

献给 改革开放的同龄人
——中国第一代独生子女及其父母

中国第一

不安的太阳

代独生子女心理探索

王裕如 ■ 著

复旦大学出版社

FUDAN UNIVERSITY PRESS



献给改革开放的同龄人
——中国第一代独生子女及其父母

王裕如 著

不安的太阳

中国第一代独生子女心理探索

复旦大学出版社

B844.1
896

不安的太阳

——中国第一代独生子女心理探索

著	王裕如
责任编辑	邬红伟
责任校对	辛 伟
装帧设计	吴珊丹
出版发行	复旦大学出版社 http://www.fudanpress.com 上海市国权路 579 号 200433 86-21-65102941(发行部) 86-21-65642892(编辑部) fupnet@fudanpress.com
经销	新华书店上海发行所
印刷	复旦大学印刷厂
开本	850×1168 1/32
印张	11.625
字数	302 千
版次	1999 年 1 月第一版 1999 年 1 月第一次印刷
印数	1—6 000 ISBN 7-309-02180-0/B·107
定价	15.00 元

本版图书如有印装错误,可向出版社调换。

内 容 简 介

从 1980 年我国实行独生子女政策至今,18 年过去了,中国第一代独生子女已经长大成人。他们是面向新世纪的一代,担负着建设 21 世纪中国的重任。他们是怎样的一代人?他们的价值观、思想方式怎样?意志品质、性格特点又如何?本书从社会、学校、家庭三个方面生动地描述了第一代独生子女成长的环境及其心理路程,其中穿插了许多令人动心的辛酸或者美丽的故事。从中读者可以比较全面地理解今天的年青一代,促进独生子女与他们的长辈间的交流与沟通。

楔子

我从事青少年心理问题研究。在这个高科技的时代，信息传递的方式日新月异，瞬息万变。我因为有幸兼任共青团上海市委下属青少年发展咨询中心心理咨询师，及其青春热线（63179900）的主持而有可能与最本质的信息源——人类的灵魂直接沟通。我坐在一间小小的屋子里，却与全国各地的青少年朋友们共同编织了真挚细腻的心灵网络。当我拿起话筒时，不用知道他是谁，但却可以肯定：这是一个信赖你的朋友，他有着一颗渴望成长的心。

通过整整十年的守候、观察与思考，我不断地提高了破译青少年心灵密码的能力与热情。在中国第一代独生子女成人之际，我不揣浅陋撰写此书，是为了让青少年们的心灵有一个放飞与舒展的机会，也为了使他们的父母辈们多一些了解他们的途径。

我有一个18岁的女儿。我把此书献给我的女儿以及像女儿一样可爱纯洁的第一代独生子女们，作为庆贺他们第一个成人节的礼物。

目 录

楔 子

上 篇 童年的摇篮 1

一、拨乱反正时期——第一代独生子女诞生的社会背景 ... 10

1.1 大返城(10) 1.2 积压的婚姻(12) 1.3 生育高峰(16)

1.4 迟来的小生命(19) 1.5 带着“伤痕”的婴儿(21) 1.6

科学的春天(24) 1.7 文凭心理(27) 1.8 放弃产假的女工

(30) 1.9 “我要妈妈”——找不到读夜校的母亲(32) 1.10

神童热(35) 1.11 潜移默化(37) 1.12 童年的学艺生涯

(40) 1.13 钢琴怨(42) 1.14 大学校园中的“人生启蒙”

(45) 1.15 皮亚杰(48) 1.16 鲍伦德与家庭管教方式新理

论(50) 1.17 早期智力开发(53) 1.18 中外家教良方(56)

二、被忽视的童年——渴望摇篮曲 59

2.1 没有摇篮曲的童年(59) 2.2 爷爷奶奶的小儿女(62)

