

比如，他们自己从小学习不好，没有上一个好大学，就会希望将来孩子能够好好学习，补偿一下他们没有读好大学的遗憾。或者他们存在着跟单位同事的竞争，就很希望通过孩子，来挣回面子。

问题还不在于他们让孩子代替他们完成自己的梦想，而在于孩子不接受时，他们会怎么处理。

如果孩子能够接受，这当然是好事，它会变成家族延续的传统。就像很多医生，祖辈三代都是医生一样。

但是如果孩子不接受，而他们又更看重自己的需要，就会带来很大的冲突。

这些孩子在青春期，就很难发展出他们的身份认同了。因为发展身份认同需要整合父母的期待和自己的期待，而在他们身上，这两种期待是冲突的。

占有式的爱和青春期的自我中心很像。它都是过度关注自己，而忽略了别人的需要。只不过，中年期所关注的东西，从自我形象，变成了通过孩子来满足“我”的需要。

奉献可以增强自我

那真正有繁衍感的关系是怎么样的呢？

其实就是真的能为孩子想，甚至为孩子忍受和牺牲。

在第三章讲关系的纠缠时，我曾经说过一个故事。一个孩子要去外面的世界闯荡了，他问妈妈，妈妈我走了你会孤单吗，没人安慰你怎么办呢？妈妈说，我会孤单，但我不想把我自己的困难，变成你不能出去闯荡的障碍。

我想，这个妈妈心里是孤单的，可是从某种意义上，她也是充实的。因为她知道，自己这么做是为了孩子，她会真心愿意为孩子奉献，并为孩子的成长骄傲，并在孩子的成长中，突破了自我的限制。

也许你会问：如果我一味地为孩子奉献，那不是失去自我了吗？我会不会变成那种把所有对生活的期待都放到孩子身上，没有自己生活的那种父母呢？

并不会。

首先，具有繁衍感的奉献，会尊重孩子的独立性，这其实也是尊重了自己的独立性。

其次，当你把目光从自己身上移开，去关心孩子的成长时，你的自我看起来削弱了，但同时也增强了。

你失去了一些自我关注，甚至失去了一些满足自己需要和欲望的机会。但同时，你获得了另一种品质，就叫关心。这种关心，会变成自我新的部分。

它的对象既可以是孩子，也可以是自己。也就是说，你其实是在通过爱孩子，学习怎么爱自己。

所以，在奉献自我的同时，你也在加强自我。这种奉献式的爱，就是我们克服中年期的发展障碍，走出中年危机的方式。

总结一下，今天这节课，我们谈了中年期。

这个时期的发展障碍是中年危机，也就是害怕因为衰老而失去可能性。这个时期的课题是繁衍，只有奉献式的爱，才能帮助我们走出中年危机。

当然，中年期的关心并不只是停留在家庭，也不局限于自己的孩子。它还会扩展到工作中，甚至更广泛的社会领域。

下节课，我们就来讲讲家庭以外的繁衍。

我们下节课见。

欢迎关注陈海贤公众号，获取更多延伸阅读。
(微信搜索公众号：陈海贤 添加关注，ID: haixiansalt)

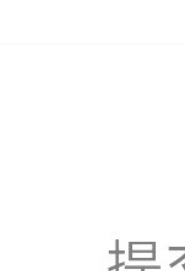


**中年危机的解决方案，
不是追求钱财、名声
这些外在的东西，
而是追求内心的转变。**



陈海贤·自我发展心理学
来自「得到」APP

点击图片可分享



陈海贤·自我发展心理学
实现人生突破的系统方法
版权归得到App所有，未经许可不得转载

留言精选

写留言

提交留言可与陈海贤互动

Aa
字号

写留言

2

请朋友读