

张吉连 刘惠军 主编

社会问题心理调适丛书

刚才是老大 现在是老九

社会角色转换 与心理调适

山东科学技术出版社



·社会问题心理调适丛书·

刚才是老大 现在是老九

——社会角色转换与心理调适

张吉连 刘惠军 主编

山东科学技术出版社

·社会问题心理调适丛书·

刚才是老大 现在是老九
——社会角色转换与心理调适
张吉连 刘惠军 主编

*

山东科学技术出版社出版
(济南市玉函路16号 邮编250002)
山东科学技术出版社发行
(济南市玉函路16号 电话2020432)
山东新华印刷厂印刷

*

787mm×1092mm 1/32 开本 11.125 印张 224 千字
2000年3月第1版 2000年3月第1次印刷
印数:1-5000

ISBN 7-5331-2595-9
Z·123 定价 14.50 元

《社会问题心理调适丛书》

编委会

顾 问 陈学诗

主 编 郭念锋

副主编 毕希名

编 委 (按姓氏笔画为序)

王凤仙 石秀印 冉乃彦 毕希名 吴宗宪

李同归 张吉连 徐岫茹 王德胜 萧 侗

《刚才是老大 现在是老九》

主 编 张吉连 刘惠军

作 者 (以编写章节先后为序)

张吉连 郭瑞英 傅海芝 刘惠军

张雅明

前 言

社会角色转换与心理调适是个大题目,人类社会活动的方方面面无不涉及社会角色的扮演、转换及其心理调适。

—

《环球市场信息导报》1999年5月12日以“老师学泰森,学生遭殃”为题,报导了一起北京163中4月6日发生的老师与学生冲突案,老师盛怒之下竟将学生的耳朵咬下。其实,事情很简单。下午3时,跑完步的学生们拥向教学楼。在一段不足2米的过道上,学生与语文教师卫某撞个满怀,学生立即道歉,老师却不依不饶,并把学生推倒在地,两人扭打在一起。第一次冲突被劝开后,卫某又近乎疯狂地追打到教学楼走廊,遂发生了上述戏剧性事件。事后,法医处鉴定者说:这是我见过的最严重的校园伤害。

事情已经发生,无可挽回,被咬下的耳朵已经炭化。学生还不满16岁,1.80米的大个子,刚刚报考了某模特学校,这一下明星梦破灭了。教师呢,也会因一时的冲动而抱恨终生。留给世人的则是惊异之余的困惑,怎么会发生这类事情呢?卫某哪里还像是老师呢?

北京师范大学的校训是“学为人师,行为世范”。做教师的总该用教师的标准要求和规范自己的行为,与学生扭打在一起已经失去了教师的风范,更何况退化到用嘴去咬人。

人是社会动物,生活于社会群体之中,其行为要受到社会规范的调节,是不能为所欲为的。社会生活中的个人实际像演戏一样,要在社会生活大舞台上扮演不同的社会角色。社会规范像戏剧的脚本,已对剧中人的言行作了明确规定。社会期待着人们都能按社会的角色行动,这样才能保持社会的有序和稳定。各种社会角色(如教师、学生、父亲、儿子、丈夫、妻子、经理、雇员……)的行为在一个稳定的社会中是较为固定和明确的,人们只有按规范去行为,才能被社会认可和接受,才能保持社会的稳定和有序,否则人们将无法共同生活和交往。所以,扮演角色是社会生活所必须的,也是个人选择适当行为的依据。按社会角色行动是人类生活的独有特点。人们一旦进入某种角色,他的行为便是可以预测的,其行为便被纳入社会化的固有轨道。

社会角色对人们行为的约束力是如此巨大,甚至超出常人的想象。在人们的观念中,常把监狱的看守看成是粗暴、冷淡、不通人情的,甚至是专横、残酷的,还可能认为他们本性就是这类人,因此才选择了这种职业。事实并不完全如此。社会心理学家菲利普·齐姆巴多曾在斯坦福大学心理系的地下室建立了一个模拟监狱,用实验方法来研究人的社会行为。他把一组心智正常、情绪稳定、知识丰富的年轻志愿者带进这所“监狱”,以扔硬币来决定,一半人扮演犯人,一半人当看守。犯人换上囚服,也不再用自己的名字,只有编号,住在囚室里;看守穿上警服,配带警棍、警笛,与真正的监狱看守打扮得一般无二。就这样,他们共同生活了六天。结果如何呢?还是看看齐姆巴多的描述吧:

