

# 生活互不相让 年轻人、老年人代沟咋“填平”

专家:代沟是正常现象,应正视而不是逃避

年轻人与老年人出生的时代不同,存在代沟;他们受教育的程度不同,也存在代沟……如今,越来越多的年轻人与老年人发现,一旦柴米油盐“搅合”到一起过日子,两代人的矛盾也随之而来,与此同时,代沟也逐渐显现。不论时代如何发展,代沟永远是两代人无法回避的话题,近日,市场星报、安徽财经网(www.ahcaijing.com)、掌中安徽记者对此进行了采访,对于横亘在年轻人和老年人之间的代沟,专家表示,代沟是正常现象,应正视而不是逃避。

■ 朱丽云 记者 马冰璐

## 代沟之生活习惯差异

提起代沟,52岁的李阿姨一肚子“苦水”,“我们家的代沟在于生活习惯不一样。”她说,对于儿子、儿媳的一些生活习惯,她和老伴看不惯,“我和老伴的一些生活习惯,他们也不认同,为此还发生过几次争吵。”

李阿姨说,之前自己和老伴一直在老家生活,儿子儿媳在合肥工作、生活,“以前只有节假日我们才会见面,一起生活几天,那时候并没有发现生活习惯上有什么不一样。”可自从3年前,老两口来到合肥带孙子后才发现,两代人之间的生活习惯存在着很大差异,甚至引发了“家庭大战”。

一开始,两代人彼此客客气气,也算相安无事,可随着时间流逝,平静的生活掀起了涟漪,“儿媳买了净水机,让我们直接接水喝,不要用热水瓶,但我总认为自来水烧开了喝最健康,为此一直争执不下。”李阿姨说,为了这件事,自己和儿媳还吵了几句。

“还有一些事,我也看不惯。”李阿姨说,比如她让小两口不要买婴儿床,但他们执意要买,说要从小培养孩子独立,结果买回来却闲置不用。有时家里剩些荤菜她会放进冰箱,第二天热热再吃,可儿媳经常偷偷将剩菜倒掉,还说他们的饮食习惯太差。老伴在老家时抽烟都是随时随地,可在儿子家去阳台上抽烟还不行,必须要去楼道里。

李阿姨和老伴有时候实在忍不住就想说几句,但一张嘴就被儿子、儿媳反驳说,这是在干涉他们的生活。李阿姨不明白,自己和老伴好歹也算知识分子,为什么就是和孩子们说不通呢,“总感觉我们不懂他们的想法,他们也不懂我们的心思,明明是一家人,为啥非得闹得‘剑拔弩张’,互不相让呢?”

## 代沟之思想观念分歧

对于年轻人和老年人之间的代沟,家住合肥市沁心湖社区的王女士可谓深有感受,4年前,孩子出生后,她和丈夫搬到了公婆家居住,“不仅方便公婆帮忙照顾孩子,我和老公忙碌一天后也能吃上热饭热菜,可谓一举两得。”

王女士的公公婆婆都是退休教师,平日里也非常喜欢接触新鲜事物,“所以他们都是非常开明、容易相处的老年人。”可因为一件琐事,她发现两代人在思想观念上还是存在着一些代沟。

“有一次,我让老公给孩子冲奶粉,因为温度太高差点烫到孩子。”王女士因为心疼孩子便埋怨了老公几句,岂料平日里轻声细语的婆婆却当场发飙,数落起她来,“婆婆说,男人应该把全部心思放在事业上,不该被家庭琐事分神,女人就应该处理好家里的琐事,肩负起照顾孩子的重担,当好‘贤内助’……”

婆婆的观点不仅让王女士愤怒不已,还难以苟同,“我认为,不管是男人还是女人,都应该分担家务和照顾孩子的重担,而且作为父亲,必须得参与到孩子的成长过程中去,这不仅对孩子的成长和性格养成有益,还能增强家里的亲情氛围。”

“婆婆什么都好,就是太溺爱我老公了。”王女士说,如此一来丈夫便成了永远也长不大的“巨婴”,“所以,去年孩子上幼儿园后,我们就搬回了自己家。”



## 专家:代沟是正常现象,应正视而不是逃避

“年轻人与老年人出生的时代不同,必然会有不同的人生观、世界观、价值观。在中国一对年轻人结婚之后便是两个家庭的融合,年轻人要面对双方父母与自己的生活习惯、脾气性格等方面的差异,肯定会有摩擦甚至矛盾,如此一来,代沟很容易就出现。”国家二级心理咨询师周金妹表示,有代沟是正常的,只要理性看待,两代人完全可以相安无事,如果不能正视问题,便可能会激化矛盾,平添烦恼。

周金妹认为,社会飞速向前发展,一代人的生活理念、思想模式是他们所处的大环境所造成的。比如,因为成长的时代不同,老年人一般讲究经济、实惠,而年轻人没有吃过长辈的苦,就理解不了老年人那种过分节俭的生活习惯。

“如果因为代沟而出现矛盾,我认为双方都要让步折中。”至于如何解决代沟的问题,周金妹建议,如果有条件的话可以分开生活,两代人保持一些距离最好,彼此都可以有自己喜欢的生活方式,矛盾也会随之减少,感情反倒不受影响。如果必须要住到一起的话,当两代

人出现代沟的时候,首先年轻人不妨先站在孝和顺的角度,多些耐心,让老人感受到尊重和关爱,这样便容易建立一种平等、民主、和谐的交流关系;其次老人也不应该墨守陈规,固执己见,毕竟年轻人文化程度普遍较高,接受新事物快、思想理念新,老年人不妨也摒弃一些旧思想、旧习俗,在思想上顺应新的时代潮流,切记不要以长辈的身份,硬压着小辈听自己的话,处处“倚老卖老”。

周金妹说,如今,人们越来越注重精神生活,这其中也包括老人与年轻人之间的沟通与理解。老人在与年轻人的精神交流中,能得到比物质享受更宝贵的心理慰藉。年轻人也会在交流中增长才智,丰富自己的生活经验。日常生活中,年轻人不妨和老人一起看电视、散步,一道去看展览、阅读书报。老人有丰富的人生阅历,年轻人有新理念,彼此可以在交流中获得启发、共同获益。“其实两代人都抱着一个共同的目的,就是希望家庭生活更美好,如果都能正视看待代沟的问题,用理性去解决而不是逃避,那家庭关系便会越来越和谐。”

## 相关链接:

### A.什么是代沟?

广义上指年轻一代与老一代在思想方法、价值观念、生活态度、兴趣爱好方面存在的心理距离或心理隔阂。由20世纪60年代末美国人类学家M·米德在所著《代沟》中提出。狭义上指父母子女之间的心理差距或心理隔阂。

### B.“填平”代沟的具体方法:

**接纳:**经过认真分析和思考,弄清对方的意见和态度后,接纳对方正确、合理的部分,放弃自己的偏见。

**融合:**青年人可以从老年人那里学到经

验,而老年人可以从青年人那里学到新观念,两者可以取长补短,融合成更完美的方案。

**折中:**对于两代人不同的思想和意见,可以来一个折中方案,双方在各作一些让步的基础上,兼顾双方的利益。

**并存:**如果自己的行为不损害对方的利益,双方意见不同也没涉及原则性问题,可以各持己见,互不干涉。

**搁置:**对于原则性问题,双方看法不一,也不要针尖对麦芒,争得面红耳赤,伤了和气。可以暂时将问题搁置,静观发展,等日后有机会再解决。