



不想一味做“乖乖女”了,怎么办

□暗涌

前些日子马思纯恋上张哲轩的热搜又引发了一大波对“乖乖女”的讨论:不自信、无趣、依赖,还有什么没人追、太被动、“吸渣”体质……于是,乖乖女仿佛成了一个很多女生急于甩掉的词,甚至,有人不惜想成为一个坏女孩。她们都陷入了这样的思维陷阱中:网上都说乖乖女是“不好”的→我就是个乖乖女,这样“不好”→为了甩掉这个头衔,成为“好”的女生,我要变坏。

假如乖乖女意味着无趣、依赖、不自信、“吸渣”,那成为坏女孩难道就意味着拥有有趣的灵魂、独立、自信、能吸引霸道总裁爱上我?这完全是非黑即白的思维方式,不,这简直就是神逻辑。

乖乖女固然存在一些成长中的问题和困扰,但这不代表变成一个我行我素、放飞自我的叛逆者就能摆脱那些成长的烦恼。我们针对乖乖女的一切讨论,都不应该让其成为一个带有羞耻性色彩的名词。

乖乖女的性格根源

如果你觉得无趣、不自信、“吸渣”是乖乖女的特质,那你就错了,这些最多算得上是乖乖女的某些问题表现,你看,很多极度叛逆的人也无趣、不自信、“吸渣”。所以,这些都不是乖乖女的性格根源。

1949年心理学家卡特尔受到元素周期表的启发,用因素分析的方法对人格特质进行了分析,提出了16种相互独立的根源特质,从而编制了卡特尔16种人格因素调查表,简称16PF(我们现在熟知的“大五人格”就是在卡特尔的理论基础上发现的)。在这16种人格特质中,与乖乖女相关的特质包括服从和依赖。也就是说,这两个特点才是乖乖女的性格根源。

很多人都听过心理学家米尔格拉姆的服从实验:如果一个人在你之上的权威人士命令你对另一个人施加350伏电压的电击,原因仅仅是因为这个人在回答多项选择问题时答错了,你会听从命令吗?

你以为没有人会这样?然而这项实验结果却表明,有65%的人听从了指令,施加了最高电压的电击。当然,在这个实验中,被电击的人是假扮的。这个实验说明,人有强烈的服从权威命令的倾向。而父母、老师当然是我们生命中最重要的服从对象。可能越是生活在一个被期待服从、被要求服从的环境里,越会习惯性服从,如果因此而丧失了自主性,人就养成了乖乖女的性格。

成为乖乖女,一定不好吗

按照我们上面的分析思路,你可能会认为,服从一定是不好的,非人道的。照这个意思,我们是不是不应该听父母的话、老师的话了?如果你这么想,那么送一首周董的《听妈妈的话》给你。

弗洛姆在他的著作《论不服从》中提到:如果一个人只知服从而不知不服从,这是一个奴隶;如果一个人只知不服从而不知服从,这是一个暴民,他的不服从行为只是出于愤懑、失望、怨怒,而不是出自信念或原则。

这段话告诉我们两件事。

一个是,如果乖乖女没有发展起来自主性,好好学习是为了让妈妈高兴、找个安稳的工作是为了让妈妈放心,好好学习、稳定的工作是好的,但本质是这是一种屈从行为。出于让其他人满意而去服从、顺从,时间久了,自然失去了主动去成长、去发现、去创新的动力。渐渐的,我虽然好好学习了,却不知学习的乐趣在哪里;我虽然找了份稳定的工作,却只觉得无聊……最后,我懵了,我是谁?我在哪里?我在做什么?

这段话告诉我们的第二件事是,做一个我行我素、放飞自我的叛逆者并不能解决问题,那只不过是从一个极端跑到另一个极端的错误做法。

什么样的服从才是积极的服从

每个人心中都有一种声音,与外部的奖励或惩罚没有关系,或者说这是一种本能的认识,知道何为人道、何为非人道,知道什么能让自己的人生更加丰富、什么能使自己的人生日渐枯萎。这种声音就是我们要找寻的去服从的声音。弗洛姆把这种声音称为“人本主义良心”。

如果出于惧怕父母的惩罚而去学习、惧怕父母不再支持你而去选择安稳的工作,这就相当于放弃了自主权,让别人替我去实施意志或判断,这是一种对权力的屈从。

如果你因为发现了学习的乐趣、价值而去学习,因为你想要或喜欢稳定自在的生活而去找一个安稳的工作,这是发自你内心的信念和原则,那这就是积极的服从。

因此,严格意义上讲,乖乖女应当分为两类:

