

→ 左岸读书，一如既往。

 搜索

- [首页](#)
- [热文](#)
- [书单影单](#)
- [解忧杂货铺](#)
- [我可以](#)
- [关于左岸](#)

[Home](#) > [情感小站](#) > 妈宝男：传说中的“妈妈宝贝”和“幸福克星”

妈宝男：传说中的“妈妈宝贝”和“幸福克星”

2021-01-12 . 阅读: 205 views

文/沈万九

1.幸福的克星

传说，这世间有一种奇男子，被称之为妈妈的宝贝，女人的噩梦和幸福的克星——这就是江湖上骇人听闻的“妈宝男”，也称之为“巨婴”。

在亲密关系中，但凡摊上这样的男子，就像是感情身中奇门剧毒一样：

病情一开始较轻，关系看起来还不错，男人披着“暂时不成熟但贵在人单纯而且嘴巴甜”的外衣，可随着关系的逐渐深入，空气中开始弥漫着硝烟的味道，“山雨欲来风满楼”，特别是孩子的出生，仿佛一夜之间，病情恶化，并且每况愈下。

倘若这时候，男人的妈妈横空介入，大包大揽，那更会是让关系病入膏肓，难以自愈。

2.什么是妈宝男？

那么，到底什么才是妈宝男呢？
真的有传说中那么严重吗？

其实，所谓的妈宝男，顾名思义就是听妈妈的，基本上都以妈妈的意见为主，在回答“妈妈和老婆掉入水中先救谁”这样的经典问题时，会毫不犹豫地选前者……这里简单细分一下：

低阶版妈宝男的口头禅是：“我妈说……”，“我问问我妈”，“我也想这样，但我妈不同意，我也没办法”；

高阶版妈宝男的口头禅是：“我妈多不容易，对老人家要孝顺。老人家辛苦了一辈子，你让着她点不行吗？！别跟她计较了.....”

3.妈宝男的重重伤害

为什么妈宝男会有这么大的杀伤力？

接下来，
我们一起来揭开它的神秘面纱。

(1) 对老婆

男人和妈妈，在心理上紧密地捆绑在一起，战略同盟——夸张点来说，就像是几十年前还在妈妈的肚子里一样，相互依存，病态共生。

需知道，共生的本质是，圣母照顾着巨婴的生活，并且同时控制着巨婴的精神，所以巨婴儿女会显得幼稚。

与此同时，任何要进入到共生关系中的人，都会被视为入侵者，因为一个外人的介入，可能会导致“我们”这个集体自我的瓦解。

所以，毫无疑问，被妈宝男伤害最深的往往就是老婆。

众所周知，在《二十四孝》中，讲了很多孝顺的故事，其中还包括一些名人（比如海瑞），都是出了名的大孝子。

然而，他们对老婆的态度就要了命的恶劣——用本文所提出的一种可能不恰当的说法，就是所谓的高阶妈宝男。

据史料记载，从小到大，海瑞几乎夜夜都和母亲同居一室，年过四十仍躺在母亲床边，白天晚上，各种伺候，可对妻儿，却大相径庭，让人发指。记得有一回，小女儿因为拿了仆人一个饼，他便斥责说“你如果能饿死，才算我的女儿”。

