

大人になることのむずかしさ

长大成人的难处

带你读懂青少年成长中的叛逆、敏感与迷茫。

[日]河合隼雄 著 河合俊雄 编

梁晓兰 译



河合隼雄

河合俊雄（编）



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

ハハになることのむずかしさ

长大成人的难处

[日]河合隼雄 著 河合俊雄 编

梁晓兰 译



目 录

第一章 青年期的挫折

- | | |
|------------|-----|
| 1 离家出走的高中生 | 007 |
| 2 难以理解的孩子 | 012 |
| 3 双亲的反省 | 019 |
| 4 挫折的意义 | 027 |

第二章 长大成人

- | | |
|--------------|-----|
| 1 有社交恐惧症的大学生 | 041 |
| 2 启蒙仪式 | 048 |
| 3 现代的启蒙仪式 | 055 |
| 4 死亡和再生 | 063 |

第三章 心理和身体

- | | |
|----------|-----|
| 1 和异性的交往 | 075 |
| 2 身体的拒绝 | 086 |
| 3 超越自我 | 093 |

第四章 与人的关联

1 孤独和归属	107
2 作为日本人	116
3 家和社会	127
4 援助者的作用	136

第五章 大人和孩子

1 何谓大人	151
2 在创造的人	162
3 发现个性	168

后 记	175
-----	-----

补论：母性社会下，日本的“永远的少年们”	177
----------------------	-----

第一章 青年期的挫折

在现代社会，孩子要长大成人，非常困难，而且二者中间还夹杂着青年期¹，作为一个无比困难的中期阶段而存在。某个高中生总是对自己父母愤愤不平：父母想要自己干活的时候（比如给他们搭把手），会说“你已经不是小孩子了”；不想让自己做某事的时候（比如骑自行车），就会说“你还不是大人呢”，完全只顾自己方便。这大概就是青年的心声吧。另一方面，大人们有时会觉得，“你已经是高中生，再不靠谱点可不行”；有的时候又会认为，“明明还

1 青年期——一般指个体从14、15岁到27、28岁的时期。是个体从不成熟的儿童期、少年期走向成熟的成年期的过渡阶段。

是个孩子，说得这么大言不惭，不要紧吧”。那么，大人们应该怎样对待处于困难时期的青年呢？

本书的对象主要是父母及老师等大人，着眼于大人们应该怎样对待遇到各种问题、遭遇各种挫折的青年们。但是，本书并没有直接指示大人们该怎么做，而是希望厘清青年们的烦恼缘由。如果对后者没有深刻理解，就无法得出前者的答案。因此，本书并没有教授大人们“对待”青年的技巧，而是希望我们共同思考现代日本青年面对的各种问题。在采取这种态度时，我们不要以自己作为大人的经验去思考如何对待那些青涩的青年，而是要意识到我们自身也面临着“什么是大人”“自己是否已经是大人了”这一类的问题。希望大家带着这些疑问，和我一起思考“成为大人”这件事，这也是本书的目的所在。

作为心理治疗师，我在工作中遇到过很多遭受挫折的青年，以及他们身边的大人。为便于读者理解，本书使用了很多具体事例，但出于职业的保密要求，我对这些事例做了一定的技术性处理。同时，因为是与青年期相关的话题，所以

本书谈论的主要对象是高中生和大学生。有人可能会认为大学生已经是大人了，但如下文所述，现在长大成人是一件非常困难的事情，所以将大学生划入青年范畴是有据可循的。

在青年期，所有人都会遭受各种挫折，甚至可以说，没经历过挫折的人不是青年。下面，我将通过具体事例探讨该如何看待这些挫折。

1 离家出走的高中生

离家出走是犯罪之始——确实，有很多走上犯罪道路的少年，堕落的开端就是离家出走。少年们其实并没有想犯罪的意识，仅打算“离家出走”，但大多数人最终会沾染上恶习。因此，大人必须努力防止孩子离家出走，可事实并非如此简单。接下来，我们就根据以下事例，共同思考离家出走的问题。

模范学生的离家出走

某天，一对中年夫妇突然来访，说是有要事咨询。他们是那种一见面就会让人产生好感的人，应该具有一定社会地位。咨询的内容，是上高中的独生子突然离家出走了。他们完全没有料到会发生这种事情，因此看起来相当震惊。

以下简单总结这个故事。这对夫妇是邻居和老师眼中“热心教育，善于理解孩子的家长”，经常性地担任PTA¹干事。儿子从小就是模范学生，学习好、品行端正、待人诚恳，是父母的骄傲。这样的孩子突然离家出走，实在让人吃惊，甚至父母现在都还在怀疑他到底是不是真的离家出走。他原本成绩很好，但进入初中二年级后成绩略有下滑，这时他又提出想要加入空手道社团。父母要求他必须提高成绩后才能参加，导致他

