2023年2月17日 星期五

# 不甘被"背叛",他要报复前妻

#### □法治报记者 徐荔

"最近半年多来,我经常会 感到心慌、烦躁。哪怕是有人放 杯子的声音有点响, 我都会觉得 心跳得厉害。平时跟其他人相处 也有问题,常常会为一些小事情 跟别人争执。我看了一些心理学 方面的书, 觉得自己可能有问题。 你看我是不是心理有问题?"

蒋洋 (化名) 是上海市青浦 监狱的一名服刑人员, 一见到心 理咨询师, 蒋洋就迫不及待地说 起了自己的情况。而在看似简单 的情绪困扰背后,是他复杂的成 长经历和现实的情感问题。

在青浦监狱的心理咨询师看 来,了解服刑人员的过往,找到 问题症结, 抚平他们的情绪波动, 不仅是为疗愈心灵打开一扇窗, 也是为他们的"重生"提供一点

#### 缺爱的童年

青浦监狱的心理咨询师王枫记得初 见蒋洋时,他年近半百,神情焦虑,眼 里满是对心理咨询的期待。一到咨询室 略作适应后,就急急地描述了自己遇到 的问题,还不等咨询师接话,蒋洋又自 顾自地说起了自己的经历。

在蒋洋的讲述中,他的童年非常 "缺爱"。7岁时,蒋洋的父母离婚, 亲带着妹妹走了, 蒋洋跟着父亲生活。 自那以后, 蒋洋就几乎没见过母亲, 直 到他工作后,自己去找母亲,才发现母 亲已经再婚。 落洋的心情很复杂,最后 只带着妹妹出去走了走,还给她买了新 衣服。

蒋洋和母亲的见面次数也不 多,甚至他结婚时,母亲也没有参加他 的婚礼。

在母爱缺席的童年, 蒋洋获得的父 爱也不多,用他自己的话说"虽然我跟 着父亲, 但印象中, 我都是自己一个人 住的"。起初,蒋洋跟着父亲生活,后来 蒋洋的父亲也组成了新的家庭, 便和蒋 洋分开住了。

"我和邻居关系处得都挺好,有一 次我突然肠炎发作,是邻居把我送到医 院里的。"在蒋洋的印象里,父亲对他的 照顾可能还不如邻居。

那次生病, 蒋洋在医院住了大约一 个星期,父亲去看过他,也给过他一些 钱, 但陪伴的时间都不长。童年的种种 都让蒋洋觉得,尽管自己跟着父亲生活, 可是和父亲感情就和没联系的母亲一样, 非常淡薄。

蒋洋长大后,和父亲的关系不仅淡 漠,还有些故意的"过不去"

在蒋洋的讲述中, 高中毕业后, 他 本有机会可以考大学, 但当时父亲觉得 机场的工作不错,就建议他去考相关学

就这样, 蒋洋念了一所专科学校, 毕业后, 蒋洋被分配到机场工作。可是, 蒋洋却不喜欢这份工作,表现得吊儿郎 当,还故意犯错,以至于后来单位领导 看到他就头疼。

"其实我是想用这种方式表达对父 亲的不满, 反抗他, 这个工作是他让我 去的,我离开了,就是胜利了。"蒋洋 说,因为他表现实在太差,最后果然离



### 报复的念头

反抗父亲"胜利"的蒋洋自此不再受父 亲的"管束",他决定做生意养活自己。靠 着朋友关系, 蒋洋做小商品批发生意赚了些 钱。不久,蒋洋还结了婚。而他性格上的问 题在婚后不久也显现出来。

蒋洋和妻子会由于生活上的事发生争 吵, 吵着吵着他就赌气不回家, "就像小时 候我和父亲赌气吵架,我就住在同学家-

长期无法解决的矛盾和糟糕的沟通方式 让蒋洋和妻子越走越远, 最终裂痕无法修 复,两人走到了离婚的结局。

婚姻结束,生活还是要继续。蒋洋后来 做过不同的生意,也有了第二次婚姻。

第二任妻子小露 (化名) 和蒋洋的感情 不错,两人还有了一个孩子。本以为生活会 风平浪静地过下去,然而,蒋洋的生意却出 现问题,资金周转不灵,信用卡透支几十万

实在堵不上这个"大窟窿"的蒋洋因信 用卡诈骗罪获刑5年。

蒋洋告诉咨询师, 在他的生意出现资金 问题时, 他就怕债务会连累妻子孩子, 就办 理了离婚, "但我们还是住一起的。我吃官 司后,老婆还经常带着孩子来看我。"

童年缺爱的蒋洋其实很希望拥有-整幸福的家庭,可是服刑的现实也让他意识 到小露可能会离他而去, "我曾试探性地对

她说,外面如果有好的男人,你就跟人家过吧, 不要再让我拖累你了。当时她说,没关系,会 等我的。"因为小露的这句答复,蒋洋笃定了一

可是, 去年蒋洋突然接到小露的来信, 说 自己认识了新的对象,准备和对方结婚了。这 对蒋洋来说简直是晴天霹雳。

"自从接到信后,我每天想的就是出去以 后怎样报复她。可是,想想儿子只有8岁,如 果报复她,对儿子会造成不利的影响。但我又 心有不甘,不知道该怎么办……"原来,蒋洋 的痛苦、纠结都源自于此。

