

新闻背景

今年中秋节前夕,众多媒体都报道过这样的消息,许多人遭遇了送出月饼礼盒被退回的尴尬。于是大家纷纷表达出这样的观点:中国反腐肃会对所有人来说都是好事,人情不应该只有“过节送礼”这一种表达方法,中国社会风气正在改变,大家会渐渐找到最适合表达人情的方法。

人情往来 比礼金更重的是心理负担

——“人情怪圈”如何打破

文/安妮 (“青未了·心理咨询工作室”特约作者)

人情往来,看似谁也不能免俗

秋高气爽,眼见又一个结婚季欢喜地到来了。准新娘小薇早已计划好,十一黄金周要去香港购买嫁妆,准新郎罗格却对接下来的婚事操办一筹莫展。他说:“太费脑细胞了,我爸妈还有小薇爸妈拉着我,反反复复地商量婚礼的事,酒席啊礼金啊请柬啊,算来算去都是人情账,尤其是请谁不请谁,面子工程太浩大了!”

一石激起千层浪,请客不敢懈怠,送礼的人就更加要小心权衡了。不但是结婚随喜礼,朋友生小孩要给红包,领导孩子上大学要给红包,老人祝寿要给红包,逢年过节压岁钱,等等,五花八门的红包,数都数不过来。据说,农村或者小城市,这一类送礼的风气尤其盛行,每年一到升学季结婚季,送礼的礼金都是一笔沉重的开销。

“光是送钱还好说。”在济南某机关上班的海燕摇头感叹说,“关键是有时候,你不知道到底送多少钱合适,这就很头疼。”海燕说,前几天,她就遇到一件囧事。他们处长眼睛动了个小手术,她考虑来考虑去,现在正在八项规定的风口浪尖上,领导生病,给多了,怕给领导添麻烦;给少

了,又觉得意思没尽到,刚好她这一年该评职称了,也想请处长多关照一下。结果,和老公商量来商量去,送礼都成心理负担了!

从现实角度看,的确,人情往来,谁也不能免俗,但送来送去,钱和面子唱了主角,这“人情”就越变越味了。上海交通大学社会学博士周建国就毫不客气地指出,请客与送礼过程中,夹杂着攀比心理、补偿心理、从众心理等,如此复杂而又纠结的心态下,请客的档次越来越高,礼金越来越厚。不少人即便经济拮据,勒紧裤腰带也要送礼。然而,热热闹闹地“消费”后,结果却是人情越来越薄,社会风气越来越坏。

这样,一个让人不堪重负的“人情怪圈”也就形成了。复旦大学心理

学教授张学新也表示,中国是人情社会,孩子上学要托人,老人生病住院要托人,找份工作也要托人。求人的事多了,心理上的“债”就更重了。而人情债、人情账并不是一次性的,需要持续地投入成本和精力,大操大办婚丧嫁娶,以各种名目请客送礼,都是一环套一环的人情债带来的必然后果,而这一切,只会让更多的人深陷人情泥潭,身累,心更累。

人情社会,最怕无处不在的关系网

送礼之风盛行,势必导致求人盛行,这让人与人之间的关系变得更复杂了。前段时间,媒体对“某大老虎关系网大揭秘”、“娱乐圈关系网大揭秘”一类话题的讨论,已经是振聋发聩了。相比之下,普通人之间人情往来,请客送礼,真不算什么大事,但对那些身不由己,远远超出人们心理负担的变味人情,这同样到了让许多人“吃不消”的地步。

杨老退休前是某单位领导,他在谈到人情往来时,深有感触。他说,前不久,老伴胆囊炎做手术,引发很严重的并发症,儿女们都在国外,他情急之下赶紧给一位当医生的老友打电话,让他帮忙找一个信得过的专家,谁都知道进了医院,熟人好说话。这不,老友的媳妇这段时间频繁串门,就想托杨老远在澳大利亚的儿子帮忙,让老友家孩子做某保健品国内代理。杨老

说:“谁开口求人都不容易,不帮忙的话,肯定是不近人情,不会做人;想帮忙吧,又带着儿子为难,真是进退两难啊!”

不止是杨老这些老辈人,不得不周旋在求人和被求人的关系网中,哪怕是以前以彰显个性为标签的新生代,也无一例外被关系网绑架。晓松不过是某高校招生办普通办事员,他在接受笔者的采访时,也大吐苦水。他说:“前段时间,我真恨不得原地消失。一拨接一拨的亲戚朋友,朋友的朋友,把手机都打爆了,无非就是问我,孩子分数不够,能帮忙调剂吗?能帮忙上个好专业吗?我哪有那么大的能量啊?”

