

打 开 心 灵

——走进男孩真实的内心世界

威廉·S. 波洛克 著

高 剑 崔 军 译

民族出版社



倾听男孩的声音

生活在现代的男孩子麻烦可大了，包括那些看来“正常”、过得不错的孩子。他们对于社会所期待的男孩子应该如何如何的混乱信息感到困惑，甚至在成人之后还深受其扰，很多人感觉到无来由的忧郁与孤独。新的研究表明，现在的男孩子比以前的男孩子情况更糟，与女孩子相比也是如此，许多男孩子自尊心受挫，罹患忧郁症，甚或自杀比率也节节升高！我们的儿子们正处于急迫的危急当中！

我们现在知道，一些女孩子在进入青春期时，就失去了自己，不仅是迷失了自己，也让我们觉得困惑。这多半是社会对于女性性别角色刻板化的结果。也由于这些先见之明的激励，我们开始协助女性争取更多的自由，说出自己想说的话。女性的声音被听到之后，也因此觉得自己是有力的，可以让自己在成长阶段，有更多更好的机会发展能力、发挥所长！

但是女性们的兄弟又怎么样？我们儿子们的命运又如何呢？

在过去几年里，我与其他从事青少年工作的专家们渐渐注意到：那些表面看来似乎一切正常的男孩子，内心却忍受着煎熬！他们觉得困惑、孤独与绝望，他们觉得与内在的自我无法保持一致，与父母双亲、兄弟姐妹和同龄人之间也是如此！许多男孩子觉得孤单，而这种孤单的感受，不仅是在童年时代如此，甚至延续到成年。

我一直想要了解男孩子对于自己生命、生活的真实想法，试图进入他们男子气概面具后面去探讨实情。男孩与成年男人戴着的这个面具，是用来隐藏内心真实的感受的，目的是要留给世人强悍、坚忍与强壮的印象，然而事实上他们却觉得相当寂寞与害怕！这本书是聆听男孩子说话以及自他们身上学习的成果展现，也希望可以思索出一些方法来协助他们成为更快乐、更成功的男孩与男人！

男孩子的基本天性是什么？男孩女孩有什么不同？相同的地方又在哪里？对于男孩子，在学校、游戏时、运动场上与朋友之间，在青春期与家人的关系中，



我们应该期望他们的是什么，而他们希望的又是什么？当男孩子面临生活中的挑战，像父母离婚、沮丧、暴力等等情况时，又会发生什么事？这些都是我研究的问题，也将在本书中陆续谈到。

我相信对于我们大多数人来说，当我们谈到有关男孩子的议题时，都站在一个不太有利的立场。因为我们对于男孩子的观念，受到社会对于男孩子的曲解的影响太大了。在过去几年中，有许多男性角色的楷模出现，然而也被融入了刻板印象的框框中。

对于年幼的男孩子认识的一个谬误是：他们是顽皮捣蛋、不知轻重的小家伙，爱跑、爱闹，口袋里装满敝帚自珍的垃圾，身边跟着一只活蹦乱跳的小狗，认为女生是很“恶”的动物，喜欢去钓鱼或是骑脚踏车。而一些青少年呢，是以自我为中心的，整天沉浸在运动、车子、性的幻想世界，特别是要酷！他表现得很强悍、违反常规、顶撞师长，他宁可和他的一干朋友消磨时光，也不想和家人在一起！

然而，当你了解男孩子后，你就会明白这些刻板印象是错误的，像其他的刻板印象一样。即便如此，这些刻板印象的渗透力是如此之大，严重地影响着男孩自身以及你与他们之间的关系。

这些谬误与成见不仅阻碍了男孩子的发展与我们养育他们的方式，也让他们的能力不能得到最好的发挥。

这些谬误随着新资讯的陆续出现而慢慢消逝，但是许多相关资讯，却不是学术界之外的人可以获悉的。我将会在本书中让你们知道：即使是谬误，也包含着若干的真理，这也是为什么谬误得以持续的原因，而真正完整的事实却是更为复杂，也更令人乐观的！