一类是积极服从下的乖乖女,她们也是爸爸妈妈眼中的乖孩子,但她们有自己的主见,她们知道自己为什么要听父母的话。相应的,她们的发展也更好,并不存在我们常说的那些乖乖女的问题。

另一类是消极服从下的乖乖女,自主性比较差,容易遇到更多成长的烦恼,也是我们平时常说的这种类型。

乖乖女该如何自我成长

乖乖女只不过是需要重新长大而已。

一般乖乖女都是早期成长还比较顺利,但一到步入社会的时候问题就暴露了。当父母没法给你做决定的时候,你就会发现,“连我自己都搞不清楚自己想干吗”。人的成长是一辈子的事,逐渐脱离父母的庇护独立于社会,也是循序渐进的过程。没关系,多给自己一点成长的时间。

乖乖女的逆袭大概要经历三个阶段。

第一阶段 幸福的假象

由于从小就习惯性顺从,总能得到长辈的青睐,所以,这个阶段的乖乖女感觉很幸福,并以此为傲。

第二阶段 如梦初醒

当选择摆在乖乖女面前,尤其是在这道题对父母超纲的时候,巨大的内心冲突就产生了。乖乖女不知道自己该怎么选,最恐怖的是,连自己都不知道自己到底想要什么。没有别人的意见可以听,自己又没主意,这一刻,乖乖女发现:过去的人生都好像没有为自己活过,而主要的问题不来自曾经还为此骄傲的“乖”吗?

这一阶段,很多人会有一段时间陷入跟父母的对立中,就好像回到了青春期一样。不要怕,这是正常的阶段,是自我意识重新爆发的表现。虽然看起来情况好像变糟了,其实是好的征兆。

这也意味着,要跟父母做好沟通工作。因为父母会一段时间接受不了。他们会很惊讶:“我那个听话的闺女去哪儿了”“我闺女现在是翅膀硬了还是怎么了,都开始不把我们放在眼里了”……

如果父母还算比较开明,可以跟他们沟通关于独立和成长的话题;如果父母相对比较保守,或者不是很好沟通,可以向他们表达类似的意思:这段时间你的内心正在面临一些困难,可能会克制不住发火,希望他们见谅。

第三阶段 付诸行动

这个阶段的乖乖女开始想办法让自己成长起来,距离她们真正长大已经一步之遥。给大家推荐几个方法,有助于我们付诸行动,滋养我们的内在自我。

■从小事做起,破壳而生

不要忽视生活中的小事。从现在开始,每一件小事,做选择前,都问问自己:我想不想做这个事?做这个我开不开心?如果做的话,是因为“我应该做”还是因为“我想要做”?

可以妥协,但不要顺从。顺从是不顾自己需求地答应别人,而妥协是知道自己的需求但愿先满足他人的需求。妥协的背后是力量感,而顺从却是一种无力感的体现。

■主动探索,而不是被动接触

有多少乖乖女是因为男朋友的缘故而去玩《王者荣耀》?是真的自己喜欢吗?很可能不是。玩这个游戏的初衷就是为了陪男朋友去玩。这个理由倒也不是不可以,关键是:这可能是唯一的理由。

你可以是因为男朋友的缘故接触这个游戏,但不妨尝试主动研究一下这个游戏,看看是否自己真的会喜欢上它。

主动探索,而不是被动接触。是进一步成长的好办法。在探索的过程中,能找到前所未有的乐趣。把这种状态持续下去,总有一天会彻底摆脱乖乖女的桎梏,从无趣的状态变成一个拥有有趣灵魂的人。

■主动去爱,而不是被动接受爱

爱情是成长的良药,当然也要好好利用。一直以来,乖乖女容易爱上渣男的例子不断涌现,一个重要的原因就是 我们总是在等待被喜欢时还没有主见。一旦遇到渣男,很容易沦陷。

因此,在爱情方面,乖乖女们可以换一个思路:不是谁喜欢我,我就喜欢谁;而是,我喜欢什么样的,我喜欢谁就去靠近谁。这样的转变,增加了主动辨别和选择的过程,一方面,可以大大降低遇人不淑的概率;另一方面,也在不断促进自我的成长。

呼唤

男欢女爱

□舒曼

—

“老婆,吃饭!”丁平轻唤。“吃,吃,你就知道吃!”苏岫发飙。对于苏岫的喜怒无常,丁平早已习惯。骨子里头,性格温驯、老实木讷的丁平也知道,苏岫嫁他是屈就。没办法。丁平相貌平平、工作一般,唯一拿得出手的,就是一直死心塌地爱她。

“丫头啊,我们是过来之人,丁平这孩子,善良!有他在你身边,我们放心!”或许,是父亲语重心长的话语,促使苏岫最终下嫁丁平。再说,苏岫也三十五岁的人了。她挑别人,别人也挑她呀?