2.3 全托生——影响儿童心理发展的环境因素(65) 2.4 爸

爸妈妈在国外(68) 2.5 自言自语的孩子(70) 2.6 寂寞

(72) 2.7 功能失调的家庭(75) 2.8 生命探索——她为何

怀疑人生(79) 2.9 亲情的缺失(82) 2.10 父母的“平常

心”(84) 2.11 安全的需要——给孩子撑一把保护的大伞

- (88) 2.12 独生子女多磨难(92) 2.13 儿童抚育的家庭环境(94)

中 篇 少年的学堂 97

三、改革与经济腾飞——突变的社会环境 100

- 3.1 改革潮(100) 3.2 让一部分人先富起来(102) 3.3 “大款”与教育(104) 3.4 重点学校(107) 3.5 赞助生(109)
3.6 “超常”少年的教育——少年大学生(112)

四、“残酷教育”——技能时代的悖论 113

- 4.1 《成长的烦恼》冲击波(113) 4.2 成功模式批判(116)
4.3 取消重点初中——减轻学生压力的关键措施(123) 4.4 愉快教育(125) 4.5 成功与健康的选择——数学尖子的心理疾病(128) 4.6 青少年期易发的心理疾病(132) 4.7 心理原因的身体障碍(137) 4.8 教育改革——应试教育向素质教育的转变(140) 4.9 家长的焦虑(144) 4.10 家教热(150) 4.11 交往障碍者的呼声——多想自自然然地做人(152) 4.12 抑郁者——备尝痛苦的心灵(156) 4.13 学生的焦虑——家庭、学业与生存的压力(160) 4.14 沉甸甸的书包沉甸甸的心(166) 4.15 弃学的孩子们(168) 4.16 活着的意义——他找不到自己(171) 4.17 强迫症——无法消化的情绪象征(174)

五、出墙的红杏——独生子女的自我拯救 178

- 5.1 校园打工族(178) 5.2 代沟——代际冲突的启示(183)
5.3 追求独立——亲情的碰撞实话实说(188) 5.4 沟通(194) 5.5 爸爸妈妈的信——父母为何失去了威信(197)
5.6 沉默的羔羊,你想要什么——被孩子“拒绝”的父母讲述

的故事(202) 5.7 逃离溺爱——逃家女生留下的问号(208)
5.8 “敌意”(211) 5.9 爸爸妈妈的外遇(213) 5.10 优生——天才少年的烦恼(219) 5.11 地摊文学——透视禁区的恐惧(224) 5.12 性困惑——自慰女生的秘密(226) 5.13 来自父母的性诱惑(231) 5.14 早春的蓓蕾——面对青少年的爱心萌动(235) 5.15 爱情的压抑与放纵——回沪知青子女的情感创伤(241) 5.16 十六岁的花季——满园春色关不住(244) 5.17 林志颖——魂牵梦萦全为他(247) 5.18 球星崇拜——激情与力量的突破(249) 5.19 儿童后期与青春前期的认知发展(252) 5.20 青春期情感发展(255) 5.21 团体心理训练——寓教于乐的尝试(258)

下 篇 青年的天空 267

六、彷徨与失落——知识经济时代的迷茫者 271

6.1 知识经济离我们有多远(271) 6.2 道德感觉——走向独立的精神拐杖(273) 6.3 放弃者——名牌高校生的无奈(276) 6.4 平庸的快乐——服务员小姐的生活观(280) 6.5 颓废者——青年白领的无意义心态(283) 6.6 失恋者——沉溺忧伤以逃避现实(285) 6.7 崩溃者——如何叩开她的心扉(289) 6.8 绝望者——害怕疯狂(292) 6.9 迷惑者——明天我是否依然存在(295) 6.10 变形者——毁灭的冲动(297) 6.11 自杀者——孤独者的“绝笔”(300) 6.12 少年囚徒——强暴犯的忏悔(306) 6.13 少女囚犯——三陪女的“生意经”(313) 6.14 不安的太阳(319)

