

《纽约时报》畅销书榜第1名  翻译成23种语言，全球畅销1000多万册！

大众心理学的地标之作，首次揭示一种危害男性成长的心理现象！

The Peter Pan Syndrome

彼得潘综合征

那些长不大的男人

如果你是一个女友或妻子，这本书就是给你的

如果你是一个男孩的父母，这本书就是给你的

如果你是一个17~50岁的男人，这本书就是给你的

[美]丹·凯利 博士/著 李凤阳/译

北京联合出版公司



The Peter Pan Syndrome

彼得潘综合征

那些长不大的男人

[美]丹·凯利 博士/著 李凤阳/译

北京联合出版公司



图书在版编目 (CIP) 数据

彼得潘综合征：那些长不大的男人 / (美) 凯利著；
李凤阳译. —北京：北京联合出版公司，2012. 3
ISBN 978-7-5502-0584-0

I. ①彼… II. ①凯…②李… III. ①心理学—通俗
读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 037420 号

THE PETER PAN SYNDROME: MEN WHO HAVE NEVER GROWN UP

Copyright ©1983 by Dr. Dan Kiley

Published in the United States by Avon Books, a division of The Hearst Corp., New York

Simplified Chinese edition copyright ©2012 Beijing Tianlue Books Co., Ltd.

All rights reserved.

彼得潘综合征：那些长不大的男人

作者：[美] 丹·凯利

译者：李凤阳

选题策划：北京天略图书有限公司

责任编辑：李征

特约编辑：许志

责任校对：杨娟

北京联合出版公司出版 (北京市朝阳区安华西里一区 13 号楼 2 层 100011)

北京市业和印务有限公司印刷 新华书店经销

字数 215 千字 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 16 印张

2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-0584-0

定价：28.00 元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有，侵权必究

本书若有质量问题，请与本公司图书销售中心联系调换。电话：010-65868687

前 言

它并不威胁生命，所以它不是一种疾病。但是，它危害人的心理健康，所以它并不仅仅是一种麻烦。它的症状众所周知，所以我不能将之称为我的一个发现。但是，其本身的状态从来没有被揭示过，所以本书绝不是老调重弹。

“它”是一种新的心理现象。它无法归入任何已知的类别，但没有人否认它的存在。在我从事的行业中，我们称这种异常现象为综合征。在标准行业术语中，综合征是指以某种社会模式表现出来的一系列症状。我想要告诉你的，是一种在我们的社会中正在造成大量问题的综合征。我们都知道它的存在，但至今还没有人给它命名或做出解释。

我研究这种综合征已经很多年了，一直在试图搞清楚其错综复杂的因果关系。在很长一段时间里，我一直怀疑这是个案；然而，在过去的 20~25 年间，由于现代生活的压力恶化了其诱发因素，这一问题的发生频率有了急剧增加。毋庸置疑，在可预见的未来，情况还将会进一步恶化。

我的第一个临床病例就是这种综合征的受害者，尽管我当时没有意识到。那时，我和军队的人一起工作，为空军中那些遭受成长困扰的年轻成年人提供咨询。

他的名字叫乔治，22 岁，但看起来就像是一个十岁的孩子。他

的情绪表达很夸张，与其年龄不符并且很可笑；他的话很多，但说出来的东西却很少。在他这个年龄，应该过自己的生活了，而他却还在向往无忧无虑的高中生活。我想他会走出这种对成年的恐惧。但直到今天，我也不知道他是否做到了这一点。

多年来，对青春期的孩子、大学生和年轻已婚夫妇的咨询经验，丰富了我对成年过程中的烦恼和磨难的了解。这让我逐渐明白了，相当数量的年轻男性并没有真正走向成年。有些事情出现了问题。

本书关注的是那些从未长大的成年男性，关注他们是怎样走到这个境地的，以及对此应该怎么办。当你读完本书前两章时，你就会发现你身边谁在受着这种综合症的折磨。当你对这个人的行为突然能够理解之后，我想你肯定会恍然大悟：“啊，原来如此！”

在十八九岁到二十岁出头的时候，这些男人沉迷于冲动的生活方式。自恋使他们看不到外面的世界，一种不现实的对自我满足的追求使他们相信，他们能够并且必须去做自己幻想的任何事情。之后，经过几年对现实的笨拙适应，生活似乎颠倒了过来。“我想要”被“我应该”取代了。寻求他人的接纳，似乎成了他们找到自我接纳的唯一方式。他们的大发脾气被伪装成了有男子气概的果敢。他们将爱当成理所当然的，从来认识不到如何通过付出爱来得到爱。他们自认为是成年人，但实际行为却像被宠坏的孩子。