到了第六天末,我们不得不关闭这所模拟监狱了,因

为所见情景令人害怕。对我们或大多数被试人员来说，已经不能确定出他们是在什么时候结束了自我而进入了角色。大多数被试验人确实成了“犯人”或“看守”，已不能分清自我和所扮演的角色。其行为、思想和情感各方面都有了显著的变化。不到一周，监狱生活的经验就（暂时地）抹杀了一生的学习。人的价值观瓦解了，自我概念面临挑战。人类本性中病态的、最丑陋、最恶劣的方面显露出来了。我们之所以感到恐惧，是因为看到了有些年轻人（“看守”）把另一些年轻人（“犯人”）当作最可恶的动物看待，以对别人施加残暴为乐。另一些人（“犯人”）变成了奴隶般的、失去人性的机器人，他们所想的只是逃跑、幸存及对看守的加倍痛恨。

请注意，只是随机取样的两组普通人，试验中并没有特别规定其行为，只是分配一个演戏样的角色，又像化装的道具一样穿上相应的衣服，就把一个人的行为改变了，使他们几乎完全忘记了自我，进入一个特别的社会角色之中，足见人的行为受社会角色影响之大。社会角色几乎是无形的，可它实际上却规定着人们的行为，如此，整个社会也才显出井然有序、各司其职，社会中的个人也才知道如何去行动、如何对待其他人。

各种社会角色无不打上社会的烙印。社会期待被深深地印在各角色之中，也印在人们的心中，每当想到一种角色便会联想起角色的规定行为。当人们感到身体不舒服，意识到生病时，便要进入“病人”的角色。病人享受着病人角色规定的待遇——受到照顾和看护，不用工作，饮食也自然得以改善。

但研究也表明,病人在医院里常感到自己是最不重要、社会地位最低的人,医生、护士、勤杂人员都可以对病人颐指气使,病人只得像一位“好病人”那样去行动,“在人屋檐下,怎敢不低头”。医生、护士常不把病人当作享有正当权利的自由人,他只是“病人”而已,不管你院外的身份和地位如何,你暂时只有扮演“病人”的角色。1973年,一组心理学家为了直接研究精神病人,经允许曾以精神病人的名义住进精神病院,他们竟无法使服务员和专业人员相信他们是心智健全的人,住进精神病院就是精神病人,医院的人员把他们当成精神病人一样对待。

二

社会为了保持其自身的稳定和延续,必须使其成员生活在角色所规定的界限之内。为了使成员都能按社会的规范行动,就必须对人们进行精心的训练,谁要是冒犯了角色的规范,谁就要受到社会保障系统的惩罚。社会有一套角色训练和角色控制机构,等于社会自身的生存系统。角色训练任务由社会化机构及其代理人来完成。社会化机构包括家庭、学校和大众传播媒体(如电视、广播、报刊、杂志等),这些机构都是社会负责训练人们以正确方式行动的单位。社会化代理人则是现实中有责任训练人们社会化的各种具体人,他们负责塑造着一个正在成长和学习的人,使他的行为能够符合于他的未来角色。社会化代理人主要是学校教师,校外辅导人员,以及一个人的父母、兄弟姊妹和同伴等等。

为了保证社会成员都能按社会角色正确行动,社会还需要进行控制和控制的机构。社会控制机构指那些能对违反规

则、法律和习俗的人给以惩罚的机构,其中以法律机构(包括法律制度、法院、监狱、警察组织等)为主,学校、工作单位和居民委员会也起到社会控制机构的作用。社会控制的代理人最具代表性的是警察,也包括校长、老师、父母、同伴和邻居等等。其中,父母、同伴等人常常通过批评和羞辱、以收回爱和友谊威胁的方式来控制人们的某些行为,当然也通过赞扬、物质奖励和更多的友好往来强化和鼓励人们的适当行为。社会控制的隐蔽代理人是人们自己的良心,它犹如父母和整个社会对人们的行为起到控制作用。当人们的行为不符合自己所接受的社会角色规范时,它使人们产生自恨和内疚、罪恶感,从而使人们能在行为之前、之中和之后制止、调整或改变自己的行为。

