人生中幼年的經歷 | 對人性格的影響

PRASIT RODPHAN/ADOBE STOCK



文｜雁如

最近通過一些思考，我認識到一個人的幼年經歷與性格之間的關聯。所以想分享一點自己親身的體會，希望對朋友們能有所借鑒。

我的母親脾氣暴躁，原因很可能與我的外公、外婆有關。

幼年的影響

我的外公和外婆都是「老革命」，很早就加入共產黨，參加戰爭。他們結婚後，外公因為有了外遇，外婆氣憤地要與他登報離婚。母親家族的人基本都是無神論，受中共邪黨的那種黨文化的影響很深，他們性子急躁，說話高聲大氣，動輒對人有意見而不是善意理解。

我記得小時候，母親對我的缺點，就是訓斥、嫌棄甚至侮辱，讓我覺得自尊和人格受到很大傷害。她對別人的評價，也時常體現出刻薄和勢利虛榮等心態。受母親的影響，我的內心缺乏安全感，並且漸漸地也以與她類似的視角看世界。我感覺到人與人之間都是爾虞我詐、弱肉強食的，「弱者」活該被看不起，覺得「強大」就是道理。

幼年的經歷使我形成了一種心態，確切的說是一種心理陰影，導致了很渴求人際溫暖以獲得安全感。我很在意別人的認可、尊重、關愛，自我保護很強。我怕被別人看不起、指責、否定，覺得這代表自己的失敗。我似乎自己的價值需要藉助外界的認可才能得以證實。我愛否定別人，也愛否定自己。因此，總是試圖把自己打造得「強大」，後來發現，我無論把自己哪方面打造強，都無法消除內心的不安，有時只是用「強大」掩飾了而已。

對教育的思考

我發現，幼年被足夠關愛和善待的孩子，長大後會感覺世界充滿了光明和溫暖。即使有人對自己不好時，也總把人往好處想，從理解和包容的角度去想別人，這就是善良吧！

一個善良的人，內心獨立而強大，不需要從外界索取關愛和溫暖，反而可以帶給別人溫暖。所以家長對孩子正確的教育，應該是對孩子給予無條件的愛，讓孩子也能體會到，人與人之間的關愛和善待是無條件的，而不是和人的能力、成績、成功等附加物有關的。

一些家長卻對孩子簡單粗暴，無意中給孩子帶來很多傷害。孩子長大後習慣於把人往壞處想，覺得人都是自私而虛偽的，對別人不會理解也不會體諒，而是處於爭強對立的狀態。這就是不善良吧！

如果家長從小就對孩子不正確的教育，讓孩子重視名利的「價值」，孩子長大後就會爭強好勝。就像我小時候，覺得「強者」就有資格看不起「弱者」，只有「強」才能有前途，而「弱」就一切都不配，甚至活得很恥辱。這其實不是正理，而是世風下滑後錯誤的是非價值觀。



KAI/ADOBE STOCK

▲ 得到關愛和照顧的小孩子，長大後性格開朗，善良溫和。



KAI/ADOBE STOCK

▲ 幼時受到訓斥的孩子，戒備心強，容易受傷、發火動怒。

一些觀察表明，童年缺少愛的人，更容易早戀或婚外戀，不擇手段地索取愛。一位朋友因此感慨道：「看來當媽的要對孩子好。當媽的不對孩子好的話，如果孩子問別人討愛有時候可能惹上麻煩。好像家裡吃不飽就到外邊垃圾桶裡翻東西吃，長大了也還是習慣常到垃圾桶裡瞅瞅。」

關於母教對孩子的影響，我想到了周圍的甲乙兩位朋友。甲的孩子，由於環境變化不適應等原因，很小的時候曾經不合群、敏感，時常滿臉不悅，眼神裡都是警覺，一些表現讓家長很沒面子。但是甲對孩子很善，從不惱怒，悉心地關愛和照顧，孩子漸漸從戒備變得開朗，性格越變越好，長大後品學兼優，很陽光，善良溫和。乙的孩子，小時候看起來活潑快樂，但乙對孩子各種不滿，惡意評價、打壓，孩子的性格越來越差，後來很叛逆，甚至還有種反社會人格。

孩子在幼年心靈受傷後，就像一個受過虐待的小動物，對外界缺乏安全感、敏感脆弱。長大後對人不信任，警覺、戒備、對立、敵意，由於過分敏感，動輒劍拔弩張，一副隨時準備鬥的姿態。甚至還試圖用自己的「優勢」勝過別人，作「贏家」來證實自己，似乎人與人之間就是「輸」和「贏」的緊張競爭關係。而幼年未曾受傷的健全的心靈，長大後對外界感覺安全，對人信任，與人為善而不是對立。

改善性格

記得多年前，家人及朋友都曾指出我不信任人，但當時我認為的確不能一概信任別人啊！我感覺自己的想法有道理，現在回頭一看，其實就是從小形成的對人防範的心理，自己吸取了反面教訓，總是用惡意而不是善意去想別人。

今年年初，通過一些事我突然清晰地認識到了自己有很強的自保心，由於怕被否定、被傷害，因此就躲閃、逃避可能被傷害的一切。比如，說話怕被別人抓話把兒，怕被別人誤會，所以不能坦蕩地說，而是繞著說。

由於怕，所以才躲、逃、繞，認識到這些之後，我就嘗試著說話坦蕩，發現並不難，只需要扭轉一下習慣了的觀念就行。



SUKJAI PHOTO/ADOBE STOCK

▲ 善待自己的孩子，孩子長大後也會用善意去對待他人。

▲ 幼年被足夠關愛和善待的孩子，長大後會感覺世界充滿光明和溫暖。

一位好友曾指出我愛否定別人，家人也指出我有種與人對立的心，這源於我用惡意去揣度別人。我體會到「把人往好處想」，是與人為善的關鍵，即使別人有錯，也要盡量從理解的角度去體諒、去包容對方。

