

# 洪蘭／豬是被罵出來的

2018-11-06 00:07 聯合報 洪蘭



洪 蘭

有一天放學時，我在公車站聽到一個媽媽在罵孩子：

「你豬啊？什麼都不會，就只會耍寶！」

孩子反唇相稽說：「就是因為什麼都不會，我只好耍寶！」

聽到他們的對話，我有點難過，因為耍寶的孩子是可憐的，他們臉在笑，其實心在哭，人都盼望別人的認同與友誼，嘲笑自己其實是最不得已的方法。我們應該要同情他，而不是責罵他。

研究發現大部分的人在成長的過程中，都有不被人注意的經驗：或許是因為功課不好、家世不好、長得不好…，總之就是一無是處，別人的眼光都在他人身上，不在自己身上。因此很多孩子會為了博取老師和同學的注意，而去耍寶。

這種徬徨，不知道自己是誰的痛苦，連拿過美國心理學會（APA）最大獎的 Judy Harris 都說，如果人生可以重來過，她希望跳過青春期，直接成為大人。因此，這個媽媽應該找出孩子的長處，幫助他把長處發展出來，一旦有了自信，他就不必要寶了。但是如果不能也沒關係，人生沒有白走的路。美國好幾個著名專欄作家都在回憶錄中說，他們當年因為耍寶，才走上幽默作家之路。

聯合報「包可華（Art Buchwald）專欄」（何凡翻譯）的作者便是一例。他在孤兒院長大，一切都不能和有父母的同學相比，連身上的衣服都是別人不要的救濟衣，他不願被別人憐憫，就只有先發制人，在別人嘲笑他之前，先嘲笑自己。

另一個是大衛·貝瑞（David Barry）。他在念中學時，功課不好，運動也不行（在美國運動員比功課好的學生更吸引女生注意），想打籃球，身材不夠高，想踢足球，身體不夠壯，什麼都不行，只有靠耍寶來引起女生注意。每次別人大笑，他內心都在淌血，恨自己文不文、武不武，一無是處。他成名後，有一次上電視接受專訪，不經意說出了真心話：「我終於可以不必靠嘲笑自己來引起別人注意了」。



父母的教養態度，往往會影響孩子看待自己的角度。圖／聯合報系資料照片

真正的自信來自同儕對你長期的肯定，不是早期輔導手冊上說的：早上起來對著鏡子大叫三聲「我最棒」、「我最好」，我就會有自信，那是自欺欺人，沒有實質的虛張聲勢，被戳破後，傷害更大。青少年是從父母的眼睛、老師的眼睛和同學的眼睛來看他自己是誰，所以這個時候大人的態度最重要。

有一個媽媽說兒子的導師天天在班上跟學生抱怨校長不公平，把全校最爛的班級給她教。她的孩子聽久了，便認為自己比不上別班的同學，功課開始一落千丈，對學習不再感興趣。她問該怎麼辦？

我也不知道，看起來只有轉班或轉校一途，因為六〇年代的心理學有個自我實現（self-fulfillment）的實驗，如果每天罵孩子是豬，孩子最後會變成豬。所以英國諺語「父母對孩子的態度決定他的命運」。孩子小時候可以成為任何他想成為的人，我們大人的手把他塑造成最後的他。

如果每一句負面的話，需要四句正向的話才能抵消它的影響，我們怎麼可以動不動就罵孩子是豬而不期待他變成豬呢？

（作者為中央大學認知神經科學研究所講座教授）