人们通过训练、模仿或对环境中榜样的认同,进行社会角色的学习。从孩童时代起,儿童就要学习如何做一名好学生、好孩子,当他们的行为符合角色形象时,会受到鼓励和表扬;当他们行为越出角色范围时,则会受到惩罚和矫正。人们正是这样被塑造成各种角色。随着年龄的增长,人们又通过模仿向不同的社会榜样学习,去学习如何做一名丈夫和父亲、妻子和母亲、经理或员工。

榜样的力量是无穷的。当人们在成长的过程中无法接触到适当的角色榜样,或其接触的角色榜样的行为并不符合所处群体规范时,人们的角色扮演和社会行为将会遇到困难和受到损害。在单亲家庭长大的儿童,成人后扮演丈夫或妻子时,常常会有某些缺陷,因为他在角色模仿时并没有相应的榜样作为楷模。

心理学有一个有名的“母爱剥夺”实验。美国心理学家哈洛,把刚生下来的幼猴从母猴身边夺走,放在单独的笼中,由铁丝、木头等物体编成的“母猴”喂奶。它们一直无法与真正的其他猴子接触。如此长大的猴子根本无法像其他猴子一样生活,它们不能完成交配活动,拒绝异性猴的接近;它们孤僻,不与其他猴子来往,也不会像其他猴子一样互相关心和救助;即便是生下仔猴,虽然仔猴依恋和缠抱它们,但总是被它们推开和拒绝,也拒绝喂奶;它们遇到危险时,也只会攻击和残害自己,把自己抓伤或咬伤。这是一群无助的、没有希望的、无情的父母。它们的心理损伤是严重的,不可恢复的,就因为它们被剥夺了母爱和向榜样学习的机会。这虽然是在动物模型身上得出的结论,但对人的成长同样具有启发意义:母爱和适当榜样的作用对任何一个成长中的人来说都是至关重要的,是绝对不可欠缺的。据悉,我国目前有800多万个单亲家庭,于是可能有几百万个成长中的儿童需要完整家庭榜样的引导。

三

在人的社会角色之中,最主要和常见的角色包括家庭角色、性别角色、年龄角色和职业角色等。正是在家庭之中,人们获得了个人同一感和归属感,体现着个人的最初价值。也正是在家庭中,人们首先体验到人的社会角色及角色扮演:首先当儿子、女儿、兄弟姊妹,也开始认识和了解父亲和母亲,学习各种角色的行为,尊卑长幼,发现人们之间的不同关系;然后,当丈夫和妻子、父亲和母亲、叔叔和婶婶,以及后来当祖父和祖母。

传统的家庭角色既是由社会规定的,也表现不同家庭自身传统的特色。所以,不同家庭中的角色行为可能存在较大差异。这个家庭的丈夫和父亲不会与另一个家庭的丈夫和父亲相同,其他角色也是如此。因此,结婚以后的青年男女,由于来自两个不同的家庭,由原来家庭灌输的观念和行为将会受到冲击和挑战;原来家庭间的差距越大,冲击也会越强烈,适应也会越困难,需要重新学习和适应。

当前,传统的家庭角色正经历较大的变化,这正是目前婚姻不稳定、家庭模式逐渐模糊的原因。家庭角色的变化与其他社会角色的变化趋势是一致的,趋向于人们之间更平等、互相尊重,关系变得更宽松、灵活和民主,人们获得较大的自由,也出现角色行为的换位:丈夫抚养孩子,妻子也养家糊口。任何一个想要过好家庭生活的人都必须深刻体会家庭的角色规范和规范所面临的新挑战,采取创造性的方式扮演好自己的角色。

人与人之间最明显的区别便是性别不同,每个社会在男性和女性行为的规范上都是不同的。性别角色在社会生活中是相对固定的,所以每个男人和女人都必须找到和学习适合于自己性别角色的行为方式,否则,他(她)们的行为将引致其他人的排斥和嘲笑。男人的女性化或女人的男性化都会使别人感到不舒服。尽管性别角色的严格限定已渐被打破,传统的男尊女卑、三从四德已不复存在,但毕竟因为男女生理、心理上的不同,社会分工的不同,导致所追求的目标、需要及行为方式上的较大不同,男女性别角色的区分有其客观生理、心理的基础,也受社会因素的影响。因此,认同并学习扮演自