《打开心灵——走进男孩真实的内心世界》是依据我二十年来在迈克兰医院男性中心担任主管的工作经验、担任哈佛大学医学院教职、美国心理学会男性与男性心理研究中心的创始成员与身为男人的个人经验而来。本书大部分的资料是取自我与哈佛大学医学院同仁的新近研究“倾听男孩子的声音”，我们研究了好几百位青少年，观察他们在不同情境与在实验室中的表现，也与他们的父母谈话。这个研究是希望可以收集到时下男孩的最新资料，得到他们最真实的回答。所概括的范围不只限于在家中、学校与朋友的日常生活经验，也发掘了他们复杂又深沉的内心情感世界。



“倾听男孩的声音”中的许多发现，增加了很多新的证据来支持我担任心理治疗师时的经验与信念，也就是：许多男孩子是深受困扰的。在把许多研究发现与统计资料纳入研究的课题之后，我们看到的这一幕景象更是惊人！

想想看：在教育体系中，有比女孩子多出两倍的男孩子被贴上“有学习障碍”的标签，占了特殊教育中的67%；在有些学校中，一些男孩子比女孩子更容易（有将近十倍之多）被诊断为有情绪上的困扰，特别是ADD（Attention deficit disorder，多动症，此类孩子在接受治疗过程中要忍受许多严重的副作用）。当女孩子在科学与数学上有显著进步的同时，男孩子在阅读方面的表现仍不尽如人意，且几乎毫无改善迹象。最近的研究指出，男孩子的自尊心不仅较女孩子脆弱，在学习上的自信心也易遭受到打击，男孩子更容易有纪律上的问题出现。

男孩子在校外也会碰到严重的问题。时下男孩子忧郁的情况日益突出，统计资料告诉我们：有比女孩子多出3倍的男孩子（除性侵害之外）更容易成为暴力的受害者，也有4~6倍之多的男孩子会自杀。在1997年夏天，在我住家附近，通称南波士顿的地方，有一连串的自杀事件发生，这些自杀事件都发生在同一社区，而且是在同一个夏天发生，自杀死亡的也都是清一色的男孩子！

为什么？到底发生了什么事？这也是本书要探讨的主题之一。

我会谈到社会是如何、又为什么把男孩子放在“性别束缚”的处境之中？因为没有意识到这样的情形，社会就以过时的理想来要求、评判男孩子，要他们成为怎么样的男人！

然而，如果男孩子们不依循这些想法，社会大众总是有法子来“羞辱”他们，逼他们就范！把一个男孩子束缚在这种框框内，社会不仅限制了他情绪的发展、思考的能力，也让他无法自由开放地表现自我，当然也就不能在我们现存的诡谲多变的世界中成功生存！

问题不在于我们介绍他们进入现实世界——这是一般父母应该做的，问题是我们要怎么做？我们期待他们独立，却没有给他们充分的准备，更不要说提供情绪上的支持与足够的机会让他们表达感受，而且通常不给他们有回头或改变的机会！我们不能忍受拖沓，不愿听他们抱怨，那是因为我们相信“切断联系”是很重要的，甚至是由男孩变成男人的过程中的“关键”！我们对女儿没有类似的要求。事实上，如果我们以同样方式，在很少协助与辅导的情况下，强迫女儿们独立，我们可以想像其结果是很可怕的！



我相信男孩子们会对自己的懦弱觉得可耻，因此就伪装自己的情绪，甚至是真实的自我，这种不必要的“脱离”（脱离家庭，然后是脱离自我），造成许多男孩子觉得孤单、无助、恐惧。但是社会的这种普遍的误解，并没有给这些情绪留空间，因此男孩子们也认为自己没有资格拥有这些情绪。他没有办法谈论自己感受到的失败，他觉得很丢脸，但是他不能说，时日一久，他的敏感度就蛰伏在意识层面之下，甚至想都不想，一直到他连自己都碰触不到为止！也是经过这些，男孩子已经“坚强”起来，就如同社会所期待的一样！