在我们的观念里,很显然,中国整个就是一个“人情超级大国”,而人情背后,往往写着“利益”二字。日前,腾讯网新闻调查中心一项近5000人的调查显示,75%的受访者认为毕业生找工作

关键还是靠关系和熟人;其次才是能力,仅占16%。不少人到了一个新地方,第一件事不是学习或请教,而是打听有没有老乡。甚至连小孩都知道,想当班干部要托关系。没有“关系”的指点,仿佛人人都寸步难行。

对此,中国科学院心理研究所副所长张建新分析说,大多数情况下,人们抱着把事情办好的简单愿望去求人,本也无可厚非。然而,今天别人帮了你,明天对方有事求到你头上,你若不答应就显得不近人情。如此关系托关系,人情欠人情,时间一长,关系怪圈就形成了。

郑州大学教授张明锁说,这种社会风气,对一些没有资源与权力的人来说,是非常不公平的。“这是对正常公共秩序的一种干扰,反过来会让一些人的事儿难办,再去求人。从而形成恶性循环,也容易滋生腐败。”

人情回归,自觉抵制投机心理

从法国留学回来的欧雅,在上个月刚刚入职,就收到同事婚礼请柬,虽然周围同事都准备了红包,但欧雅还是别出心裁地送了新娘一小瓶香水,新娘收到后,一再欢喜地说:“香水很好,我很喜欢!”在采访欧雅时,她说:“我对我们国家的未来还是很有信心的,西方的文明也不是一朝一夕形成的,总有一天,我们会发现,很多东西比金钱更重要。”这一点,专家的解析更透彻。“人情应该属于社会交换,不属于商品交换,它是人与人之间的情感交流,不一定是等价交换。”四川省社科院社会学所研究员胡光伟说,“但现代中国处于急剧转型期,不少人把本属于社会交换的人情交往当成了商品交换。比如,婚丧嫁娶,朋友之间的交往一律量化成了红包礼金,收礼者一一记账,日后要找礼会

偿还。人情交往变了味,失去了它的本来意义。”

胡光伟认为,人与人之间加深感情,增进了解而送礼,这未尝不可,但人与人之间的交往一味地物质化、利益化,就使得社会交换容易发生质变,而这是我们应该反对的。“我们应该正确区分商品交换和社会交换,还原人情交换的本质。中国社会需要人情,但要摆脱人情交往一律物质化、利益化的倾向,让人情回归本原。”

但很显然,打破“人情怪圈”这个社会痼疾,光靠我们的良好愿望还远远不够。中国科学院心理研究所副所长张建新建议是,政府要建立高效的监督机制,实现“人情社会”到“法治社会”的转变。只有这么做,大家在办事时才会自觉抵制投机心理,摒弃“不走寻常路”的“求

人”思想,努力尝试自己解决。

需要提醒的是,如果迫不得已求助于人了,要及时以适当的方式,在合适的时机把人情债还回去,以免日后陷入被动,被人情债拴住。被人求着办事时,若觉得超出自己的能力范围,千万别碍于面子答应,而要真诚地拒绝。

著名社会学家费孝通先生有一个比喻,他说,人情社会,人与人之间的关系,就像石头丢入水中,在水面形成一圈一圈的波纹,被波纹所推及的就产生关系。“礼尚往来”从来都是我国的传统美德,我们有理由珍惜这人与人之间各种美好的关系,表达礼仪,维系情感,但不一味图面子、讲排场,不铺张浪费,不增加心理负担,让人情来往更轻松,更自然,更温暖人心,的确是我们向往的。



“聪明男人”
系列(5)

世上本无女汉子

蒋硕

(婚姻心理咨询师、“青未了·心理咨询工作室”专家顾问团成员、新浪微博@Serena的时光教室)

忘了在哪篇文章里看到的:一个女人宣称自己是WOMAN-MAN-SON(女-汉-子),而一旁的男人说“可你到头来既没有MAN也没有SON,就是个WOMAN而已”。

真是悲伤的对话。女汉子这种毫无美感的称号,被越来越多的女人顶起,不管出于无奈还是真的豪情万丈,总是对真汉子的一种挑衅——女人都成汉子了,你们是娘炮吧?

