



饭后谁刷碗，睡觉打呼噜，双方洗漱顺序不同……

## 80后婚姻为何成为易碎品

□张 冷 (山东城市建设职业学院副教授、国家注册心理咨询师)



据不完全统计,1979年,我国的离婚率为4.7%。30年后,这个数字已超过20%,一些大城市甚至超过30%。现如今,据说每隔10秒钟,就有一对夫妻“分道扬镳”,其中80后是“生力军”。据一些研究机构的小样本调查显示,有些地方80后的离婚人数竟接近其结婚人数的50%。造成这一现象的原因是多方面的,其中最不能忽视的一条就是他们成长的心理因素。

### 为刷碗,80后小夫妻闹离婚

最近孙女士心情极差,因为结婚不到三个月的儿子正在闹离婚。儿子、儿媳都是80后,一对硕士,工作后相识、相知、相恋。出双入对的两个人,曾是双方父母最大的自豪和骄傲。然而,二人的婚礼进行曲余音未消,柴米油盐酱醋茶中的战火却已熊熊燃起。

一天下午,早下班的儿媳决定晚上不回父母家吃饭,而是由自己主厨做一顿。她使出浑身解数做了一桌丰盛的晚餐,还准备了红酒、烛光,一心要给老公一个浪漫的惊喜。结果如愿以偿,两人都很高兴,吃得好,喝得好,玩得好,酒足饭饱的小两口还躺在沙发上畅想了一下未来。可是,接下来的乐章却跑了调。儿媳指着杯盘狼藉的桌子说:“不做饭后哈,你赶紧把桌子收拾一下,刷碗碗后再说!”“凭什么是我收拾桌子刷碗啊?”儿子一听儿媳理所应当的语气,立即顶了一句。“凭什么?你说凭什么?”儿子的话让儿媳也不高兴了,她一跃从沙发上坐起,“我辛辛苦苦地忙活了大半天,你吃得挺恣儿是吧?吃完了刷个碗不应该吗?还问‘凭什么’!”儿子也来了气,一梗头坐起来,说:“刚结婚就算得这么清?不做家务不做饭,我娶老婆干什么?”儿媳一听火了,把抱枕一扔,说:“敢情你娶老婆就是为了做饭做家务的?那你找个保姆不就得了?我工作一天,又赶着回来忙活大半天做饭,饭后还得我刷碗,凭什么呀?”“凭什么我也不刷,我在家从小到大就没刷过碗。”儿子一甩手就准备出门。“我在家还没做过饭呢,凭什么嫁给你就得什么都做?”儿媳委屈得落了泪,“刚结婚就这样,以后的日子还怎么过?”“爱过过,不爱过散伙!”儿子头也不回地抛下这句话,甩门而出。“散伙就散伙,谁怕谁?!”儿媳声嘶力竭地冲着门喊道。

因为刷碗,新婚燕尔的小夫妻竟闹到离婚,听起来让人啼笑皆非。但与孙女士类似的遭遇在80后父母中并非少数。而孩子们离婚的原因说起来又是那样的不严肃、鸡毛蒜皮,诸如不习惯男方睡觉打呼噜,对方刷牙洗脸的顺序与自己不同,双方饮食习惯不一样等等。

那么,80后们婚姻易碎的主要原因是什么呢?

