

## 问题：孩子被我养废了怎么办？

题目描述：女儿，16 周岁。从小一直都乖巧懂事，学习优秀，我从不吝啬对她的夸奖和喜爱。不过由于我是离异，所以大部分时间都在工作，孩子小的时候缺少陪伴，有时候哭着缠着我不让我工作，导致我有时候情绪急躁打过她。后来到初中又因为学习压力大她无法排解压力所以抑郁了。之后在心理咨询师的引导下，她觉得问题都出在我身上，对我越来越怨恨。现在初三，基本上不上学了，不想做任何事，天天只想衣来伸手饭来张口，我说什么她都对着干。天天网上聊天，受不健康网络的影响，花钱大手大脚，只想要我给钱花。我让她去工作，希望她去接触社会，她总是做不了几天就不愿再做了。现在如果让她做什么事情，她就说她什么都不做，让我给钱给她花，花到她舒服了她就去死。

有人可以教教我该怎么办吗？

这是个老答案，据说原问题被封闭了，所以搬运一下。

首先这个问题就问错了——废与不废，非人所能言。

不管是身为父母也罢，身为教育者也罢，身为旁观者也罢，永远要认清一个事实——你最多有权说“这种情况我不知道如何扭转”，这是且的确是你在立场下的判断。

但“我不知道如何扭转”，完全不能等于“这人没有希望”或者“这人废了”。

你一步从“我觉得这人的情况糟糕，而且我完全看不出有什么办法扭转”跳到“这人废了”，就等于首先自命为主宰天地的神了。

你觉得没希望，于是这人就没有希望了？你没有办法，于是这人就废了？你是世界之巅吗？你是命运的主宰吗？

你这样喃喃自语，乃至向人声言，本质上只是下意识的想要获得他人的“免于起诉”判决——“我不是不想尽责，只是我的努力没有用，没有意义，所以我才避免了无谓损失。所以我没做的努力，你们都不能怪我。你们想要怪我，就先要自己指出有用的方法。但凡你们自己说不出有用的方法，你们就没资格说我。”

每一个口称“废了”的人，有一个算一个，没有一个能逃脱这责备。

如果你是有信仰的人，那么从这里你就要知道，仅仅你这个自封为神的行为本身，已经诅咒了你可能做过的一切努力，将这些努力的结果指向恶的方向。

如果你指望你的努力真的得到上天祝福，那么你能做的最基本的改变，就是停止因为你自己束手无策就去断言“废了”、停止“为了逃脱世人对你的责备而宁肯犯这种自封为神的罪”的蠢行。

仅仅只是停止这样做，就能首先获得最基本的祝福，就能改变你所做的努力对对方的影响的基调。

你的实际行为可能完全没有什么变化，但是这行为所造成的影响就会发生变化。不信你自己去试。

你首先要改变的，就是“一定要有有效的期望，我才有动力去做些事情”的基本行为逻辑。

什么狗屁有希望没希望？我们人类算是什么牌面的东西？我们没有能力控制明天发生什么事，哪有资格谈一个东西到底有希望没希望？你自己觉得有希望，那是假的，明天天知道发生什么你根本控制不了的事一下让你的希望变成笑话；你觉得没希望也是假的，谁知道明天发生什么事就会一下旧貌换新颜？

你要做这件事，是因为某种原因天降了这个责任和义务在你身上。你不要问什么后果，不要问什么希望，你就量力而行的尽量去做，就是这样。你不要想着不见兔子不撒鹰，不要想着“有什么好处”。你只要想着这些，第一你会发现客观上你其实啥也没省掉——该出的你还是要出，别人要责备你还是要责备——本来可以有的效果却被这个态度毁掉了。

世界上的事情就是这么奇妙，不信你可以再花半辈子去试，试到你自己服气为止。

换句话说——少想对方“废”或者“不废”，你觉得你可以做点什么可能会有帮助的事，你就去做。然后你量力而为，不要付出你付不起的，免得自己后来又横生怨念——生了怨念，得的就反而是负分了，还不如一开始就不要打扰对方，也不要贪图这份“功德”。是的，这里最大的危险其实是你的动机是想贪这份“好人”的功德。

你能站稳这个敬畏、谦抑的立场，那么你做什么都可以。做什么都会最终会有好的果效。区别只是这个效果会在什么时候、在什么事情上发挥出来而已。

先站稳了这个“无害有益”的立场，你所做的一切才有了最基本的“帮助”的性质，然后再谈帮助的效率问题、大小问题。这一点你都站不住，那么你的努力首先都还不好说到底是帮助还是伤害，劝你还是先坐稳了想清楚再说。

以上这一点，适用于一切想要做点教育、甚至想要对任何人施予任何帮助的情形，只要你是一个人类，这条基本法则就适用。

然后再谈到底具体应该做什么。

这取决于你自己所受的训练和你自己所拥有的资源。

但我可以给你一个永远不错的总原则——立足于增进他人的选择空间。

无论你做什么，如果最后的根本性质是你增加了对方的选择空间，这种行为都可以定性为帮助。

“如果你想上大学，我可以帮你解决部分学费”——这种就是增加了选择空间。

“我给你学费，你要给我努力去上大学，不然对不起我”——这却是剥夺了对方的选择空间。

如果你不知道应该怎么办，你就多想想这个问题——我的所作所为，是增加了对方的选择空间，还是剥夺了对方的选择空间？

这里存在两种情况：第一种是纯增加的，那么这种你就不必有什么大顾虑了，只管去做。这大概是一些不附加任何条件的帮助。

第二种是存在机会成本的。比如我可以教你绘画，但是这就要挤占你的学习时间。我可以带你去旅游，但你去了东就无法在西。这一种，如果你足够幸运，不是对方的监护人，你就可以依赖于对方的自由意志来解决问题——机会成本让对方（或对方的监护人）自由选择要不要付出。你不要去强迫就自然在红线之内。

只要你守住这个原则，就不必过于顾虑到底做得对与不对。

原理很简单——你也这样做、其他人也这样做，则你所想要帮助的对象就会多出大量的选择余地。任何人只要有了更大的选择余地——尤其是出现自己没有想到还存在的选择余地——无论ta是否真的做了这样的选择，ta对生活的信心一定会增强。

对生活的信心增强，强到一定的阈值以上，就能根本的改变人的行为方向。

绝大部分青少年（乃至人类）的问题，都是出于绝望——因为他们对生丧失信心，他们就会转而去寻求享乐的死。

他们需要的不是“帮助”，他们需要的是生命。

你首先要传递给他们的，是生命。

何为生命？

生命的本质，是可能性的总和。

站稳了这第二条，你就已然已经给了对方最根本的帮助。如果你这样的人足够多，那么你们所帮助的对象就有可能弃死向生。

一旦弃死向生，求生的决心就能点燃人内在的引擎，启动人与世界的良性的互动循环。只有在这个循环之中，一切外部提供的资源才不会被拿去变卖换取快感的毒品。这些资源才有可能造成善果，而不是给得越多，毒害越深。

在这第二层再往上，你也得了你的自由——从这里开始，你做什么都是对的，从心所欲，而不逾矩。

且必得赏赐。

发布于 2021-09-25

<https://www.zhihu.com/answer/2139262739>

---

评论区：

Q: 最近才明白，扼杀自己的可能性，是一种自残行为。

大家千万不要浪费生命啊

---

更新于 2023/8/12