



遇上“直男癌” 是我挑剔还是他们差劲

口哨 卓(化名) 记录:小雅

从外在条件看,我各方面都说得过去:长相不错,年薪丰厚,1.67米的个子。这样的条件找男朋友应该不算难,可拖到32岁了,依旧单身一人。说句惹男士们不高兴的话,在相亲或简短的相处中,我所遇到的一些男人,他们无论外形还是谈吐都着实让人不敢恭维。

记得有一次相亲,由于路上堵车,我晚去了十几分钟。到咖啡厅后,我不停地跟介绍人和相亲男道歉。哪承想,相亲男以开玩笑的口吻调侃:“没关系,不用找借口,女人总是惯用迟到的手段以示自己的重要。”哪有初次见面说话这般中听的。也许看出我脸上的不快,相亲男紧跟着解释:“不好意思,我是个直性子,有什么就说什么。”结束见面后,相亲男要送我回家,被我婉言拒绝,心想:仅凭你说话的口吻,我就没耐心与你多呆一分钟。可惜,奇葩的相亲男在我出咖啡厅时,又来了一句,“你开车慢点,你们女人大都是‘马路杀手’,千万别和人家撞了。”这话怎么听都像带着诅咒,让我更加对他没有丝毫留恋。

另外一个男的叫陈飞(化名),恋爱不到一年时间,我俩便以分手告终。陈飞喜欢对女人评头论足,什么事到他嘴里都没个好。我有个女友是富二代,她的继父相当有钱。女友的生父在她四岁时因病去世,她是由继父一手养大的,继父对女友的疼爱犹如亲生。这一切,在我看来太正常了,到了陈飞那里就变得面目全非了。

女友的继父去国外出差,给女友买了一个限量版的包包,陈飞对此嗤之以鼻,冷哼一声,“女人就是好骗,她继父买个假的你们找谁核过去?”陈飞继续发挥他无穷的想象力,“一个继父为什么要对她那么好?”意味深长的反问,被他琢磨得与众不同。陈飞多次在我面前以鄙视的口吻评论女友的继父,“不过是个暴发户,除了花钱买奢侈品,他也没什么能拿出手的高品位。”我就看不上陈飞这种酸葡萄心理,有一次我讥讽他,“你给我暴发一个看看,也让我沾沾有钱人的财气。”陈飞的自尊心顿时受挫,脸红脖子粗地跟我叫器,“现在的女孩都这么拜金,就知道钱钱钱!”

在陈飞的观念里,女人若要赶起了男人,其中必有猫腻。和陈飞同进销售部的艾琳(化名),

因业绩突出,成了部门的副主管。陈飞本应该虚心学习,但他不,说艾琳运用“潜规则”,暗地里送了厚礼。由于我和艾琳的关系不错,素日里我俩经常结伴逛街。自从陈飞成了艾琳的下属后,他竟然下了通牒不允许我和艾琳来往,“她是个有心机的女人”、“不正经”,这都是陈飞给艾琳贴的标签。想不到,陈飞不仅嫉妒心重,而且心眼小得和针鼻儿一样。我提出分手后,陈飞照旧搬出他那套自恋兮兮的理论,“我只是暂时的窘困,迟早会混出一片天地的。”我真是受够了。

除此之外,我最厌烦有些男人的自我优越感,喜欢贬损别人,却看不见自己的邋遢猥琐。瑞杰(化名)是我的同事,他对我一直有好感,坦白说,最初我对他印象还不错,是个有才华的人,只可惜,他的“直男癌”症状让我一点点对他的感觉到了无比反感的地步。尖酸刻薄是瑞杰的一大特征。有一次,我穿了一件藏青色的休闲连体裤,这是最新的韩版款式。本来那天心情特别愉悦,可是在茶水间被瑞杰一通大呼小叫的点评,我的悲催感骤然上升,“晴卓,你的年龄已不适合装嫩卖萌了,况且你的身材还没有骨感到能驾驭这样的衣服。”当着那么多同事的面,这家伙的嘴巴丝毫不知道收敛。