一个聪明、善解人意的孩子要变成一个不成熟的、愤怒的成年人，是需要时间的。父母有许多机会扭转这一过程；因此，本书是为父母们写的。但是，妻子和恋人有很好的机会将这些“永远”长不大的男人在“某一天”变为成年人，因此，本书尤其是为那些与这种综合症的受害者有特殊关系（无论是婚姻关系或是其他关系）的女性而写的。那些能对受害者的生活产生影响的朋友和亲戚也能给他提供帮助，因此，本书也是为所有相关成年人而写的。

最后，一个男人要想通过自己的努力长大，任何时候都不太晚，

因此，本书也是为这种综合征的受害者本人而写的。

无论你是一位妻子、恋人、父母、祖父母，或只是受害者的一个朋友，你都能帮助他，无论他的年龄有多大。在你努力理解他时，要记住：要爱这个孩子，因为他不爱自己；要信任这个男人，因为他不信任自己；最重要的是，要倾听他，因为他不会倾听自己。要战胜这种折磨，他必须跨越世间最远的距离——他的口耳之间的距离。

目 录

前 言

第一部分 概 述

- 第 1 章 你认识这个“孩子一样的男人”吗? / 3
- 第 2 章 成人彼得潘综合征患者:一个测试 / 11
- 第 3 章 彼得潘综合征概述 / 19

第二部分 彼得潘综合征

- 第 4 章 不负责任 / 37
- 第 5 章 焦 虑 / 55
- 第 6 章 孤 独 / 79
- 第 7 章 性别角色冲突 / 91
- 第 8 章 自 恋 / 109
- 第 9 章 大男子主义 / 123
- 第 10 章 爆发期:社交无能 / 133
- 第 11 章 30 岁之后:绝望 / 151

第三部分 做出改变

第 12 章 给父母们的建议 / 163

第 13 章 给妻子和恋人的建议 / 191

第 14 章 给朋友和兄弟姐妹的建议 / 219

第 15 章 给患者的建议 / 229

第一部分

概 述

第1章

你认识这个“孩子一样的男人”吗

胡克船长：“你有别的名字吗？”

彼得·潘：“有，有。”

胡克船长（急切地）：“是蔬菜吗？”

彼得·潘：“不是。”

胡克船长：“矿物？”

彼得·潘：“不是？”

胡克船长：“动物？”

彼得·潘（和一个同伴商量了一下后）：“是的。”

胡克船长：“男人？”

彼得·潘（语带不屑）：“才不是。”

胡克船长：“男孩？”

彼得·潘：“是的。”

胡克船长：“普通男孩？”

彼得·潘：“不是。”

胡克船长：“神奇男孩？”

彼得·潘（他的回答让温迪非常苦恼）：“是的。”

你认识这个人吗？论年龄，他是个男人；论行为，他是个孩子。

这个男人需要你的爱；这个孩子却需要你的怜悯；这个男人渴望与人亲近；这个孩子却害怕被人触碰。你若是看穿了他的骄傲，就能看到他的脆弱。你若是看透他的冒失，便能感受到他的恐惧。

你自以为很了解这个人，但你实际上根本不了解他。这种矛盾令人烦恼。你琢磨不出这到底是为什么，甚至很难找出问题所在。但是，你可以看看自己的孩子或朋友的孩子，然后问问自己：“要是这个男孩身体长大了，但心智不长大，会怎么样呢？”

这个“孩子一样的男人”正遭受着一种严重苦恼的折磨。如果他得不到帮助，他的生活就会慢慢地恶化。他并没有精神疾病，也并非不能在社会上生活。然而，他很悲伤。他把生命看成是浪费时间。他极力用快乐和对运动的喜爱来掩饰自己的悲伤。许多情况下，他的这种花招至少能管用几年。但最终，那些爱他的人会对他的不成熟感到失望。这种失望似乎毫无道理，对他的反感也显得有点草率。但是，如果你目睹了他们看到的一切，你就能理解他们为什么想摆脱他了。

你的任务就是要识别出这个“孩子一样的男人”。越早识别出来，你能帮助他的机会就越大。他可能是你的儿子、你的丈夫、一位叔叔、某位堂兄弟。或者，他可能是你的一位朋友、邻居、或同事。又或者，如果你是一个男人，他可能就是你自己！无论他是谁，他都不会认为自己需要你的帮助。他不愿接受帮助，因为他不知道自己需要。他太习惯于将人生视为一个空空的大山洞了，以至于他认为自己那“我不在乎”的态度是正常的。如果他敢于关心他人，这种不和谐将会使他的内心翻江倒海。因此，他宁愿选择漠不关心，以求得内心的安宁。

你很可能到他们的年龄再大一点的时候，才能识别出他们。他们的年龄与心智之间的不相称，是你最先看到的线索。一旦你找出了他们的问题，你便可以采取措施帮助他了，或者至少避免加剧他的困扰。一旦你了解了他所受折磨的复杂性，你便能够看出问题的早期警告信号了。如果你碰巧就是这样一位正步步迈向麻烦的孩子