己的性别角色,从很小年龄开始就成为每个儿童心理发展的任务之一,也是每个家长应该关心和注意的问题。某些家长出于本身的愿望和需要,从很早开始即把男孩当成女孩养,或把女孩当男孩养,这都可以造成儿童时期甚至成年后其性别角色的混乱,造成社会生活的困难。性别角色的认同不是一个自然的事件,它有一个训练、学习的过程,通过训练和学习、榜样示范等,儿童才逐渐认同角色,并进入角色。一旦接受和认同自己的性别角色,便固定下来,终生保持不变,并抗拒性别角色上的较大变异。但随着社会的进步和发展,男女性别的分工和性别角色行为也会有某些变化,性别差异趋向于缩小,过去的男人不能做的事情现在男人做起来已视为平常,像刷锅、洗碗、买菜、做饭、带孩子。心理健康的人因为在扮演性别角色中有安全感,不会因为角色行为上的某种变化而感到性别角色受到威胁和挑战。所以,在性别角色的扮演和适应中,既有稳定的性别角色的认同,也要有某些角色行为上的改变和调整。

人类生活的第三种社会角色该是年龄角色。日月流逝,随着年龄的增长和成熟,年龄角色也在不断地改变。试想,人们从出生到老死与年龄有关的角色该有多少啊!人们最难忘怀的事件和角色也都与年龄有关吧,婴儿、幼儿、儿童、少年、青年、中年、耄耋之年……这些都是事实的一部分。对于这些事实每个人都必须与之发生联系,并且要学会与自己的年龄相应的角色行为,或者说,要完成别人所期待的行为。人的进步和成熟在极大程度上是指扮演年龄角色的适度。若其成长速度与其年龄角色相一致,就是成熟的;如果落后于同龄人,

就是不成熟或滞后的；又如果其行为回复到更小年龄的行为特色上，就是一种倒退和回归；而如果过早地发展了年龄较大的行为特点，就是一种早熟。在年龄角色的扮演中，上述几种可能都会有所表现。但多数人往往是下一个年龄角色已经到来，可自身仍然感到没有作好心理准备，要学习并强迫自己与新的年龄角色相一致，去完成人们期待他的行为。正所谓光阴荏苒，转眼已进入下一个年龄角色。比起其他角色的扮演来，年龄角色的扮演是更为被动的。

人类社会常以年龄来界定人的行为，规定人的权利和义务。青少年时期不允许吸烟、喝酒、夜不归宿，也不允许过早有性行为，但在成年期这都成为平常事。成年期虽然有了某种权利，但更多的是增加了许多责任，不论在家庭或是社会都成为中坚力量，需要其承上启下。相对地讲，人的前 20 年和后 20 年其权利要多一点，而中间的 40 年其责任和义务则明显增大。因此，当压力过大无法负担时，某些人会表现出退化的行为，有些人又倚老卖老，力图逃避到责任较轻的年龄角色中，以减轻社会对自己的压力。

职业和职务的角色也是人们必然要扮演的。与扮演其他社会角色一样，职业和职务的角色除规定了个人的权利、义务和行为方式之外，它们更能体现人的价值，使人在演扮角色中，感到个人的成功、成就和价值。职业和职务是对人最有力的一种定义。不论什么人，当你向另一人介绍自己的职业和职务时，随即便向人介绍了你自己的主要社会属性。人的社会属性可以由其职业和职务来说明。我是教师、医生、研究员、司机、售货员、空中小姐、作家、演员……我是校长、经理、

研究所所长、军长、排长……每当我们说出自己的职业或职务时，也便大体上说出了我们的权利、义务、学识、修养、地位和收入。而当我们退（离）休了、下岗了，或是由于某种原因而丢失了职业和职务时，我是什么呢？什么也不是了。生命的意义和价值面临巨大的改变，自我崩溃了，心理危机产生了。当人们还没有重新发现自我的价值和意义、没能重新建立自我同一性，或说没有对自我的新角色认同时，人们深感失落以致惊慌失措，所承受的内心巨大痛苦是可想而知的。人们无法不扮演某种角色，人们也不能一下子扮演好某种角色，特别是重要的社会角色。