1 Parent-Teacher Association，家长教师联合会的缩略语。

最终不得不放弃。作为父母，应该反省。之后，孩子成绩未见提高，父母又觉得学习成绩不是特别重要，就没有勉强他努力学习，只希望他能上个跟自己能力匹配的大学，将来继承家业。他们认为，品行比学习成绩更重要，因此成绩不好也不要紧，只要在品行上能起到模范作用就行了。鉴于此，他们强调自己并不像其他家长那样强迫孩子学习。听完后，我却陷入了沉思，事实真如他们所说吗？

听起来，他们确实是“好”父母，孩子也是“好”孩子，但孩子仍然离家出走了。因此，他们对我说，“一定是我们对孩子做了自己都没有意识到的坏事”“我们毫无保留全告诉您，希望您能坦率地告诉我们到底哪儿做错了”。

听了他们的话，我指出了以下两点：一、是否过于相信“孩子不好是父母的错”？现在会有父母做得好而孩子表现差的情况，也存在父母孩子都好而发生坏事的情况。二、现在都认为“离家出走”就是坏事，但这真的是坏事吗？有没有认真思考过“什么是离家出走”？对我提出的观点，这对父母感到无比诧异。因此，暂时抛开第一点，我们和这对夫

妇先一起来思考“什么是离家出走”。

什么是离家出走

“什么是离家出走”？这对父母不知该如何回答我这个问题。于是，我说：“离家出走就是离开家的意思。”“离家出走”听起来很刺耳，但换成“离开家”就好多了。我认为，人要真正自立，有必要尝试离开家一次。

其实实情是，这个高中生认为不能老是被父母宠爱下去，为了尽早自立，才毅然离家出走。放弃了向父母撒娇，独自跨入社会，能独当一面后，再和父母一起过安稳的生活——怀着这样的雄心壮志，他离家出走了。这难道不值得称赞吗？但是，我们却不能完全鼓励这一行为，因为他的雄心壮志没有任何现实意义。

大人们不能因为可以撒手不管就觉得松了一口气，还必须认识到这一行为中所包含的积极和消极的意义。如果我们拘泥

于“离家出走=恶”这一简单的公式，就会忽视高中生离家出走行为中所包含的积极意义，而采取错误的应对方式。

可是，如果他告诉父母自己离家出走的想法，父母被他的雄心打动而施以援助，也是非常愚蠢的。没有任何现实意义的雄心壮志，最终都会遭受挫折和打击。如果不考虑对策，只顾着高兴，最终会造成无法挽回的结局。

判断绝对的善和恶并采取行动很容易。但只有在相对的善恶中，充分认识这两个方面，并正面采取行动，才能打开局面。这样，我们才能认识到青年所遭受的“挫折”中蕴含的积极意义。对于一切现象，我们在简单做出善恶判断前，必须深入思考它们的意义。只有明确其意义，才能最终决定我们的态度。

思考了离家出走的意义后，因儿子突然“变坏”而惊慌失措的父母终于恢复了平静，开始仔细思考应该如何面对自己的孩子。在说明这对父母采取的行动之前，我们先来思考一下一般情况下的亲子关系。

2 难以理解的孩子

这个高中生离家出走后，去了亲戚家。亲戚接到他父母的通知，知道他是离家出走，于是阻止了他，接到消息的父母也急急忙忙赶到亲戚家。然而，儿子却把自己关在房间里，拒绝和父母相见。曾经是模范儿子的儿子对父母怒吼：

“不准靠近这房间一步！”听到这话，父母束手无策，只好急急忙忙找我商量。想起当时的痛苦，母亲说：“以前伸手就能触及的儿子，现在无论怎么努力都难以够到，他好像去了另一个世界。”这番话让我印象深刻。明明是生活在同一

屋檐下的儿子，现在却渐行渐远，亲子之间出现了隔阂。

但是，这真的是“隔阂”吗？亲子间的纽带，强韧得出人意料，并不会简单被切断。即使本人以为亲子纽带已经断裂了，它仍会以意想不到的形态凝结在一起。我们在简单说出“断绝父子关系”“两代人之间的隔阂”这些话之前，必须再三考虑这一点。

我曾听一位母亲谈起过这个话题，她的孩子正在上中学。一天，儿子罕见地邀请她一起去看电影，她很高兴，就一起去了。一路上，两个人愉快地聊着天，可半路上儿子突然沉默下来，在电影院也是分开坐着看的电影。明明是按儿子的希望做的，为什么他却突然不高兴了？母亲百思不得其解，担心遇到了什么奇怪的事情，甚至没心情看电影了。回家后，儿子却似乎心情很不错，于是晚上母亲问他，为什么半路上突然态度就变了。结果儿子说，去电影院的路上，遇到了关系不好的同学，他们正巧也要去看电影。他担心以后会被他们嘲笑“都已经是中学生了，还要黏着母亲”，因此急忙和母亲保持距离。