几天后，女儿果真被活活饿死了。

再说到大圣孟子，有一次回家，看到妻子蹲在地上，姿态不雅，就去找母亲说休妻，请母亲批准。所幸孟母识大体，并没同意。

当然，过去几千年的封建社会，女性地位较低，有历史层面的原因——哪怕是大圣人，也很难很难超脱于历史环境之外。

然而，如今的一些妈宝男，他们对待母亲和妻子的态度的确是偏执分裂级别的，对母亲多好，就对妻子多坏。

(2) 对妈宝男

当一个人总喜欢说“我妈说.....”，那必然意味着，他和妈妈处在病态共生的关系中，而且妈妈是这个关系的话事人，妈宝男是听话者。

这也意味着，和妈妈的病态共生关系中，妈宝男本质上不享受，相反会非常痛苦。

从心理层面来看，这是一种分裂。妈宝男会将妈妈的形象分裂成：

“好妈妈”和“坏妈妈”。

然后，在亲密关系中，他们会不自知地把“好妈妈”投射给自己的母亲，而把“坏妈妈”的形象投射给妻子，还有女儿，以及其他女人。

这样的分裂，带来了巨大的冲突，继而给自己带来痛苦。

(3) 对妈妈

我在临床咨询中，碰到过不少的妈宝男，成长到最后，会发现一个共性，在内心的深处，他们都是压抑着对妈妈有非常多的愤怒的。

这么多年，妈妈让他们形成了依赖，感觉还不错，但与此同时，他们又特别摆脱这个依赖，让自己长大，所以就会形成愤怒。

对于这份愤怒，他们往往压抑在内心深处，投射给其他人而已。然而，终究愤怒还是在那里，所以对妈妈也会造成更长远的伤害。

另外，妈妈需要一直扮演“为妈宝男擦屁股”的角色，比如有一个来访者的婆婆，直到80岁，还在为儿子的两个前妻给钱，给孩子的抚养费。

可以看到，妈妈也是痛苦的，他们付出了很多，却形成了恶性循环。

4.妈宝男到底是怎么形成的？

说到这儿，你一定好奇，妈宝男这种奇葩的动物，到底是怎么炼成的呢？国内著名的心理学家武志红曾提出，妈宝男的形成，往往有三个像连环套一样的原因。

第一，婴幼儿

在婴幼儿时期，孩子需要和妈妈共生时，这种以孩子为中心的共生并没有得到满足，到底最早期的缺乏。

第二，长大一些后

等孩子大一些了，妈妈反而反过来要和儿子强烈地共生在一起，并且在控制孩子时非常执着，最终导致了对儿子的共生绞杀，同时，也补偿性地满足了一些儿子对亲密的渴望。

第三，三岁时

妈妈和儿子身体上过度亲密，例如长大了还嘴对嘴亲吻（比如著名的李嘉欣，就是喜欢亲吻孩子），或是睡一张床甚至睡一个被窝，这导致了孩子有严重的性羞耻感，即对母亲有了性唤起，可这是绝对不应该有的，因此觉得很羞耻。

这样的一种过于亲密，往往持续到了青春期，也就是孩子上中学，更严重的会持续到上大学。

记得，我有一个来访者的男友，毕业后偶尔回家，他妈妈晚上睡到一半睡不着，都会爬过儿子的床上睡觉。

最让人乍舌的是，她男友还不以为然，说也没啥呀，从小到大妈妈就这样。

其实，这个男人所在的家庭，是单亲家庭。可以理解，单亲妈妈在离异后，失去了平行关系的依恋，容易把过多的情感投注在孩子身上，不经意地培养出很多的妈宝男。

5.如何应对妈宝男？

正所谓“人在江湖飘，哪能不挨刀”，倘若一不小心，遇上了一个妈宝男，那应该怎么办呢？

(1) 远离

如果说还没有真正地走在一起，或者说正在磨合期而且磨合的水深火热，那我们建议咬咬牙，铁铁心，“三十六计，走为上计”。这样的男子，做朋友挺好，做男闺蜜挺棒，做老公还是算了吧。

然而，这一点听起来简单，实际操作可不容易。因为迷恋上妈宝男的女性，自己往往有圣母型人格，喜欢靠付出和照顾男人，来建立依恋关系。

换句话说，她们本身更需要一个妈宝男。

(2) 远妈

如果确定对方就是妈宝男石锤了，那在我们刚结婚蜜月期感情正浓的时候，尽量不要跟对方的妈妈住在一起，也尽量不要因为需要带孩子，让对方的妈过来——我很多的来访者，问起她们结婚后几十年最后悔的事，就是当时不应该叫对方的妈妈过来带孩子。

当然，说到这儿，可能有些妈妈会不开心——但如果你们真的爱自己的孩子，我想你们终究会理解的。

(3) 成妈

跟对方的妈妈搞好关系，增加自己的筹码和条件，成为对方的妈妈，培养出强大的内心，然后再慢慢地“去妈化”。

另外，懂得用鼓励式沟通和肯定的态度，同时还得疗愈妈宝男背后的恐惧。

最后，话说回来，妈宝男也并非一无是处，其本身也是很多值得挖掘的优点，比如说温柔体贴有趣浪漫，不像直男那样直来直去。

另一方面，在当下这个自由恋爱的时代，一个女孩子之所以能跟妈宝男在一起，一定不是偶然的，而是宿命的安排。

而这个“宿命”，往往是我们人性深处的一些成长点。正是这些点，可以帮我们去遇见一个更好的自己，找到更圆满的内在，并收获真正有滋养性的亲密关系。



左岸记：结婚后，给亲人的关系重新排个序：夫妻排第一，孩子排第二，父母排第三，可能有人会说这不孝顺，但从长远看，夫妻感情好了，孩子有个温暖的家，父母也才安康幸福，毕竟和自己朝夕相处的人是爱人，如果这层关系不好，那其他的关系也很难好。

幸福情感



沈万九

一手是风，一手是剑，我的梦想就不会太远.....

发表评论