我们以传统的方式来造就男孩，也同时期待他们可以符合一些现代的标准，尤其是在人际关系的要求上。总而言之，我们既要他们成为敏感的新世纪好男人，也要他们酷得可以，怪不得许多男孩子会因为这个双重标准而觉得困惑。

所有的这些谬误，加上社会的刻意渲染，就成了不成文的“男孩模式”。所谓的模式就是一组行为、行为标准、文化上特有的语言或习惯，甚至是特殊用语。这些都是社会三令五申，在男孩出生之日始就加诸在男孩身上的。实际上，我们好像是拿着一面镜子给我们的男孩，而那面镜子反映出的是一个经过扭曲、不合时宜的理想男孩的形象，而这个形象却让我们的孩子觉得要达成就得承受莫大的压力。当一个男孩试着想在镜中看到自己真实的样子、真实的自我时，却不可能了！也许稍后他会感到挫折、沮丧或气愤，甚至变得有暴力倾向，也就不足为奇了。

我想要通过这本书来协助家庭、学校以及男孩自己能更了解真正的男孩是什么，更重要的是帮助男孩子们在我们的社会中茁壮成长，获得成功。

在本书的第一部分，我通过男孩子本身的话语和故事，探讨了有关男孩子的错误认识与概念，以及男孩的真正本性。在第二部分中，我讨论的是如何协助男孩打破社会所加诸的性别束缚，表达他们的真正感受，并且在一个困难重重的世界里能够成功得像自信、开明，又肯关怀他人的年轻人！在第三部分，我提出了男孩模式中比较严重的一个结果——沮丧（包括自杀危机）、暴力以及离婚，强调我们不但可以觉察出这些问题，也可以在男孩的生活中产生正面的影响！在结语部分，我提出一些意见，可以用来加强与男孩子的沟通，以积极的态度，来替代旧的、不适用的男孩模式。

虽然要分辨并不容易，许多青少年男孩（就像青春期的女孩一样）遭受着自信心低落与认同的危机，然而男女孩的痛苦却有基本差别：他们的声音在公开场



合上不被注意和认同，但是女孩们还可以在私底下告诉其他人有关自己的痛苦和不安安全感；相反的，男孩们可能会表现出很虚张声势或夸张的样子，但是在私底下跟家人或朋友，也很难表达真实的自己。他们说话的声调也许听起来强而有力、很大声，但是也许不能吐露出真正的心意。而相对地，大部分的男孩不管是在公共场所还是私底下，一向都表现得很有自信又满意的样子，甚至会吹嘘自己的能力。当我们开玩笑说男人即使迷路了，也不愿意去问路的同时，却有那么多男孩觉得去获得他们亟需的情绪指引是那么遥不可及！这可一点也不好笑！

我们应该怎么来面对这些挑战呢？我们又应该如何协助当今的男孩适应今日的世界与社会环境？去学习以新的方式来看周围世界、与人接触？我们又要如何让他们说出实情，让他们相信我们，让我们进入他们的内心世界，协助他们生活得更充实自在？

我们在本书中会讨论得很详细，同时我们也会知道可以做哪些事来支持他们，与他们沟通，我们可以更明了我们内心对于男孩的许多刻板印象，并且有意识地把这些刻板印象除去。我们可以学会如何认出一些特别字眼是男孩们碰到困扰，却无法谈论时所使用的。我们也可以学会如何让孩子在没有压力与要求之下，找出一个安全地点，让他们自由表达自己，说出想说的话。我们可以更正确地预期哪些情境可能会让他们觉得自己容易受到伤害，甚至恐惧。像是第一天上学、大考将临、第一次约会、上体育课、朋友生病、亲密关系破裂、搬新家、去看医师、青春期开始，我们也会想办法来让他们事前做些准备工作，也允许他们在事后谈谈感受。最重要的是：我们可以依据新的角色典范，来教他们如何与他人沟通。

