

■心理关注

30岁的男人幼稚得像个孩子?

# 可能是彼得·潘综合征

“彼得·潘”是英国小说家詹姆斯·巴里笔下的童话人物，童话中的彼得·潘是一个会飞的、不愿长大、也永远不会长大的小男孩。而对于现实生活中那些行事幼稚、拒绝长大、“想永远扮演孩子而拒绝扮演父母”的人，心理学家将其称为“彼得·潘综合征”患者。

26岁的时慧，结婚2个月没有一点儿新婚的喜悦，反而是各种闹心、各种累，这都源于她嫁了个像孩子一样的男人。时慧的老公比她大4岁，但这个30岁的男人心智、行为都相当幼稚。面对处处要人照顾，什么都不懂的老公，时慧的压力剧增。

时慧的老公是家中独子，从小过着“饭来张口、衣来伸手”的日子。时慧说，公公比较强势，老公所有的一切，比如工作、新房的装修等都是公公安排好的。婆婆则更不用说了，对老公的照顾是事无巨细。每天，公公婆婆会买好菜，晚上到新房烧了给小夫妻俩吃。看着老人这么操劳，时慧实在过意不去，于是主动承担了洗碗、打扫等工作。但她的老公每天吃完饭后，就是坐在电脑前打游戏。脏衣服也只管往洗衣机里一扔，即便时慧帮他洗好晾干，放阳台1个星期他都不会去收衣服……“平时，老公的衣服得我给买；外出吃饭，菜得我点；家里的大小事，都要我插手才能完成。”时慧表示，这些事每天纠缠着她，让她压力很大。“我也尝试过让老公改变，想着以后过二人世界，

可他好像很迷茫，不知道该如何做。我现在一想到回家就觉得累”。

**【心理点评】**

彼得·潘综合征是一种以突出的情绪化、任性，依赖他人、生活自理能力差、不敢承担责任、不主动关心他人，难以适应社会为综合表现的疾病，核心问题在于心理成熟障碍。时慧的老公正是这样的人。

身为独生子女的老公从来过着公公主外，婆婆主内的生活。父母任劳任怨，承担所有责任、义务。结婚后，老婆变成父母的接班人，老公继续过着孩子般的生活——吃喝玩乐，继续做一个长不大的男孩。

从小的教养环境和父母过度代劳的方式造就了时慧老公的彼得·潘综合征，因为他不需要长大，也不想长大。改变老公，首先需要改变的是老公的父母。建议家庭治疗，让父母和老公能在治疗中逐渐发现自己的行为问题，从而做出适当的改变。

另外，有些女性在寻找伴侣的时候很容易出现一种思想上的误区：这个男人和父母关系好，听话顺从，那他就是个顾家的好男人，对妻子也会关心体贴。其实成年人与父母关系特别紧密，有些情况下反而是一种心理发展上的缺陷。因为他们



不能很好地完成分离个体化，最后也无法成为独立成熟的个体。就像时慧的老公一样，他依附于父母，习惯于享受父母的照顾，如同还未长大的孩子。

很多家庭只有一个孩子，父母与唯一的孩子之间容易形成特别紧密的关联。时慧和老公都是独生子女，两人结婚组建家庭，有一个很重要的心理主题，就是从自己的原生家庭中分离出来，建立夫妻两人的核心家庭。在这个心理过程中，夫妻双方都会渐渐改变自己原本在家庭中的角色，适应新的家庭角色，承担各自的责任。如果在这个新家庭形成的过程中，夫妻双方或其中一方与原生家庭的关系过于黏滞，那么夫妻双方或其中一方的父母就会过多参与到新家庭的生活中，夫妻两人的新角色就很难形成，两人也无法就新家庭的规则达成一致。这样的情况将会导致后续一系列婚姻家庭问题。

广西南宁市人民医院  
主任医师 李艳鸣

## 亲密无间

朋友凌约我喝茶，还没坐下，她就絮絮叨叨起来：“你说我对芬多好，可是你看她是怎么对我的，我家里房子装修，她不让我出去租房，说她家房子大，可以暂住一些日子，可是这才半月不到，就嫌我了。姐，芬当年生病时，我俩可是黑天白夜地照顾了她好几个月呢，你说说，她还有良心没？”我示意芬坐下来，平复一下自己的情绪。

凌、芬、我，我们三个是要好的姐妹，不同的是，她们两个是死党，我和她们任何一个，都是要好的姐妹，但没有她们之间那种亲密。“我觉得是你们俩太好了，所以才厌烦。”我说。凌惊讶地望着我：“关系好才烦？我俩是死党哩，关系当然好了，关系不好，那还算死党吗？”

“死党之间也不能关系太好。你们俩，太过亲密了，QQ密码互相都知道对方的，还互相登陆，搞恶作剧，还有支付宝账号，密码也都知道彼此的。你去芬家住，是不是又和芬同床共枕，把人家老公给撵到客房了？”“太神了，你怎么知道的？”我一本正经对凌说：“好朋友也好，死党也好，并不一定要好到恨不得变成一个人。人和人之间是需要一定的缝隙的，就像两棵树，距离太近，会影响彼此吸收阳光。在适当的距离内并肩而立，一同抵御风雨，一同健壮生长，这才是真正意义上的好朋友。你想想，我说的对吗？”

凌轻轻啜饮着咖啡，一会儿，她点点头：“嗯，你说得对。就像我们俩，平时常常疏于联系，但每逢有喜事、烦恼的事，我总会想跟你说说，这种有距离的亲密仿佛更让人感到愉快。”

亲疏有度，才会使人感觉舒服。如果靠得太近，有时反而体会不到一些触动心灵的美。“君子之交淡如水”，人与人的交往，保持适当的距离，会相处得更融洽。就如席慕容所说：友谊像花香，淡一点才好，越淡才会越持久，越淡才会越使人留恋。

王萃芳 (山东)

## 压力就像这杯水

曾经看过这样一个视频：有一位讲师在压力管理的课堂上拿起一杯水，然后问听众：“各位认为这杯水有多重？”有人回答说200克，也有人说是500克。

讲师说：“这杯水的重量并不重要，重要的是你能拿多久？拿1分钟，各位一定会觉得没有问题；拿1个小时，可能会觉得手酸；拿

1天，可能就得叫救护车了，这杯水的重量是不会变化的，但你拿得越久，就会觉得越重。”

讲师接着说：“这就像我们承担着生活的压力一样，如果我们一直把压力放在身上，到最后，我们就会觉得压力越来越重而无法承担。所以，我们必须学会适时地‘放下’，休息过后再拿起，如此才

能拿得更久。”

学会适当的放下、放松，对我们来说，是至关重要的一件事。因为我们每个人在生活中都承担着生活的压力，这是上天所赐予我们的责任，我们必须承担。若不想被压力压垮，就该学会放松自己的心情，让自己可以得到休息，整理好心情再去承担。

李剑红 (黑龙江)

中国最具影响力专业报品牌 中国十佳卫生报

**大众卫生报**  
服务读者 健康大众



微信名：大众卫生报  
微信号：dzws001



扫描二维码  
立即订阅  
《大众卫生报》

**全年定价120元**  
**邮发代号41-26**

全国邮局均可订阅  
邮局收订电话：11185