如果说,瑞杰品位超群也就算了,可笑的是,他偏偏是一个俗不可耐的“劣质男”:在聚会的餐桌上他会毫不掩饰地打起响亮的嗝;他的牙缝里经常隐藏着韭菜叶或食物的残渣;和别人说话时,一只留着长指甲的小手指,习惯性地伸进耳朵里来回转动,然后还要观看一番指甲里的“战利品”,最后再轻轻弹出去。瑞杰不拘小节的动作,能恶心到让人吐,真不知他的自我优越感来自何处,典型的乌鸦永远看着别人一身黑。除了工作中的交流,我平时不和瑞杰多说一句话,或许得罪他了吧。瑞杰结婚时没有邀请我,并且大放厥词,“晴卓的眼睛都高到天上去了,她能看上谁呢?难怪嫁不出去。”这是一个男人该有的品质吗?

朋友们说我太挑剔,难伺候,把爱情想得过于理想化了,哪个男人没有缺点。可遇到的这些“直男癌”,真令我头疼,他们连最起码的礼仪修养都没有,我不敢想象和这类男人过一辈子该是怎样的一种痛苦。

专家援助

“直男癌”就是人格与心理不健康的问题男

宋家玉(婚姻心理学专家、中国婚姻咨询救助网首席专家、“青未了·心理咨询工作室”专家顾问团成员)

晴卓遇上的这三个男人,特点都一样,偏执自我、刁钻刻薄、猥琐龌龊,这可不是缺乏礼仪修养这么简单,是比较严重的人格缺陷,是心理不健康的表现。晴卓说是不是自己太挑剔,难伺候,把爱情想得过于理想化了?我认为晴卓的担心是多余的,她遇到的是渣男、问题男,嫁给这类男人,婚姻的灾难是一定的!

婚姻幸福的基础是人格与心理的健康。当然,人非圣贤,谁能无过。不仅是男人,女人就一点问题没有吗?当然不是!是人就会有问题,但问题与问题的性质肯定是不一样的,像晴卓遇到的这几个“直男癌”,他们的问题是偏执性人格或边缘型人格缺陷问题,是心理健康程度低下、情商偏低的问题,别说嫁给这类男人,就连与其接触抑或共事都是一件非常痛苦的事,他们满身的负能量,能把原本一个很好的环境抑或家庭带入到一种非常糟糕的氛围中去,令周围人难堪甚至痛苦,而“直男癌”自己却浑然不知,若无其事,这是“直男癌”病态人格与变态心理造成的,想让他们理解或看清这一点非常困难。

“直男癌”是最近兴起的网络新名词,其实就是指那些患了癌症一样的男人。我认为更加准确的表达应该是人格与心理不健康的问题男。这些男人因种种原因导致了人格与心理的扭曲,进入社会以后表现出了不合理的言行举止,令大家难以接受。比如偏执性人格,特点是认知偏执,观点偏颇,从不接受任何与之不同观点的言论或行为,唯我独尊,自以为是。边缘型人格的人不是把别人理想化,就是极度地贬低或诋毁别人,自我保护意识强烈,情绪不稳定,易爆易怒,

常出现抑郁、焦虑、空虚甚至分裂症状等等。晴卓遇到的这几个男人多少有些类似症状,属于人格与心理不健康的范畴,应该放弃。

说实话,“直女癌”比“直男癌”要少得多,有人说大龄剩女多半是些优秀的女孩子,女孩越是优秀越容易剩下,这观点我十分赞同。一般情况下优秀男孩子早就定了终身,而优秀的女孩子因为条件好,要求高,一直没找到自己满意钟情的白马王子,所以被耽搁下来,越大越难寻觅心仪的另一半;而剩下的男孩子多半不是因为自己的条件有多好,要求有多高,而是因为自身的某些问题或不足,老是高不成低不就,慢慢地也就被剩下了。

对于晴卓这样的女孩子,我想对她们说:条件确实需要放宽了,只要不是原则性的人格与心理问题,即便男孩身上有些小毛病,还是能忍则忍吧,可以做些婚前的矫正努力,在婚姻生活中还可以逐步地适应、成长、提高和改善。但原则性的问题千万不能松动,那不是一般的矫正努力能解决的,也不适合在婚姻生活中适应和调整,在尚未建立感情之前最好是远离。