只要我们愿意放手，男孩本身可以引领我们进入这个过程。在这本书里，我会让你听到真正新好男孩的声音，他们有这么多话要对我们说，也同时教导我们，关于他们自己、他们的内心世界以及他们每天的生活。许多男孩在这本书中都开口说话了，他们像是引导我们，告诉我们他们真正需要的是注意、爱、倾听与关怀。当你看到男孩面具背后的事实真相，你将会发现他们道出了自己是谁、感受是什么以及他们眼中的世界是什么模样！

威廉·S. 波洛克

目 录

第一部分 真实男孩	(1)
第一章 男孩的世界	(2)
男孩模式	(2)
性别的束缚	(4)
奥菲莉娅的兄弟	(5)
如何看到面具的背后	(6)
可预期的转变的准备工作	(7)
分离的羞愧与创伤	(8)
社会对男孩的新期待	(10)
与一半的我生活——英雄的那一半	(10)
男孩的自尊	(12)
学校与了解两性的必要	(13)
第二章 分离重创和与男孩的沟通	(15)
分离重创与羞辱	(15)
男孩模式与四条原则	(18)
孤单与羞愧	(20)
过早的分离导致孩童期的创伤	(21)
羞愧是情绪断裂的后果	(25)
在梦魇中成长	(27)
多动症与宣泄行为	(29)



太早分离的影响	(30)
愤怒是男性可以容许的感受	(34)
羞愧恐惧的男孩如何成为强悍的男人?	(35)
强悍的危险性	(36)
协助男孩子重新建立沟通	(37)
第三章 真实的男孩	(41)
睾丸素酮的误解	(43)
沟通的力量: 父母对男孩心智的影响	(44)
第四章 男孩如何与人沟通	(51)
男孩的爱与渴望	(51)
行动的爱	(52)
间接的接近方式	(52)
保护的爱	(53)
通过工作表达爱	(55)
维护正义也是一种关爱方式	(56)
男孩对女孩表现关爱的尊重	(57)
第二部分 与男孩沟通	(59)
第五章 母亲的威力	(60)
爱永不嫌多	(60)
男子气概的双重标准	(60)
母亲的力量和爱	(61)
母亲要做的是什?	(62)
儿子与母亲的亲密方式	(63)
男孩子的真实自我	(66)
单亲母亲的儿子	(68)
修正对男孩的固定思维	(71)
与父母亲的沟通	(73)
健康的母子关系	(74)
适时沉默	(76)



父母亲共同协作	(78)
让男孩子面对真实的世界	(80)
第六章 真正的父亲/真正的男人：父子间的理解关系	(85)
父子间的游戏	(85)
父亲与儿子的相互理解	(86)
持续的父亲效应	(88)
不同的联系方式：行动之爱	(89)
当爸爸的爸爸缺位时	(90)
工作至上的倾向	(92)
表现很男性化的父亲的误解	(93)
父亲是最重要的照顾人	(94)
只赢不输的父爱	(95)
单亲父亲	(97)
他是谁比他像什么更重要	(99)
发展你自己的育儿形态	(100)
父亲的四种类型	(100)
真正的男人应适时表达自己的情绪	(101)
第七章 成长、变化与性	(103)
成为男人的第一步	(103)
男性的双重标准	(105)
双重标准与性欲	(106)
男孩子的性欲	(110)
药物幽灵	(112)
父母亲的应对	(113)
来自同伴的压力	(114)
外在和内在的自我	(117)
痛苦的男性期待	(120)
沟通的力量	(125)
偶像的力量	(126)
父母亲和家人的力量	(128)