的父母，你便可以学会如何彻底阻止这只怪兽。

这种折磨在一个男人的人生早期就开始滋长了。也许此刻，你的周围就有一些孩子正在迈向这个危险的阶段。他可能是邻家的男孩，可能是朋友的孩子，也可能是教会青年团体的主席，或甚至是你的儿子。你跟这个男孩的关系越近，阻止这种痛苦发展的机会就越大。

要识别这种“孩子一样的男人”，需要三个步骤。这三个步骤可以确保我们客观地评价一个男人，因此，它具有不受个人情感影响的特点，很像用以学习经典案例的一本心理学教科书。

首先，要确定你的观察范围。这个范围包括你的家里、你生活的社区、你的工作场所，以及你度过大量时光的任何其他地方。你和别人密切接触的任何地方，都可能看到这种人。你可能在派对上看到这种人，在邻居聚会上、家庭野餐时或在你隔壁的办公室看到这种人。如果你是个敏感的父母，你还可能在餐桌上看到这样一个“孩子一样的男人”的袖珍版。如果你是一个正沐浴爱河的女士，你可能在自己的床上看到他。如果你是个善于思考的男人，你还可能在镜子中看到他。

第二，要假定自己是一名社会侦探。用下面经典案例的社会原型，来搜集一些初步证据：

彼得潘综合征患者的社会原型：

- **性别：**男
- **年龄：**12~50岁
- **病历：**

12~17岁：四种不同发展程度的基本症状：不负责任，焦虑，孤独，性别角色冲突。

18~22岁：“否认”发展成了自恋和大男子主义行为。

23~25岁：爆发期，患者可能会寻求帮助，他们会抱怨生活的种种不如意，但到底怎么不如意又说不清。医生或心理治疗师通常会认为这是正常的。

26~30岁：患者进入延续期，扮演着“成熟的”成人角色。

31~45岁：患者结婚成家，有了孩子，工作稳定，却遭受着绝望的折磨，这使得他感到生活枯燥、单调。

45岁后：随着更年期的临近，抑郁和焦虑加剧。患者可能会反抗自己不想要的、毫无意义的生活，试图回到青年时期。

- **社会经济阶层：**中上阶层。

- **外表：**对相知不深的人来说，他风度翩翩，讨人喜爱。他脸上总带着讨好的微笑，能给人留下很好的第一印象。

- **经济状况：**年轻一点的患者很少能自食其力。在20岁出头时，他们要么还和父母生活在一起，要不就从父母或其他地方拿钱，勉强糊口。年纪大一点的，自身收入或许有保障，但自己感觉并不如此。他们通常很吝啬，但对自己的嗜好却舍得花钱。

- **婚姻状况：**年轻一点的患者（25岁以下）通常为单身。他们会跟比自己年龄小或者行为幼稚的女孩约会。一旦结婚，这些女人通常会发现她们得想方设法让他安分守己。相较于家庭，他通常更喜欢自己那帮兄弟。

- **教育：**年轻一点的患者对于上不上大学不太在意，他们发现很难决定自己想学什么。他们鲜少能在规定的时间内完成大学学业；年纪大一点的患者受过些教育，但并不满足。他们认为自己本该再多读点书。患者通常被视为成绩不佳的学生。

- **职场经历：**年轻一点的患者工作不稳定，只有在有压力的情况下才工作。他们想要一份职业，但不想好好工作。他们不屑于做他们认为不配自己的工作。因为办事过于拖拉，他们很难找到工作。年纪大一点的患者则会走向另一个极端。为了证明自身价值，他们会变成工作狂，对自己、同事、上司都抱着不切实际的期望。

他们认为自己没有找对工作，并因此而烦恼。

- **家庭：**患者一般为传统家庭中最大的男孩子。父母生活在一起，家境富裕。他的父亲最可能是白领，母亲则主要照顾家庭和抚养孩子。母亲虽然不是职业妇女，但为了让家境更加宽裕有可能会出外工作。

- **兴趣爱好：**年轻一点的患者最热衷的兴趣之一是参加各种聚会。年纪大一点的患者想方设法在聚会上寻找乐趣，还会不遗余力地参加各种体育运动。

识别这种综合征患者的第三个步骤，是扮演心理侦探的角色。一旦社会原型帮助你识别出了患者在生活中的表现，就可以用下面的心理概况来评估患者的内心世界。

彼得潘综合征患者的心理概述：

七种心理特征主导着彼得潘综合征患者的生活。它们会表现在各个成长阶段，但在爆发期表现得最为明显。在延续期，患者往往会将这些特征掩饰在成熟的面具下。

- **情感麻木：**彼得潘综合征患者情感发育不良。他们无法准确表达自己的感受。生气的时候通常会勃然大怒；高兴的时候则表现得歇斯底里；失望往往会变成自怜；伤心可能会表现为强颜欢笑、孩子气的恶作剧或神经质的大笑；年龄大一点的患者口口声声说爱你、在乎你，却似乎不记得表达他们的爱。具有讽刺意味的是，尽管他们小时候是善解人意的孩子，但成年后却成了以自我为中心的人，甚至到了冷酷无情的地步。最终，他们会达到拒绝表达自己情感的程度。事实上，他们是不了解自己的感情，根本不明白自己的感受。