七、进击者的天空——无限发展的舞台 324

7.1 21 世纪初期中国进入独生子女时代(324) 7.2 “的士”

司机的寂寞(327) 7.3 性文明——灵与肉的震荡(330)
7.4 发展——新世纪青年的主旋律(335) 7.5 优秀者——
萨尔瓦多讲坛上的中国小姐(338) 7.6 自觉的选择——成
为自己(342) 7.7 回沪知青子女——风雨一代的后辈们
(346) 7.8 萨克斯管演出证(352) 7.9 重担——命运交响
曲中的强音(355) 7.10 世界公民——新世纪中国的独生子
女(358) 7.11 当代青年——中华文明五千年的精华(360)

上 篇

童年的摇篮

自从1978年我国把“独生子女政策”定为基本国策至今,中国第一代独生子女已经步入了成人的行列。他们是沐浴着20世纪末最后20年的改革风雨,与中国的现代化进程共同成长的一代青年,因而也是与中国改革开放风雨同舟的同龄人。

昔日他们的父母曾经是“共和国的同龄人”,30年后,他们的子女——中国第一代独生子女,比起自己父母初生之时,虽然同样分享着父母庆贺解放的欣喜,却也伴随着他们的恶梦初醒,而且,这种悲喜哀乐的承受是那么迫不及待,那么尖锐激烈。

中国第一代独生子女出生在我国政治上拨乱反正时期,教育上重新复兴之际。20年前的中国,正迎着史无前例的政治、经济、思想、文化的深刻巨变,生逢盛世的他们,从问世之初开始,便注定要成为继往开来的新生一代。

在这个东西方文化碰撞交汇,世界经济交融发展的特殊年代,中国第一代独生子女注定要承受脱胎换骨的裂变与深刻坎坷的反省,才能真正地成全自己,获得快乐。无论成长的历程多么艰苦,然而他们无可选择,因为他们是独生子女,这是命运使然。

他们出生在父母第二次创业的艰苦之时,这时正是父母疗养“理想”创伤之际。

20年前的春季,当他们的父母疲惫不堪,蜂拥回到自己的故乡,带着灵魂和精神的极度饥渴,忙于耕耘荒芜已久的心田之际,他们陆陆续续地来到人间。在这个万象更新的春天,父母们诵读“ABC”的声音,代替了传统的童谣,成了他们幼年的摇篮曲。睁开眼睛,映入眼帘的,是一本叠一本的世界名著和数理化教科书,仿佛他们注定要与书本结下不解之缘似的,寂寞的童年生涯,便只有与书为伴。

焦虑,焦虑,焦虑!学校的焦虑,家长的焦虑,孩子的焦虑。当

焦虑几乎成为 20 年后中国现代社会的流行病时，人们是否意识到，这焦虑的种子，早在 20 年前他们父母全力以赴地弹响青春的尾曲时，已经深深地埋下……

孩子的焦虑心态(选自他们给我的信):

随着时间的流逝，我发现自己处于那种明知是错还在做的环境中，即我明明知道不该分心去做别的事(指复习功课时间内)，例如，看报纸、整理东西、剪报之类，却总会不自觉地去干，像犯了毒瘾似地总去干，有时“厉害”时，一天下来，功课碰都没碰，“废”事倒做了一大堆，家人总说我浪费时间，可我确实有些控制不住地去干那些事，我到底怎么了？就好像白天是糊涂的，晚上是清醒的(指可以反省)。我总感到有另一个我在控制我，让我完不成计划，太可怕了！浪费时间等于浪费生命。

我这种现象在读高三上时，特别厉害，上课老分神，有时上课就感觉我是一台抄书的机器，大脑思维一点也没有，还好它发作一段又消失了，可是现在似乎又来了，有时面对书本，不知该看些什么，复习点什么，问谁也没有用，他们也无法告诉我该复习点什么。