四

当我们纵观人类行为，提出是什么力量决定了我们的行为时，我们不能不说是某种社会角色。社会角色决定着人的行为。但仅仅如此吗？否。社会角色和社会期待仅仅是一种外部的力量和外在的要求，人在很大程度上是由自我决定的。存在主义哲学家萨特说过：“人生来是自由的。懦夫使自己成为懦夫，英雄使自己成为英雄。”人对自己的行为是可以选择的。那是什么决定了人的选择呢？你为什么那样选择而不这样选择呢？除了外在的期待和要求外，在极大程度上取决于人的自我概念，人对自己怎么定义的。发现自我对人类行为的决定性作用是 20 世纪心理学最伟大的成就之一。

所谓“自我”，即个人心目中的“我”，也就是自我概念。所谓自我概念，即是个人对自己的看法和认识，包括对自己方方面面的认识，主要有我是怎样一个人，我的能力、品质怎么样，我在别人眼中的形象和地位如何，等等。正是这种对自己的

看法决定了人的行为。好人按好人的标准要求自己,诚实人的痛苦在于无法摆脱诚实,狡诈人的苦恼是因为自己还不够狡诈,人总是在这样忠实地扮演自己所认可的某种角色。一个人的志向级别有多高,他如何采取行动,在极大程度上来源于他对自己怎么看。人的一生都在追寻自我,表现自我,完成自我。社会角色和角色期待只有在个人接受和认可的前提下才能发挥最大的积极作用,才能转化为推动人行动的强大力量。

当一个人对自身的角色并不感兴趣、并不认可时,角色的作用并不大,甚至可能具有消极的作用。人们可以通过伪装扮演他们并不认可的角色,但此时的角色不具有真实性。不真实的角色通常是社会、家庭、朋友、教师强加的。为了扮演强加的某种不真实角色,人是痛苦的,他离真实的自我越来越远,无异于一天天在折磨自己:他要抑制和掩藏自己的真实体验,强迫自己看上去很快活。装假和压抑自己都将耗费精力,产生紧张,引起混乱,人会感到烦躁和疲倦,对角色失去兴趣,没有动力,甚至生病。因此,人必须生活于真实之中,必须达到角色的真实性,达到角色与自我的统一和同一。美国心理学家马斯洛曾尖锐地指出,当人际关系缺乏了真诚的时候就不可避免地产生疾病。的确,当人们之间的交流流于表面化、非人化(非真实)的时候,人的共处就不再具有促进成长的功能,反而产生消极作用,导致人的伤损和人性的扭曲。角色的长期不真实,是身体和人格崩溃的重要因素。

为了做到角色的真实性,在角色的转换和调适中尽快地接受角色、进入角色,人们必须对自己的现状和所扮演的角色有所感觉和察知,做到自知之明。盲目即无知,无知则导致被

动、混乱和迷失。自觉之后才能主动调适和统一，才能生活在自身真实的角色之中，生活在真实的自我之中。人，生而敢于真实，需要不小的勇气，敢于坚持“我就是我”的人是令人钦敬的。许多人不敢表露自己对角色的真实感受和态度，害怕来自他人的反应和压力，因而违心地伪装和掩饰，强迫自己带上面具，扮演别人需要和喜欢的角色，因而他们把自身分裂了。他们讨好别人，避免了人际冲突，却失去了自我和作为真实人的快乐。

五

人生之旅，行色匆匆。我们是什么？又在寻找什么？没有人能告诉我们。我们只知道自己曾经扮演过的各种角色。我是教师、医生、工人和学生，是儿子、兄弟、丈夫和父亲，如此而已。我们还能是什么？又能是什么？理想和憧憬也无非都是些没有实现的角色罢了。

人生之旅或坎坷磨难，或一帆风顺，或有声有色，或凄凉惨淡，其实便是众多角色的扮演，以及在各角色之中的转来换去。角色转换得灵活得体，一生平安、健康；角色转换不好，坎坷磨难层出不穷。

角色转换应该有三种含义或三种形式。

一种是指我们能根据情境及时恰当地改变角色。比如在老父、老母面前，你只能是儿子，不论你在外边有多威风，此时都只好收拾起来。又如，你到商店买东西，售货小姐也决不会顾及你是什么人物，一律都是她的顾客。如果你不扮演一个规矩的顾客，她定会叫你知道她们会有多少种不买你账的办法，叫你因为自己的角色转换失灵而深感懊悔和叫苦不