

心结

能不能别理我?

【文/薛政】



小琳最近在和朋友吐槽办公室里那群“拎不清”的人。她自己本身就有一点儿“社恐”，顾名思义也就是“社交恐惧”，不喜欢跟人走得太近乎。可是呢，她的同事很喜欢把家长里短拿出来。除此之外，过来人的人生经验是免不了要拿出来分享的。

小琳本来以为打打太极，或是直接笑而不语，对方自讨没趣，也就算了。但之后才发现根本没那么简单。“哎呀小琳你怎么没听我说？”仿佛回到了小学，上课不认真听讲的同学必然会被老师点名批评。

这件事情让她相当焦虑，以至于都产生了要跳槽的念头。她并不想成为任何人的知心大姐，但却莫名其妙地成为了公司中人缘最好的人。当然，也许跟她从来只是背后跟闺蜜吐槽，却不当面发作有很大的干系吧。

在一个由患有“社交网络焦虑症”的人组成的网站，小琳发现自己并不孤单。在这里，每天都有人吐槽自己硬着头皮应付的社交。有那么多人把社交当成了一项任务、甚至折磨，而不是我们生活中自然而然的一部分。

心理分析：

费孝通曾经在那本著名的《乡土中国》里面把典型中国人的人际关系定位为“差序格局”，也就是说，人与人之间并没有特别分明的界限，都是通过不断延伸下去的亲属关系给拧在一起。

关系的建立同时也意味着责任的建立，尤其是亲属关系，我们都知道，古代中国一个村子的亲属都是要互相扶持的。但这同时也意味着给关系中人加上了很多义务。在现代社会，人们越来越依靠自己去解决问题，对过于亲密的关系网的依赖度也越来越低。但如果依然有人想把这些人拉近传统的关系形态中，那么这些人自然会感受到很大的压力，而被迫去倾听其他人的私事，恐怕只是最简单的一种压力形式。

所以产生焦虑也不足为奇。一方面，你没办法撕破脸，目前还是有很多人缺乏距离意识；但另一方面，你现代人的人际网络远比古代人丛杂，于是当过多的人跟你建立太私密的关系，那也就意味着你面临着过多的责任，这当然会给人带来焦虑感。

没有什么太好的办法，如果没有勇气撕破脸，那要么换一个外部的环境，要么改变自己，改变自己有两种方式，一种是把自己变成同样的人，另一种就只能保持内心的平和了。

父母许多时候的确是用他们以为正确的方式爱我们，而我们并无恩于父母。孩子是一张白纸，他的性格根源于父母，所以孩子和父母其实是同类人。当我们感到无法承受父母那样的爱，有时并非他们爱的方式不对，而是他们的爱唤起了我们的焦虑和无助。比如父母提醒我们，恋爱、婚姻、生育。我们在此时的为难，乃至反感应该责怪父母吗？当然不。他们只是不小心成为了报丧的乌鸦，成了我们发泄焦虑的途径。错不在于他们的爱，而在于我们内心的困惑。既然如此，对于那些有恩于我们的人，何苦因为自己内心的无助和困惑去拒绝他们。让他们满意，或者也是发现自己的一条途径。

★

我肯定选择“让自己舒服”。因为前提设定是父母与子女之间，不是同事、朋友之间。父母做出一些我们不需要的爱的举动，我们在尴尬之余必须想一想他们的动机何在。一般而言，肯定是出于爱护之心。既然出于爱的行为最终却没落实到子女心里，反而造成不必要的困扰，那么我们就应该直言相告，当然，相告的方式可以动动脑子用用心思，但确实需要准确传达给父母：爱意心领，是不是可以换个方式？这样父母和子女之间还可以聊聊代沟产生的理解的不同。

▲

和父母相爱相杀

情辩

这像是一则寓言故事：一只小猫每天给一家人送一条死鱼，很长时间这家人都非常厌恶，直到有一天这家的女儿才想起，她曾经在小猫奄奄一息时，给过它一点点米饭。父母的行为有时也像这只小猫。出于爱，他们常常送来他们认为子女需要的东西。吃的、用的甚至是励志的心灵鸡汤。可是，很多时候，这些行为却不能让子女欣然接受。让自己舒服还是让父母满意，有时就变成了两难。

程立勋
心融德瑞姆
心理咨询师走走
专栏作家★正方观点：
让父母满意▲反方观点：
让自己舒服

为什么与父母的关系会不同于同事、朋友的关系？如果父母和我们之间非常特殊，那么他们对我们提出一些超越同事、朋友等人际关系的要求，用他们自己的方式爱我们，我们实在没有太多拒绝的理由。而如果将父母也作为一个普通的人来对待，他们对我们的爱或者其他行为，我们更应当努力使得他们满意。因为他们是对我们有影响力的人、对我们有重要价值的人、让我们无法离开的人。生活中这样的人比如我们的老板、未婚伴侣等，对于他们的要求我们有时委屈自己也会满足，那么面对父母为何不行？归根结底，我们认为父母特殊，却又用普通朋友的要求来要求他们，这倒显得我们自己有些定位不清。

★

父母的关系当然不同于同事、朋友，很多白天在职场上叱咤的高管，回到家里却对付不了自己的父母公婆，原因就在于相爱的人才相杀，反而有更多难言之隐。所以为了从源头解决隐患，就应该在不舒服的最初一刻直接陈述出理由。对，是理由，而不是泛滥开去的感受。虽然有着浓于水的血缘关系，但爱的方式不对头时，难道不可以直抒胸臆吗？让父母满意不是委曲求全，想到此前新闻里，留美女儿因为给不出父亲要的高额钱款，竟和自己的丈夫一起，被父亲砍倒在血泊里，不能不扼腕：假如一开始她就告诉父亲，自己无法满足他漫天要钱的心愿，是不是能避免这一场人伦悲剧呢？越是亲近的人，越需要说清自己的内心想法。所谓“亲兄弟明算账”，古人金训，字字在理。

▲

上海泛华2016年春季艺术品拍卖会公告

预展:2016年6月17日-18日和2016年6月29-7月3日

拍卖:2016年6月19日和2016年7月1日-3日

地址:上海市黄浦区河南南路159号豫园万丽酒店

现当代作品专场、达利专场
预展时间和地点:
2016年6月17日-18日
上午10:00下午18:00 酒店二楼
拍卖时间和地点:2016年6月19日
下午14:00开始 酒店三楼宴会厅

茶道具精品专场
预展时间和地点:
2016年6月29日-30日
上午10:00 下午19:00酒店二楼
拍卖时间和地点:2016年7月1日
下午14:00开始 二楼拍卖厅

钱币专场
预展时间和地点:
2016年6月30日-7月3日
上午9:30 下午18:00 酒店二楼
拍卖时间和地点:
2016年7月2日-3日 上午9:30开始
下午13:00开始 酒店二楼 拍卖厅

现当代专场保证金10万,茶道具专场保证金5万,钱币保证金2万。
咨询电话:021-63556788