我大概是太热心了(先这样定义)，别人有什么麻烦事，我总要管，即使是在做作业时，耳朵听见了，也要发表几句，家人认为我太分心，我也明白分心对学习不好，可我是否意志太薄弱？控制不住自己？而且当我“满腔热血”地表示“某某事我来做”时，总遭到爸爸的“训斥”，让我别分心，他也是为我好，可我怎么就是改不了？

我发现我总是处在矛盾中，自己怎么摆脱也没用，又

不能告诉爸爸妈妈，怕他们为我操心，因为我的读书成绩并不是很好，有时很糟，我已经感到让他们为我操心，实在是太不应该，我有时甚至恨不得作个了结，也好别让他们和我都痛苦，长痛不如短痛，可胆小的我总觉得有份牵挂，于心不忍抛弃他们，这种可怕的、矛盾的念头已不是第一次出现在脑海，若是他们对我再坏一点儿，我也肯定不会再呆下去，您不知道，我自从进入高中后，成绩不知怎么地总是在下滑，怎么改进也无济，时时还出现前文所说的现象，有时还因为自己的拖拉造成某些学科的滑坡，如果我从小就是很差的，现在我倒认命了，可我以前可是好学生呀！在家里听话懂事不用说，学校老师也表扬过我，可是到了高中，一切都变了，差生的滋味也尝遍了！

是这样的，莫名其妙的，我总是每天干啥都不自在，好像有人监视或有许多双眼睛盯着自己似的，很拘束，不敢与别人正视，说话、做事都遇到很大的障碍。而且也许是由于这个缘故，我发现自己变得更加孤立，爱胡思乱想，脑袋总是发胀，整天烦躁不安，睡睡不着，吃不下，而且学习、生活、交际也很失败。

王老师，不瞒您说，我现在还特别慌乱，糟糕的心理病，弄得我不能静下心来学习，甚至连看一本很吸引人的故事书也不能静下心看进去，我很痛苦！整天坐不住，看到啥都厌倦似的，王老师，我怎样可以摆脱这种焦虑不安的心情。

王老师，我真的受不了，它使我的才能不能发挥，优点表现不出来，而整天变得很平庸，还遭受着心理障碍的折磨。所以，我想请您给我指点指点，看怎样能马上克服这种不必要的心理障碍，扔掉包袱重新回到美好的现实中来？另外，请问，像我这样能在多长时间内恢复到和正

常人一样，快快乐乐，大大方方地生活、学习、交际？需不需要进行必要的治疗？不瞒您说，我还不知道，我们山西省是否有心理咨询治疗的地方！

王老师：

你好！“能者为师”，这样称呼你你不会介意吧！写这封信，我也是有烦恼事请求王老师你帮忙解决的，我太需要有解决的方法了，王老师你能帮助我吗？谢谢你了！

不知道王老师还记不记得《交际与口才》第三期中“这样的过渡期是可怕的”那封信的内容，我就是发生了诸如那类型的情况，所以心情常常觉得痛苦、压抑、无助，请听我从头说起吧！

记得从我十几岁的时候就开始看课外书、电视、录影带，什么书都看，什么带子都看，我父母没有什么文化知识，虽然疼爱我，却不懂得这方面的教育，直到上初中时，从同学处借了一盒录影带，那带子是较恐怖惊人的那一种，看过后我就开始想，想到自己慢慢地觉得很害怕，出现了前所未有的状态，看到有些书也会很多疑，什么都疑，常常自己吓自己，那时也不敢跟别人说，心一直都是很沉重的，也不敢再去接触那类东西，后来我就到广州读书，大概是那时起，不知咋地就没有了那些感觉，像其他人一样，再没有那些多余的担心、害怕，大概过了二年，也就是接近1997年的那个寒假，回家不小心看了电视，又引起了那种惊怕的感觉，再加上添油加醋地想，故而又历史重演。直到现在已有四个多月了，我一直都过得很不顺心，虽然我表面没有表现出来，有好笑的我仍照旧笑，可我的内心却是在无奈挣扎中度过的，而我的室友们也全然不知道我的这种情况。我知道自己有时也是可以忘记