都是儿童时期心理成长发育缺失惹的祸

在心理学上,个体成年后出现的很

多问题,都要从童年经历上寻找原因。

观点采取能力是指儿童在成长过程中,去“自我中心化”后,逐渐形成的推断别人内部心理活动的的能力。亲社会行为是指人们在共同的社会生活中表现出来的谦让、互助、共享以及平等合作等有利社会的行为,主要包括利他行为和助人行。儿童观点采取能力的发展,对其亲社会行为的形成具有极大的促进作用。而个体的亲社会行为能力的强弱,将直接影响日后的社会生活水平的高低。但是,亲社会行为并非人一出生就有,在6岁之前,儿童基本上自我中心化的。华师大李丹教授的“关于儿童利他行为发展实验研究”结果显示,在实际情景中,幼儿分食物时,将自己认为最不好吃的、最不好玩的留给自己的利他行为水平,中班和大班孩子分别是5%和30%。行为主义者赫洛克曾论述:“幼儿没有良知,也没有价值标准,所以他的行为既不是道德的,也不是不道德的,而是没有道德,即在感觉上,它们不受道德标准的指引。”由此看来,当儿童个体的自我意识发展到一定水平时,后天的人为教化和环境熏陶,对其利他行为的养成至关重要。家长和教师应该适时地对儿童进行一定的教育和训练,引导帮助他们培养观点采取能力,让孩子逐渐学会站在他人的立场上看问题,自觉地体察他人的情绪,理解他人的情感需求,从而认识到别人的处境,并能设身处地为他人着想,这样才有助于儿童发展谦让、合作、援助、分享等亲社会行为。

我国的传统文化中,一直非常重视儿童的启蒙教育。从“弟子规”“三字经”到“四书五经”,无不在试图通过后天的教化,实现温、良、恭、俭、让的人性塑造以及修身、齐家、治国、平天下的社会理想。然而,社会发展至上世纪八十年代,特殊的时代背景促成了我国历史上第一代独生子女的诞生。怎样保证这代人身心健康地成长,无论家庭还是社会,都没有任何经验可以借鉴。我国是一个宗法思想根深蒂固的国度,家族兴旺是众所希冀的,而家族兴旺的一个重要标志就是人丁兴旺。多子多福的文化沿袭,让国人早已习惯于对儿女成群、儿孙满堂的渴望。在这样一种文化背景下,突然面对一对夫妇只能生一个孩子的规定,人们潜意识里最大的恐慌莫过于子嗣香火自此就要细弱下去的现实。于是,从独生子女诞生之日起,为了护好这一细弱的“香火”,几代人开始共同“围宠”养育心肝宝贝儿。昔日众多兄弟姊妹大让着小、小敬着大的成长环境,再也没了踪影,绝对“自我中心化”的

“小皇帝”一族横空出世。与此同时,他们的成长年代,恰逢我国经济发展日新月异时期,日益提高的物质生活水平,让他们有可能自幼就处在一个养尊处优的生活环境之中,独吃独占,无人相争。再加上这个时期,独生子女心理健康教育的国家意识和社会资源都还不足。于是,相当一部分80后在自我中心化的安逸的成长环境中,度过童年,又以缺失“观点采取能力”的状态走过青春期,步入成年期,走进需要具备充分的亲社会行为方有可能建造和谐、幸福殿堂的婚姻之中。由此,婚姻伊始,只顾自我感受,不会设身处地为对方着想,缺少谦让、忍耐、宽容等行为,从而引发双方冲突也就在所难免。不仅独生子女,个别在众多姐妹中娇生惯养长大的独子,婚后生活多有不和谐,原因也大抵如此。

婚姻是“合作社”“互助组”,需要夫妻双方宽以待人求同存异

岁月虽无法逆转,但只要找到问题的症结,就总会有解决的办法。像孙女士一样为儿女婚姻生活亮起红灯而苦恼的父母,最忌讳的做法是一味袒护自己的孩子,把不是都推向对方。要知道,如果对方父母也这样做,那么这样的婚姻就真能以“散伙”而告终。正确的做法是:父母首先要反省自己在培养孩子成长过程中的失误,比如孙女士,30岁的儿子在家从未刷过碗,这恐怕是母亲教子的失职。比如孙女士的爱人,儿子的“不做家务、不做饭,我娶老婆干什么”是否在以父亲为榜样?在认识到教子有误之后,父母可与孩子开诚布公地沟通交流,让孩子认识到自己在原生家庭中的“自我中心化”原本就是不对的,若是把这种不成熟的行为带进新生家庭,就只能招致婚姻的不和谐。其次,在父母的引导下,年轻人也要勇于检讨自己的不足。比如孙女士的亲家,可以帮助女儿分析当晚的情景有无其他解决方法。面对一个从未刷过碗的大男孩儿,若换一种语气,换一种方法,约他一起收拾饭桌,一起刷碗,两人的浪漫晚宴也许就不会不欢而散。

