會心-做自己生命中的主人

發行單位：國立南投高商
發 行 人：劉玲慧
編 輯 群：柯盈伶、羅雅琳
蔡敏琪
2025.03

從愛情中看永恆少年 少女

如果他抗拒長大，你除了離開別無他法…

你在感情上遇過這樣的人嗎？

- 愛好自由但是不喜歡負責
- 嚮往浪漫、自在、幻想的生活，可是一談到現實，他就想逃
- 一開始跟他出去的時候他會裝闊，但是隔了一陣子，你會發現在這段關係裡面幾乎都是你在付錢
- 跟他在一起很有趣，但是也會覺得好像沒有未來
- 他好像沒有太多的肩膀跟抱負，在他的世界裡，享樂遠比工作來得有意義

「永恆少年／少女」的概念由心理學家榮格提出，他認為心理發展是人一輩子都在持續的事情，在青少年階段，我們開始產生了自我認同，漸漸脫離父母的保護，逐漸個體化的過程，如果這階段發展不完全，內心還停留在青少年時期，難以發展出成人的角色，為自己的生活負起責任，這就是所謂的永恆少年/少女。

永恆少年/少女的特徵，是活在自己理想化的世界裡，與現實的連結薄弱，雖然有許多充滿創意的點子，但也容易因為挫折而放棄，也常把成功想得過於簡單、美好。榮格也提到，若要讓青少年蛻變成一個成熟的大人，就需要經歷一場「成年禮」，也就是去工作、去經歷、去受苦，去訓練自己忍受真實世界的無趣、不自由，去體驗內在的缺點與不完美，才能讓少年從幻想中脫離出來，與真實生活接軌，並藉此重建自我價值。

◆永恆少年常見的情況：

1、不願進入大人虛偽的世界，透過停滯於童年來逃離現實。追求獨特性，也恐懼被牽絆，因此沒有能力建立連結關係。
2、只想找尋完美對象，所遇之人都在相處後覺得不是「正確的」那個。拒絕承諾、負責，逃避關係中的磨合與自我修正，最終逃避親密關係。
3、享受當下的快樂，找不到人生方向，無法扛起責任，容易放棄並對現實失望。
4、無法面對承擔責任、不願面對付出代價，常常有計畫但無執行力，因此無法腳踏實地。

◆如何走出永恆少年的困境

如果你遇到的對象是一個永恆少年/少女，或者你自己就是永恆少年，那該怎麼辦呢？其實有 8 字箴言「用力玩樂，認命工作」。榮格說，「工作」是擺脫空虛感的一個重要方法，不管這個工作是你喜歡做的或是你不喜歡做的，給自己一點時間認命的做一陣子，你可能會發現這個工作使你開始感到興趣，慢慢投入，你也可能會發現除了這個工作以外還有你更有興趣的事情，但你勢必要在一些地方花費時間和精力，這些你花費的東西，才能夠累積成某一個更有價值的東西（或者看見你有能力在哪些地方累積出價值）。

如果眼前的他是一個永恆少年/少女，那麼讓他長大的最快方式，就是停止對他經濟的支援。讓他為自己的生活跟現實負起責任，讓他自己填飽自己的肚子，不要再當他那個永遠不斷澆灌他奶水的母親，當你停止當一個媽媽，他也才有機會停止再當小孩。

故事《彼得潘》中的溫蒂，因為在她知道彼得潘沒有辦法給她想要的未來以後，她還是選擇回到了現實的世界。相較之下，彼得潘依然拒絕長大、依然停留在他的永無島，依然扮演一個無法信守承諾的小孩（他答應溫蒂每年要來看她但是並沒有）。最後，溫蒂結婚生了小孩，但彼得潘依然在他的世界裡面飛翔。

看溫蒂想想你自己，如果對方抗拒長大，你除了離開別無他法。因為如果你不離開，你可能會賠上自己的長大跟未來。長大並不會失去童年原本擁有的魔法，反而相較於小時候的自己，有一種成熟的魔力。

資料來源：
瑪麗 路薏絲・馮・法蘭茲《永恆少年：從榮格觀點探討拒絕長大》
海苔熊官方網站 https://haitaibear.com/archives/21538/

輔導室 真心關心您