的，诸如我喜欢上一个男孩子，想他的时候就可以忘记了，可是那种感觉总是潜意识地存在我身上，时时都有可能想起来一样，明明有时可以不想，可又会突然惊怕起来，会想起一些恐怖的镜头，或者会想像自己去伤害别人或伤害自己，或者去惊怕某一东西、人……总之什么念头都有可能会想起，想到让我自己吃不消，受不了，有时不想，又会不断担心，担心以后要是还这样乱想怎么办？结了婚怎么办？真的是太多担心了，而越担心，就越痛苦，现在基本没有了那些恐怖镜头的出现，可是那种感觉却总潜意识地存在，好似时时都会再出现那些念头一样，让我担心。现在只要消除那种感觉就行了，只要能忘了它？所以我只有请求王老师你们的帮助了，我好想恢复从前天真快乐的我，要是可以重来，我一定选择不看那些不可以看的东西。以前我也根本不懂得不可以看。

这件事我不敢告诉父母，怕令他们担心，只有几个好友知道，可她们有心却无法帮助我，因为她们根本不理解这种状态。我一直都在挣扎，设法忘掉这件事，可还是无法做到，它使我软弱了很多，也变得很胆小，使我的生活常常不如意，我很痛苦，很快我就要到社会上工作了，我真希望自己可以像其他人一样，开开心心，健健康康，看到别人可以无忧无虑地看电视看书我很羡慕，因为我一听到电视声就会觉得很害怕，老是会胡思乱想起来，也会为觉得自己和别人不同有缺陷而自卑、烦恼、无奈、痛苦。王老师，我还很小很小，我实在无法忍受这种折磨，我前方的路还很长很长，我该怎么办呢？我有一个幸福的家，不可以因为我的一颗心而受摧残的，王老师帮帮我……好吗？

谢谢！谢谢！急盼你的回信。

王裕如老师：

您好！我是一名学生。看了你的心理咨询文章，我想跟你谈谈我奇怪的心理症状。

在同学眼里我总是那么活泼、开朗、谈笑自如，大家都喜欢跟我交朋友。可我常常被一种可怕的阴影笼罩着，内心很痛苦。我自己也说不上来是什么原因，总之我好害怕别人对我好，在与人交往时，我常常会冒出这样古怪的念头：他为什么对我这么好？我有什么值得别人对我好。说真的，我希望别人都喜欢我，对我好，然而我又好害怕别人不再宠我，都不理我。所以我宁可别人都讨厌我，和我作对，这样我反而感到舒服。现在有一个很出色的男孩正爱得我死去活来，他身边有许多漂亮女孩，可他偏偏只对我一往情深。其实我也很喜欢他，可我却不敢接受他的爱。我常常感到很自卑，我常常想：他为什么要喜欢我，我有什么值得他爱。然而我真的很害怕失去这份真情。王裕如老师，我好矛盾好矛盾。我常常晚上做恶梦，常梦到坟墓、死尸……阴森森的一片，太可怕了。当我看到和我一样的女孩都那么自信，我好羡慕她们，羡慕她们那份自信。我的内心是那么脆弱，我好苦恼！好难受！有时我真想一死了之，解脱出来。我的这种心理状况可能和我小时候的一些经历有关，我小时候总被人欺负，而且缺少母爱。我从小就封闭了自己，直到长大了，我才敢扬起头做人，但我总是被这层阴影像恶魔一样缠着，我快要疯了！

王裕如老师，我把你当成很好的朋友了。你能帮帮我吗？你能帮我分析分析是怎样一种心理状况，能帮我解脱出来吗？请回信给我好吗？谢谢了！我等候你的答复！

面对着众多被焦虑侵蚀的年轻的心灵发出的呼天唤