离婚是把多刃剑,它既会伤夫妻双方的元气,也会伤彼此家庭的元气,甚至还会给社会带来不安定因素。婚姻是“合作社”“互助组”,合作需要宽以待人,求同存异,互敬互爱;互助需要体谅对方,不计得失,风雨同行。谁都希望白头偕老,但白头偕老不仅要“执子之手”,更要“与子同心”。

我们常秉持着爱的名义,阻碍他人与自我的成长。试试看,消除爱的误解,享受爱的愉快——

爱的误解

6

### 我比你,更懂你

□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)

照说,孔姐应该是个好领导、好妻子、好妈妈,因为她肯负责又有经验,头脑清楚、行动利落,身边人说起这些,也都一致好评。但偏偏,她带的部门一副死气沉沉的样子,结婚十年的老公回家几乎不说话,刚上小学的女儿有了小心事,宁可跟不说话的爸爸嘀咕,也不告诉她。孔姐对此既痛苦,又不解:“我这人,不管工作还是过日子,从来没有二心。我全心全意地对他们(员工、老公、女儿),可他们一个个都这样,他们这样对吗?”

“先别说‘对不对’,你了解他们吗?”

“当然!”一听这个,孔姐立即瞪大了眼睛,“员工都是我一手挑选培养的,老公是相处了那么多年的,孩子更甭提了,她从谁肚子里出来的?”

“那你和他们,是怎么相处的呢?”

孔姐更不解了:“当然是给他们最好的——不光物质方面,还有最好的做事方法、最好的选择决策——我是爱他们的啊!”

可惜,这爱不是那么令人愉快。员工说“反正方案怎么做,最后也得改成她的套路,就那么着呗”,老公说“只要我一开口,不管说什么,她都来一句‘不是这么回事’,真是够了”,女儿说不出什么,眨巴着大眼睛,有点害怕地看着妈妈。

原来,孔姐是个热衷于“纠正”的人。不仅她,被我们认为是“强势”的人(具有一定能力而自恋程度较深的人)往往都有这种习惯。“纠正者”在纠正他人时,通常以爱为名(“给他们最好的”或“我是为了你好”),但其真实心理潜台词却是“我比你,更懂你”。这句潜台词中,包含着双重的人际认知谬误:第一,认为每个人的心理活动都是一样的,因而我可以轻易了解你,掌握你;第二,你和我不同的地方,都是错的,我见解高于你,方法优于你,所以你应该毫无异议地以为正确标准。看,多可怕,貌似爱心满满,责任感十足的纠正,其中包含的却是对他人的低估、对他人的压制。

我们可以想象一下长期处于“纠正者”势力范围中的人们的处境:如果是人际边界不清,暗示性高的人,他们会在一次又一次接受纠正的过程中,压抑或排除掉自己的真实想法、感受或意图,变得茫然,无意义;如果是人际边界相对清晰,暗示性低的人,则会因为反复被否定、被压制而感到巨大的痛苦;而无论哪一种人,自信都将受到损耗,对事物也将不再热情如初。由此,我们也就清楚了为什么孔姐的团队缺乏活力、老公不愿交流、孩子默默躲避——这是“被纠正者”的消极反抗啊。

现在,“纠正者”自己也受到了消极的影响。“我比你更懂你,你居然不爱我”的工作与生活,对任何人都是没有营养的。每个人都需要成长,成长的目标,不是打造全知全能、永远正确的形象,也不是让身边所有人乖乖听命,走上与自己一致的道路,而是,懂得自己的局限,接受个体的多元,让自己与他人拥有尽量多的发展可能。

就像孔姐,在自己的套路之外,不妨认真看看别人的方案,在说出“不是这么回事”之前,可以好好听听“到底是怎么回事”,谁敢说,那里面不会藏着惊喜与精彩呢?

微博:@Serena-Chiang

