他地方难以满足,便只能在孩子身上放大,靠孩子证明自己。

原生家庭无法决定人生

从《欢乐颂》中发出“一个人的原生家庭,就是一个人的宿命”感慨的樊胜美,到《都挺好》里曾与原生家庭决裂的苏明玉,再到用好成绩去争取父爱的“坏孩子”朱朝阳……许多从原生家庭中受伤的人都能找到自己的影子。在微博上,关于“原生家庭能不能决定一生”的话题迄今已拥有4.7亿阅读量,讨论量更是高达8.4万。

我们从原生家庭中受到的影响会不会决定一生?

心理学家武志红认为,原生家庭对一个人有两重意义:既是塑造性格、人格的重要因素,又是进入真实世界的演练场。一方面,它的影响伴随人的一生,而另一方面,人终究要离开它进入真实世界。

专家认为,原生家庭对人的重大影响主要发生在幼年时期。随着人的成熟和长大,进入学校和社会后,来自家庭的影响会不断减弱,老师和朋友会对成长产生新的影响。“从人生长河来看,虽然原生家庭塑造了我们的过去,但是却不能束缚我们的现在和未来。好的亲密关系具有疗愈作用,通过创建新的人生经验和新的依恋关系,可以降低原生家庭的影响。”许静说。

“尊重和接纳自己永远是第一位的。”在许静的身边,很多经历原生家庭创伤的人接纳自己身上的问题,通过学习心理学、读书、参加家长工作坊、寻求专业的心理咨询等褪去来自上一代的某种延续和重复。

当我们从原生家庭中受到伤害后,余生应当倾尽全力避免成为上一代的“复制品”。经历过它,但未来可以选择不成为它,这才是原生家庭交给我们的功课。 吴金娇

第十届北影节 8月下旬举办

中新社北京8月13日电 记者13日从第十届北京国际电影节新闻发布会获悉,第十届北京国际电影节(下称北影节)将于8月22日至8月29日举办,以“梦圆·奋进”为主题,突出“云上北影节”特色,境外嘉宾将以“云连线”方式参加各项活动。

本届北影节采取线上线下联动形式,将组织启动式、北京展映、北京策划·主题论坛、北京市场、北京大学生电影节、“电影+”、再相聚等系列活动。

其中,北京展映今年将在内容和形式上实现新的突破,分为线上展映、电视展映、影院展映、露天放映4个部分,放映300多部中外优秀影片。电视展映部分,将在三个电视频道循环播放20部中外优秀影片,这既是10部国外影片首次在国内电视台播放,也是国内电影节首次开拓电视端展映渠道。

《亲爱的小课桌》 举行看片会 家长热议 陪写作业心情

日前,爱奇艺自制综艺《亲爱的小课桌》在北京举办看片会。现场观众们不仅对明星代课团遭遇的各种挑战深有同感,节目里关于教育模式的探讨,也引发不少人的共鸣。

《亲爱的小课桌》主打“萌娃课业教育陪伴式综艺”,从陪写作业这一角度出发,围绕节目形式、话题等多个方面进行创新,深入探讨当代儿童教育的现状与解决之道。

节目采用“真人秀+观察室”的形式,在28天内记录观察孩子日常放学后或周末的“托管”生活,寻求当下亲子教育焦虑的释放出口。

谈到制作这档节目的初衷,制片人石慧表示,一方面是为了让大家长能寻找到共鸣点,另一方面希望节目在呈现快乐教育以外,能结合当今国内带娃的普遍现状为观众带来更丰富与更有深度的思考空间。 中新网