第八章 男孩子与朋友的世界	(132)
独行侠的误解	(132)
男孩子帮男孩子	(133)
性别束缚与同性恋恐惧	(134)
男孩之间的亲密与女孩之间的亲密	(137)
偏见与盲点	(139)
男孩的友谊	(142)
男孩与女孩的友谊	(142)
第九章 同性恋问题	(149)
同性恋是人类性欲的正常表现	(152)
同性恋的根源	(153)
对同性恋儿子怎么办?	(156)
灰色地带	(159)
如何面对同性恋	(162)
男孩与艾滋病	(164)
第十章 学 校	(166)
一个全新的世界	(166)
男孩子的自尊	(168)
老师与男孩子之间的情绪阻隔	(171)
教室里的性别束缚	(172)
男孩子的学习形态	(174)
解决之道	(177)
为男孩子找寻适当的教育方式	(178)
“多动症”	(181)
多动症的误区	(183)
让男孩子发出自己的声音	(184)
学校与学校系统可以做些什么	(187)
第十一章 运动：游戏与转型	(192)
似是而非的运动	(192)
运动是男孩子转型的过程	(193)

教练是一个人很好的角色模范	(198)
第三部分 当树枝折断	(202)
第十二章 哈姆雷特的诅咒：男孩的忧郁与自杀问题	(203)
大男孩不哭的误区	(205)
忧郁症	(206)
忧郁症的生理因素	(207)
了解男孩子的悲伤与忧郁	(209)
男孩子忧郁症的诊断	(214)
你看得出男孩子在忧郁吗？	(216)
破坏大王	(221)
自杀问题	(222)
我们能做什么？	(223)
第十三章 暴 力	(227)
男性暴力的根源	(227)
可能会从欺凌行为开始	(229)
我们能做什么	(232)
学校里男性与女性的刻板印象	(233)
对儿子的关爱是解决暴力问题的关键	(234)
营造出没有暴力的环境	(237)
校园霸王	(239)
媒体渲染的暴力	(240)
控制愤怒与攻击性行为	(242)
第十四章 离 婚	(244)
第三度创伤	(244)
学会解读行动的“指标”	(248)
单亲家庭中的妈妈们	(250)
离了婚的父亲	(253)
离婚家庭的社会印象	(255)
离婚家庭中的男孩子	(256)



为男孩子营造安全空间	(257)
同学和老师的作用	(259)
第四部分 真正的男孩与真正的男人	(263)
结语 “新好男孩” 模式	(265)

第一部分 真实男孩

我记得那些萦绕在少年脑海中的微明与幽暗，
心中的歌唱与沉默，
有些是预言，
而有些是狂热的期望与虚妄。
那首断断续续的歌谣声音，
一直在唱着、永不停歇。
“男孩的意志就像风，
年少的思绪好长好长。”
有些事我也许不会说，
有些梦不能消亡，
有些想法会让坚强的心衰弱。
颊上的苍白，
眼前的迷雾，
以及那首致命歌曲的歌词，
像冰冷袭来。
“男孩的意志像风，
年少的思绪好长好长。”

——朗费罗《我失去的青春》



第一章 男孩的世界

“我心里有点不愉快。”亚当说，“但是我很会掩饰，就好像戴着一张面具一样。即使那些小孩骂我脏话、讥笑我，我也永远不会让他们看到我的心正在流血！”

男孩模式

亚当是个十四岁的男孩，他母亲在参加过我主持的一个有关男孩与家庭的讲座之后，找我帮忙。她告诉我亚当在学校表现得很好，但是她现在觉得好像有什么事不对劲了。亚当被选上参加一个特殊才艺学生课程时，他觉得很有信心，因为这个课程只在学术声望很好的学校才有，而不是亚当现在就读的学校；新学校坐落在一个很有钱的区域，远比亚当现在住的社区要好，亚当的母亲很高兴儿子有资格被纳入这个课程，更高兴的是他还拿奖学金！亚当就这么开始了他的新生活。

在我们谈话的时候，哈里森太太的喜悦之情转成了担忧，因为亚当在新的学校表现不佳，他的成绩平平。在期中考的时候还接到数学可能会不合格的警告，然而亚当还是坚持“我很好，一切都很好。”他在学校或家里都是这么说的。亚当的母亲觉得不解，新学校的辅导老师也很困惑。“亚当似乎很快乐，没有抱怨什么。”辅导老师是这么说的。“但是一定有什么事不对了。”亚当的母亲试着同亚当谈，希望能找出他在烦恼什么而导致功课不佳。“但是我问得越多，”她说，“他就越是否认。”