O君觉得女友就是这个意思。不过是家小私企的所谓高管,工资比自己略高那么一点儿,就天天忙得披星戴月,别让她做饭,一起吃饭还求得档期,边吃边接电话,训完员工跟自己说话也是那个口气……Q君也是,老婆娇小玲珑穿150码衣服,却自己贴手机膜刷电脑程序修热水器组装宜家家具……以及R君,不明白未婚妻怎么就成了朋友圈公认“最仗义”的人,有事都找她商量……

OQR诸君情绪复杂,不屑、同情、乐享其成,更多的是遗憾——女人还是温柔点好。

可别让女人听见,不然必定吐槽大爆发,说女汉子都是男人逼出来的。说起来也是,男人的“刚”和女人的“柔”,是一种对等的心理资源置换,与社会默认的两性分工模式对应。当女性逐渐开始承担“跨界”的角色,不再需要向男性置换那么多的“刚”(或置换不到),自己当然也就不再供给那么多的“柔”。所以女汉子这个称号其实挺忧伤的,自给自足,辛劳寂寞。但一味责怪“男人无能女汉子横生”也不公平,因为说到分工角色和心理资源的变化,说不定是整个社会心理进程过快,才导致了这样的结果。

“心理进程过快”什么意思?OQR诸君问。是这样:从整个生命周期来看,男女两性的心理呈现出“同一异不同”的过程。即在童年与少年时期,男女两性的思维、行为方式没有根本差异,女孩比男孩更彪悍的现象屡见不鲜;从青春开始,逐渐两性分化,男人更刚强、果断,而女人更温柔、细致;而进入中年后期(以更年期为标记),两性的心理特征相互整合,再次趋同,男性开始变得耐心甚至啰嗦,“像个娘们”,女性则体现出更为宽容、豁达、乐于承担等男性特征。现在大家都还没老,心理特征就已偏似对方,是不是“心理进程过快”,或者干脆叫“早衰”了呢?

哈哈,这是个猜测,不是权威理论。就当给男女聊天加料好了。社会已然如此,女汉子存在即合理,我们只能尽量欣赏其中的好处,同时试着努力消除OQR诸君不好的感受。请相信女人也在努力,有的是各路达人恋爱专家教她们如何装娇羞,卸下女汉子重担重新赢得男人呵护,但这事儿能否成功,关键还掌握在男人手里。想要回你温柔的女友、老婆、未婚妻吗?试试这三条:

一、正负强化法,善待女汉子
时常提醒你的女友或老婆:“满身盔甲的某总那是在职场上,到家就别硬撑了。”帮她扭转公众形象:“别看她这样,其实又娇气又胆小,就一小女人。”这是一种意识上的“负强化”,可以有效消灭那些过于“汉子”的语言行为特征。与此同时,记得发掘、放大她温柔的一面,哪怕只是偶然闪现的瞬间:“你真美,就刚才低头那会儿。”或“你真好,从来没有人这么对我这么细心过。”这是正强化。通过正负强化的持久交互作用,一个接近你理想的形象会被固化下来。而被这样对待的女人,可比一般女汉子幸福多了。

二、把握关键时刻,展现“真汉子”风采
女汉子与男娘炮,虽然未必那么极端,但也确实是此消彼长的关系。我们不能强求每个男人都事业成功体魄强健性格硬朗,但你至少对人对事要有自己明确的态度、意见,能与女人在彼此尊重的基础上探讨,而不是回避或“随便”。尤其重要的是,要学会把握“关键时刻”,在需要作重大决策时、一致对外时、争取共同利益时、女人遇到困难或伤害因之痛苦困扰时……男人一定要挡在女人前面,让她感到可以信赖和依靠。只有这样,男人才能形成真正的强势,而女人才会在安全的包围中变得柔软。

三、多动手,增加性感指数
爱看北美大片的男人一定有印象,片中那些大牌男神除了肌肉好头脑快,还几乎个个动手能力超强,别说刷电脑程序修热水器组装宜家家具,就是盖房子建园林挖地道越狱变身金刚都搞得定。不管社会分工怎么变,这些传统意识中应当由男性承担的工作,都会令男人显得无比性感,而只有在性感的男人面前,女人才会释放她的性感。如果你只会动手打游戏,一边打一边看女汉子们换纯净水桶,那就活该你享受不到电影里的温柔诱惑了。
世上本无女汉子,只看男人怎么做。