- **拖拉延误：**在成长过程中，年轻一点的患者喜欢将事情往后推，只有到迫不得已的时候才去做。“我不知道”或“我不在乎”成

了他们应对批评的挡箭牌。他们的人生目标模糊不清，主要是因为他们喜欢把人生目标这样的问题推迟到明天思考。内疚感会迫使年长一点的患者用不停地做一些事情来弥补过去的拖拉，他们完全不知道如何放松。

• **社交无能：**尽管他们会努力尝试，但交不到真正的朋友。在十几岁时，他们容易受到同龄人的影响，冲动而不是正确的是非观支配着他们的行为。寻求友谊和与认识的人友好相处要优先于爱情和对家人的关心。患者迫切需要归属感，他极其孤独，并且对独处感到很恐慌。他甚至会不惜花钱买朋友。在其一生中，他们很难自我感觉良好，妄自尊大不断地妨碍着他们接受自己的缺点。

• **魔幻思维：**“只要我不想，这件事就过去了。”“如果我认为它会变化，那么它就真的会变化。”这两句话反映了患者的魔幻思维。这种思维阻止了患者真诚地承认错误，使他们几乎不可能说“对不起”。因为他们擅长于为自己的缺点而指责别人，这种不合理的做事方式对他们是一种庇护，使他们不必克服自己的社交无能和情感麻木问题。这经常导致他们吸毒，因为他们认为那种“飘飘然”的感觉能让自己的问题消失。

• **与母亲之间的问题：**愤怒和内疚使患者对母亲怀有深深的矛盾心理。他想摆脱母亲的影响，但每尝试一次，都会觉得内疚。他们和母亲在一起时，气氛紧张，他们会不时地讥讽母亲，随后又不得不讨母亲喜欢。年轻一点的患者会用博得母亲同情的方法来得到自己想要的东西，尤其是金钱。他们会愤怒地与母亲争吵，然后又带着一贯的愚蠢样子道歉。年龄大一点的患者对母亲的态度没那么矛盾，并且会因为曾经给母亲造成痛苦而有更多内疚。

• **与父亲之间的问题：**他对父亲会感觉很疏远。他渴望亲近父亲，但认定自己永远也不可能得到父亲的爱和认可。年龄大一点的患者仍然将父亲偶像化，从没意识到父亲的局限，更不用说接受父亲的缺点了。患者与权威人物之间的问题大部分都源于与父亲之间的问题。

• **两性之间的问题：**患者的社交无能会表现在两性关系中。青春期刚过，他就开始不顾一切地寻找女朋友，但他的不成熟和愚蠢让大多数女孩避之唯恐不及。

患者害怕遭到拒绝的心态，致使他将善解人意隐藏在冷酷无情的“男子汉”气概之下。在大多数例子中，患者直到 20 岁出头时仍是个处男，这让他很尴尬，并会对此刻意撒谎——甚至会达到“口头强暴”的程度，常吹嘘自己怎样或打算怎样对女孩用强。

一旦破除了“处男”的身份障碍，他可能会走向另一个极端，为了向自己证明自己的性能力，只要有女孩愿意，他就和她们上床。当他真正和一个女孩确定下来之后，他就会完全依赖她。他的嫉妒心仅次于博取她同情的本领。

女方的自信和独立会让他生气，甚至愤怒；他需要女人依赖他，让他感觉自己是在保护她。但事实上，他觉得自己无力应付一个和他平等的自信女性，所以他就蔑视她。他渴望有一个女人能分享他的体贴，却又否认自己性格中的这一面，因为他担心朋友们认为他软弱，缺乏男子汉气概。

现在，你可能已经能从自己身边辨认出至少一位遭受这种折磨的男性了。他不大可能与我的客观描述完全吻合，而是更有可能具有我描述的某些特征，而不是全部。现实生活中鲜有这么典型的例子。在下一章，我们将从客观进入主观，打个比喻说，就是走出教室，走进实验室。到那时，你将不得不面对这样一个现实——这一困扰在一定程度上正影响着你的日常生活。

这将带我们进入下一步：将识别过程个性化。为此，你必须问自己：我生活中的这个男人在多大程度上表现出了这种困扰？你的回答将引导你确定你想要怎样处理你个人实际中的问题。