亚当是个安静害羞的孩子，看起来比他的实际年纪还小。在他聪慧的蓝眼睛里，我看到了痛苦——一种我不能轻易觉察到的忧郁，我曾经在许多不同年龄的



男孩子身上看到类似的表情，包括许多在这个“倾听男孩子声音”研究里的男孩。亚当看起来很小心翼翼、害怕受到伤害、封闭、自我保护意识很强，而最重要的是：他看来好孤单啊！

他的母亲继续说。有一天，亚当带个黑眼圈回来，她问儿子发生什么事了，“只是不小心。”亚当啜嚅地说，他的眼光低垂，仿佛觉得有罪恶感或丢脸的样子，他母亲更进一步询问，她告诉他她知道发生了什么事情，而且是不愉快的事，然而不管是什么事，他们都可以解决，都可以一起面对。突然间，亚当的泪水像决了堤一样，而一直放在心里的事就倾囊而出了！

亚当在学校被人嘲笑，在校车上有人找他麻烦，还在校园被逼着找碴、打架。“嘿，废物。”一个男孩这么对他叫，“你不属于我们这里！”另一位上高中的校园霸王这么嘲弄着：“你干嘛不滚回你自己的地方去？”而这些嘲弄后面通常会伴随着肢体冲突出现。亚当发现自己必须自卫，“但是我从来不是先动手的人！”亚当向母亲解释道，“我不想让他们知道他们可以伤害别人，我不想在众人面前丢脸！”

我转向亚当。“你对这些有什么感受？”我问，“你又是如何处理气愤、挫败的感受？”很悲哀的是，他的回答是强力克制，这也是我在接触男孩子内心世界时常常听到的一个反应。

“我心里有一点不愉快。”亚当承认，“但是我很擅长隐藏这些，就好像戴着一副面具，即使那些孩子骂我脏话，或是讥笑我，我也从来不会表现出来我的心正在流血，我把一切都放在心里面！”

“你又是怎么处理那些悲伤的感觉？”我问道。

“我会放在心里面煎熬，一直到再也受不了了，就爆发出来！就好像精神崩溃一样，大喊大叫，但是我只敢在自己家里的房间里这么做，那里没有人会听到，也没有人会知道！”他停顿了一下，“不幸的是，我认为这些都是来自我父亲的遗传。”

亚当所做的正是许多男孩子都会有的反应：他躲在一个面具之下，用这张面具来隐藏自己最深刻的思维与感受——他真正的自我——不让任何人知道，即使是跟他很亲近的人。这张男性的面具让亚当可以大言不惭（即使是不正确）地对全世界宣称：“我可以处理，一切都很好，我是无敌的，无坚不摧！”

亚当就像其他男孩子一样，戴着这张面具，当作无形的盾牌，用来展现给世人一种虚假的自信与勇气，同时把他感受到的因为脆弱、无力与孤单的羞愧隐藏



起来。他无法独立处理学校里发生的事（很少十四岁的孩子能够），而他也不知道该如何求助，甚至是向关爱他的人求助，结果就造成了亚当的不快乐和学业上的表现落后。

我看到许多时下的男孩子就像亚当一样，活在一张男子气概的面具之后，把自我隐藏起来以符合社会对他的期盼。他们认为必须把社会教给他们的、不被男孩或男性接纳的感受给切断，比如害怕、不确定、孤单与有所需要。

许多男孩子也像亚当一样，认为应该独自解决所面临的问题，一个男孩是不应该伸手向人求助的，不管是向家人、朋友、心理咨询师，或是教练去寻求协助、安慰、了解或是支持；也因此他就不能与爱他、渴望与他有人性温暖接触的人们有亲密的关系，而这种温暖的接触，正是每个人所需要的。