婚后呢,疼爱苏岫的丁平,自然万般好。可苏岫,总有缺憾。在苏岫看来,一个男人仅仅好是不够的,还得有本事。可丁平偏偏是那种没多少进取心的人。在他看来,有稳定工作,有闲适生活,再守着美人如玉的苏岫,祖坟已冒青烟。满足。

苏岫一直就想将自家那套百余平方米位于老小区的老房子给置换掉。可,缺钱。

“老婆,我觉得你先不要急。这房子年代是久了点,可面积也不算小。再说,爸妈这一块,不是正急用钱吗?”每当苏岫因购买新房不成而烦恼,丁平总会小心翼翼相劝。苏岫呢,却嫌他没 用嫌他烦。

二

苏岫也承认,丁平说的是实话。她的父亲脑出血瘫痪在床后,医药费、护理费……丁平出钱不说,还像儿子一样有空就去照料。母亲呢,患糖尿病还有并发症,还是丁平像亲儿子一般照看。可住在四楼的苏岫天天爬楼梯,真心累;换房的心,如火烧。

苏岫没告诉丁平的是,单位老总贺峰明里暗里喜欢她,多次暗示只要和他好,核心区大平层,他替她买!

说实在的,苏岫绝不是个行为不检点的女人,相反,在单位里,和异性相处还很高冷。看不顺眼的,话都懒得说。“冷美人”,是单位一些同事暗中送给苏岫的绰号。贺峰偏偏为苏岫深深痴迷。

三十七岁的贺峰是个不折不扣的“钻石王老五”,父母是高官,家境优渥、财产丰富;同样因为婚恋过于挑剔,至今单身。

“贺总,对不起,家里事多跑不开。谢谢您,等空了我再陪您吃饭!”面对贺峰私下多次邀约,苏岫一概谢绝。苏岫又不傻。她知道贺峰确实喜欢她、在追她,看他那炽热的眼光!可是,苏岫知道,她不能的。

贺峰不甘心。在他看来,这个世上太多的事,靠钱可以摆平。更何况,贺峰暗中调查到苏岫的丈夫丁平实在平庸之至,跟他根本就不是一个层级!

三

“我是有夫之妇。贺总,请你别在我身上浪费时间和精力!”作为一个已婚女人,面对丁平都不曾给予过她的、那疯狂而猛烈的爱情攻势,苏岫内心越来越动摇;但是,她依旧苦苦挣扎。

“真爱是什么?你懂吗?就是义无反顾!像你这样的女人,应该有更优质高端的生活!没理由屈就!”贺峰不放弃,继续对苏岫洗脑。

丁平是个细心丈夫。很快,他觉察到苏岫借口有些牵强的、一次次不正常的晚归。他的心好疼。但有些事,他不想戳破。因为爱苏岫,所以,他什么都迁就……当然,痛苦过后,他一直在想:为了苏岫真正想要的幸福,他,是不是该主动离开?放手,也是爱呀!

身体虽没出轨,但苏岫发现,贺峰带给她的一切,让她入迷。不得不承认,随心所欲地花钱,物质享受带来的那种快感,真的是会让人像吸毒一样上瘾呀!再后来,苏岫晚归都懒得再找借口。上了床,也是和丁平背对背。丁平的心,终于死了。他没再说什么,写好一份离婚协议书并签字,将老房子留给苏岫;而后,悄然离开……

这,正是苏岫想要的结果呀?可为什么苏岫心乱如麻呢?过往丁平对她种种死心塌地、无微不至的爱,又历历在目。

四

“岫岫,你快回家!你老公送你妈到医院就医,被车撞了!”正当苏岫准备签字离婚时,一个突如其来的电话,将她击懵。苏岫赶到医院时,看到头上缠满绷带的丁平躺在病床上,昏迷。

一问,苏岫的母亲在家急症发作,获悉后丁平立即送老人到医院就诊,不料,途中,遭遇一起连环事故,幸好坐在后座的苏岫母亲未有大碍……

苏岫肝肠寸断,丁平如此有情有义,依旧将她母亲视如亲母,而她,却做了些什么?

苏岫辞职了。她把贺峰所赠一切,悉数退还。苏岫终于明白,这人世间,有些东西,譬如善良、譬如真爱、譬如担当,绝对不是令人目眩的物质享受可以替代的。

“老公,我错了!我真的离不开你!求你,快醒来!”辞职后在家守护丁平的苏岫,一遍遍,发出生命中最深切、最真挚的呼唤……