对于晴卓遇到的这些“直男癌”,我建议应该尽量去做心理咨询,力所能及地改变自己。很多问题“直男癌”是意识不到的,当然,他们身上的问题本不是他们的错,但认识不到自身的问题就不是别人的错了,“直男癌”应该学会反省,学会在生活中矫正自己,否则将面临更多的坎坷抑或灾难,对自己的成长很不利。

“直男癌”一词来源于网络,此类男人永远活在自己的世界观、价值观、审美观里,时时流露出对他人的苛责、打压以及种种的不顺眼,并略带有大男子主义的特征。“直男癌”的主要症状是审美为负,衣着品位恶劣而不自知,还自以为审美主流、品位高雅。

26岁的张峰供职于一家个体公司,收入一般。他与女朋友在大学三年级时开始相恋,至今已6年。但最近两人经常闹矛盾,他对是否要分手很纠结,为此前来寻求心理咨询师的帮助。

“相恋了6年,现在有了矛盾,又难以做个了断,女朋友究竟是一个什么样的女孩呢?”我了解他对女朋友的总体评价。

“老师,您见了她一定非常喜欢。她长相很甜美、漂亮,很善良,对我和家人都很好,工作能力也不错,收入也不比我差。”我听到了对方很多正性的评价。

“听起来是一个很不错的姑娘,好像你现在也很喜欢她,那为什么要闹分手呢?”

“主要是她身高才162cm,我喜欢更高一些的女孩,这是我心中过不去的一道坎。所以,我当时报考研究生的时候,全是北京的著名高校,我就是想离开她,结果没有考上。如果我报考的是山东的一所普通院校,一定能考上。另外,我工作方面发展的也一般,主要原因是我担心自己如果发展好了,会经不起诱惑而背叛她,这是我良心上绝对不允许的。还有,见到身材高挑的女孩就想多看几眼,我觉得自己很好色,有时候感觉自己有点像流氓,内心里很难接受自己的这种行为,可总是一边自责一边又忍不住去看。我觉得都是她的身高惹的祸,所以,一想到这点我就特

别想和她分手,再找一个高个的女孩,使我有有一个比较好的发展。”他把多年的困惑,诸多的不满一股脑儿地说了出来。

看着身高173cm左右,长相斯文、身材比较瘦弱的张峰,很难理解他会过分在意女朋友的身高,而且还把自己所有的“不理想状态”都归罪于“女朋友的身高”。

“你们建立恋爱关系时谁是主动者?”

“是我先追求的她!”

“当时你觉得她的身高是问题吗?”

“那时候并没注意到。”

“从何时起身高成了问题,而且影响还这么严重?”

“大约一年以后。”

“大概已过了热恋期,那时你们的关系怎么样?”

“有时候会闹矛盾。”

“会发生争吵吗?”

“我这人从小不会大呼小叫地与人争吵,所以每次争吵我只能以忍为上,实在不行了我就逃,反正很郁闷。”

“也就是说,当你与女朋友起冲突时,你常常争不过她,这个时候你在内心里就会用‘身高’来攻击她?”

“好像是这样。”深思好长一段时间,他若有所思地回应道。

谈到原生家庭,张峰自述爸爸脾气比较暴躁,对他很严厉,而妈妈脾气比较好,遇到夫妻之间的冲突常常用忍让、逃避的方式来处理。他从小就很乖,是一个“好孩子”,直到现在也很畏惧父亲,父子之间很少沟通。随着交流的深入,他慢慢觉察到,自己特别讨厌和女朋友之间闹别扭,因为他缺少处理矛盾的能力,只能用地无论怎么努力都改善不了的“身高缺陷”来攻击她,实际上“指责她的身高”与“不喜欢她”是分开的。

为此,我给张峰提出如下建议:一、每当出现这类指责时,都要把自己从潜意识里唤醒,想一想自己最近遇到了什么不顺心的事?要就事论事;二、不要给自己的不努力寻找借口,作为男人必须做到有担当;三、“爱美之心”人皆有之,多看几眼高个美女是人之常情,与道德修养无关。

咨询师手记

过分挑剔女友『身高』的男人

杨素华心理学教授,系统家庭治疗师,“青未了·心理工作室”专家顾问团成员