很显然,这些话在蒋洋的心底已经压抑很 久了,心理咨询给了蒋洋倾诉的机会。

## 愤怒的背后

"在蒋洋愤怒的背后,是深深的挫折和 被遗弃感。"咨询师分析,从蒋洋自述的童 年经历来看,他觉得自己是被父母"抛弃" 的,后来第一次婚姻失败,也是被对方"放 弃",如今他觉得唯一信任、可以依靠的小 露又要撇下他,这对蒋洋来说无法接受。为 了对抗这种挫折和被遗弃感, 他想出的办法 就是让自己显得强大——报复小露。但现实 又不允许他这么做, 所以他愤怒、矛盾、无

对于如何报复小露,在咨询中蒋洋没有 做出明确表示。为避免引起蒋洋的抵触心 理, 咨询师也没有立刻反驳、批评他的这种

想法, 而是耐心倾听, 询问蒋洋跟儿子相处 的情况

提到儿子, 蒋洋的语气柔软不少, 他说 自己和孩子的关系非常好,会见时儿子会 来,两人也经常通电话。

"如果你报复了前妻, 儿子是否会重蹈 你的覆辙?"听到咨询师的这个问题, 蒋洋 愣住了, 他想了一会, 如梦初醒。

当初蒋洋7岁时,父母离婚,此后一直 生活艰辛。现在儿子也是差不多的年纪,也 要面临父母分开的局面。儿子以后是否会重 演自己的经历?对于爱子心切的蒋洋来说, 这是一个重大的问题。而且父母分开的现实

已是无法避免,难道还要让孩子因为父亲的 "报复"成为"孤儿",承受更多痛苦?这是蒋 洋无法容忍的。

咨询师的引导让蒋洋"醒"了,为了孩子, 他必须和前妻维持和睦的关系, 他自己也应该 重新振作,重新承担起为人父的责任。

在后续的咨询中,咨询师引导蒋洋慢慢意 识到,作为成年人,他有很多理性的选择空间。 他可以通过给小露写信来表达自己的委屈和不 满,而不是只能通过极端的方式来表达自己的 需求,也不需要通过愤怒的方式来显示自己的 强大,因为真正强大的人能够更好地运用自己 的理性, 而不是被情绪所奴役。

### 最终的和解

逐渐平息蒋洋的"报复"念头后,对于 他提出的"自己可能有心理问题"的疑问, 咨询师分析,一个人的性格形成是受多方面 影响的,蒋洋一直以来的经历让他容易产生 极端的想法,做事不管不顾,缺乏考虑。尤 其是在前妻提出要分开的情况下, 他更是受 到了极大的打击,心情烦躁。情绪波动影响 了他的日常生活,对人际关系、行为模式都 起着不良作用。

"人际关系问题是表象,与前妻的关系 是内在, 而他一贯的行为模式则是导致问题 的根源。"察觉到自身存在问题不是坏事, 咨询师也希望能够通过心理咨询帮助蒋洋弄 清楚他是怎么会走到这一步的。

通过后续咨询, 咨询师发现蒋洋需要改 变的地方很多,比如,蒋洋说当与他人发生 矛盾争执时, 要是选择冷静处理或者避开会 显得很没有面子,而自己是一个很看重面子

"什么是真正的面子呢?" 对于咨询师

提出的这个问题, 蒋洋却说不清楚了

"我们接触过不少服刑人员,一开始都 是为了面子,后来却连里子都没有了。还有 那些为了面子一时冲动的, 最后更是后悔不 已。"咨询师希望蒋洋能够在维护"面子" 和妥善外事中找到平衡点。

除此之外, 咨询师发现在蒋洋的过往经 历中,有一种很明显的行为模式:蒋洋觉得 对方对自己有意见,会越想越生气,和对方 交流时就不由自主地带着愤怒的情绪。对方 自然也不满蒋洋的态度,大多也会用愤怒的 情绪回应。而在蒋洋看来,对方的反应就证 实了他最初的想法。

"在心理学上,这被称为自我实现预 言。"咨询师介绍,比如在成长的过程中, 蒋洋觉得父亲不关心他, 但是他从未与父亲 有过深入的沟通或倾诉, 而是将这股怨气藏 在心里。在发生矛盾时就以争吵发泄情绪, 之后也没有解释,甚至赌气不回家。蒋洋的 这些举动会让父亲会觉得莫名其妙, 同时也

会对他的行为感到生气, 父子关系更加疏离。 而在蒋洋心里,这就验证了父亲不关心他的想 法。后来蒋洋更是为了发泄不满,故意不好好 工作,弄丢工作"报复"父亲,让父亲为他的 安排感到内疚。这种模式,在他的两段婚姻中 都得到了重演和复制,极大地影响了他的每一

个决定 在后续半年的多次咨询中,咨询师不断引 导蒋洋发现自己在性格、思维方式中存在的问 题,改变看待问题的角度,寻找理智解决问题 的方法,并接受前妻要离开的现实。蒋洋终于 逐渐从焦虑的情绪中解脱,人际关系有所改善,也终于想明白了"报复"的念头有多不可取, \_ 选择与小露"和解"。

"与小露和解,其实就是跟自己和解。我 的问题太多了,如果不是性格上有问题,也不 会走到今天这步。以后, 我会经常反思自己的 行为。"最后一次咨询时,蒋洋这样告诉咨询 师,他脸上的焦虑情绪不见,取而代之的是平 和。