周圍有兩位朋友容易把人往壞處想，莫名地朝人發難，我過去對她們看不慣，感覺她們不善、很惡、眼裡沒好人。後來我想到了，我應該嘗試著像理解自己那樣去理解她們，也許她們也有過受傷的經歷才變得對人過度設防和容易攻擊。其實她們不是壞，而是弱、不成熟，不論年齡多大，但內心就像住著個敏感脆弱的孩子。

我發現一些性格強勢的人，其實內心脆弱，容易受傷，容易動氣動火；而平靜、寵辱不驚的人，才是內心強大而成熟的。我曾讀到一位網友在文章裡提到，她想在人際溫暖中獲得安全感，這啟發我聯想到了自己的類似問題。

我把上面的種種結合起來，其實就勾勒出我的心態了，就是由於缺乏安全感而不信任人，自保、與人對立而好鬥，試圖通過「優勢」來「贏得」別人的認可及關愛，證實自己的價值。其實，我一直在用錯誤的方式來獲得安全感，比如惡意想人，對人或防備、或攻擊。這樣活著真是累，為何不用最簡單而正確的方式——與人為善，包容別人也包容自己呢？

而追溯這些心態的起源，就是我幼年的經歷。有句話帶給人很大啟發：「幸福的人用童年治癒一生，不幸的人用一生治癒童年。」

* * *

結語

幼年時期是人生觀形成的重要時期，從這方面反思一下，也許有助於改善自己性格中的弱點。如果能追溯到一些問題的根源，從而消除一些陳年累積的心理陰影，這樣也能使得自己更重視和知道怎樣善待自己的孩子。

成語故事

井底之蛙

文｜心怡

「井底之蛙」這則成語出自於《莊子．秋水》，意思是住在井底的青蛙，比喻見識淺薄的人。近義成語：坐井觀天、管中窺豹、管窺蠡測、牖中窺日；反義成語：見多識廣、高瞻遠矚、博古通今。

【典故說明】

《莊子．秋水》：秋水時至，百川灌河。涇流之大，兩涘渚崖之間，不辯牛馬。於是焉河伯欣然自喜，以天下之美為盡在己。順流而東行，至於北海，東面而視，不見水端，於是焉河伯始旋其面目，望洋向若而嘆曰：「野語有之曰，『聞道百以為莫己若者』，我之謂也。且夫我嘗聞少仲尼之聞而輕伯夷之義者，始吾弗信；今我睹子之難窮也，吾非至於子之門則殆矣，吾長見笑於大方之家。」北海若曰：「井鼃（蛙）不可以語於海者，拘於虛也；夏蟲不可以語於冰者，篤於時也；曲士不可以語於道者，束於教也。今爾出於崖涘，觀於大海，乃知爾醜，爾將可與語大理矣。天下之水，莫大於海，萬川歸之，不知何時止而不盈；尾閭泄之，不知何時已而不虛；春秋不變，水旱不知。此其過江河之流，不可為量數。而吾未嘗以此自多者，自以比形於天地而受氣於陰陽，吾在於天地之間，猶小石小木之在大山也，方存乎見少，又奚以自多！計四海之在天地之間也，不似礨空之在大澤乎？計中國之在海內，不似稊米之在大倉乎？號物之數謂之萬，人處一焉；人卒九州，穀食之所生，舟車之所通，人處一焉；此其比萬物也，不似豪末之在於馬體乎？五帝之所連，三王之所爭，仁人之所憂，任士之所勞，盡此矣。伯夷辭之以為名，仲尼語之以為博，此其自多也，不似爾向之自多於水乎？」

注釋

❶鼃：同「蛙」。
❷拘於虛：受到居住地方的限制。虛，指空間而言。
❸曲士：鄙陋之人。
❹束於教：受到本身所學的束縛。

莊子是戰國時的思想家，他所生活的時代，百姓飽受戰火之苦，個人的生命在戰爭中就像螻蟻般的脆弱，朝不保夕。莊子自覺無法改變現實環境的殘酷無情，轉而思考個人如何在動盪的世間安身立命。他用了許多天馬行空，富於想像力的寓言，生動貼切的表達了他的中心思想。

在〈秋水〉中，莊子生動地描述了河伯和北海的對話。秋天的時候，黃河河水高漲，河面寬廣到甚至無法從這岸分辨對岸的牛馬。河伯對此沾沾自喜，以為天下沒有比黃河更壯觀的景象了。但當河伯順流東下，來到了北海，看到了一片沒有邊際的汪洋，比起自己居住的黃河不知大上了多少倍時，就對自己之前的無知和自傲感到慚愧不已。

北海便對河伯說道：「沒有辦法跟住在井底的青蛙談論海洋之大，這是因為受到所住環境的限制；無法跟夏天的蟲子談論冬天的冰霜，這是因為受到生存時間的限制；而無法跟鄙陋之人談論真理之道，也是因為受限於他們的教育背景。人受到現實環境的限制是何等大啊！今日你看到了大海，才發現黃河的渺小，然而這看似沒有際涯的海洋，在浩瀚無窮的天地之間，跟大倉庫裡的一粒米又有甚麼分別呢？」後來「井底之蛙」這句成語就從這裡演變而出，用來比喻見識淺薄的人。

【書證】

《三國演義》第一一三回：「汝乃井底之蛙，安知玄奧乎！」

【用法說明】

比喻見識淺薄的人，用在「見識淺陋」的表述上。

例句

像他這種井底之蛙，還自以為是，真是可悲！

資料來源：教育部《成語典》進階版