对于我们这些站在外面想要对他们有所帮助的人来说，有困扰的男孩可能看起来是无忧无虑、朝气蓬勃的，其实他们内心中却潜藏着不适合男性形象的许多感受：觉得困扰、寂寞、恐惧和绝望。男孩子是如此有技巧地戴着这张面具——事实上他们甚至不知道自己在这么做——以至于当他们在学校碰到问题，友谊出现裂痕，甚至被欺负、心情沮丧、想要自我了断的时候，别人都很难觉察出来！问题只有在他们被逼得没有退路了、在学校闹事了、开始与朋友争吵、吸毒或酗酒、被诊断有忧郁症或多动症、突发式地卷入打架滋事，或是像亚当一样带个黑眼圈回来，才变得明显！举例来说，亚当的母亲并不知道儿子出了事，一直到儿子眼睛肿着回家才注意到，其他的她只知道儿子是成绩不理想而已。

性别的束缚

很多年前，我刚开始进行有关男孩子的研究，我的假定是：既然我们已经开始重新修订对女孩子与女性的想法，应该也会对传统的男孩、男性角色与男子气概重新做评估才对。但是经过了这么多年，我的研究结果却发现：自19世纪以来不合时宜、太多限制的旧式男孩模式，依然势力强大地在影响着现在的男性！更令人惊讶的是：即使是在最先进的学校、最平等的社区家庭等各个地方，这个“男孩模式”仍然持续影响着大家，包括男孩本身、他们的父母师长以及整个社会。我们无一幸免！几乎是根深蒂固了！我也曾经发现：尽管我很明白男孩模式的错误，我自己也曾陷于遵循男孩模式的行为中，我有时不承认自己情绪上遭受



极大的痛楚，而事实上却是：我强调一切如意，却知道事实并不然。

这个“男孩模式”置男孩与男性于性别的束缚中，不仅限制了男性自己，还有其他的人，让我们更加不人性，结果造成我们视自己为陌路，彼此也成了陌生人，至少是不像我们渴望中那么亲近！

奥菲莉娅的兄弟

在莎士比亚的《哈姆雷特》一剧中，奥菲莉娅是年轻丹麦王子的爱人，因为哈姆雷特对于父亲的死极为难过，于是就背叛了奥菲莉娅，奥菲莉娅也在绝望之际选择了自杀。最近几年，在一本有关青少年女性的书——《奥菲莉娅的复活》中，把奥菲莉娅视为一个饱受困扰的女性象征，但是哈姆雷特呢？奥菲莉娅的兄弟们呢？

哈姆雷特的情形比奥菲莉娅好不了多少，与自己疏离，也与双亲疏远，他深受怀疑所扰，也会突然爆发不能控制的脾气，他慢慢觉得被孤立、可怜、孤单，而那些关爱他的人却永远不能了解他，最后，他就死于不必要的悲剧之中。

我们关爱的男孩和我们珍爱的女孩是很像的，他们常常觉得自己似乎应该过一种“半真诚”的生活，过一种必须掩饰自己的真我与感受的生活。研究显示他们之所以这么做，是因为希望可以被他人接受与关爱。我在“倾听男孩的声音”研究中所看到的男孩，通常不只是隐藏了他们许多的感受，还包括他们的创造与独创力，他们只展现出了他们的一些主要颜色，而不是所有的颜色及他自己的本色。

这种“男孩模式”是如此根深蒂固，又这么微妙，因此它所造成的后果可能让深受影响的男孩丝毫不觉自己早已耳濡目染。事实上他们可能根本不知道有“男孩模式”的存在，除非他们违反或忽略了其中的规定。然而当他们违反了男孩模式时，社会就会以迅速强硬的方式，让他们明白！不是来自兄弟姐妹的揶揄嘲笑，就是父母或师长的斥责，要不然就是被班上同学排挤。

但是，事情其实不必演变成这样。如果亚当的父母与善意的学校知道如何协助他，让他觉得表达感受是很安全的话，甚至从进入新学校就会有的焦虑感开始着手协助，亚当是可以免于这些痛苦的。这可以让亚当减轻进入新学校所感受到的自然焦虑，而不是让亚当独自去坚强面对，表示“一切都没问题”。