

《空中辅导》与他相处不再怕

第 33 讲：盲目附和型人物（1）认识盲目附和型人物

盲目附和型——只会讨好别人，避免任何冲突

徐静和郭宁宁只认识了几个礼拜，却已经成为了好闺蜜，他们是在公司迎新活动上认识的，那时候有他们和其他新同事一起听讲座，到午饭的时候，徐静因为是素食者，婉拒了其他同事一起去吃牛肉锅的邀请，打算自己去吃点素食。

这时候，郭宁宁追上了徐静。

“徐静，我们一起吃饭好吗？”

“宁宁谢谢你，但我因为身体不太好，打算去吃些清淡的素食，你大概不会喜欢吧！”

“我也喜欢吃素呢！”

“真的吗？那就太好了，我还担心大家都只喜欢吃肉呢！”

就是这样，徐静和郭宁宁一起去了找素食餐厅，徐静说起自己最近迷上了一部韩剧，郭宁宁就急着说，她也非常喜欢看电视剧，表情还挺夸张的，好像遇到知音一样。徐静听到后就很慷慨的分享她昨晚看的那一集韩剧的情节怎样峰回路转。看着对方不停点头，表情仿佛很感兴趣，徐静更是说得眉飞色舞。徐静是个运动能手，她说自己假日经常去运动，宁宁就回应说她也超喜欢做运动，只是最近变懒惰了一点，还对徐静说下次去爬山时，一定要叫她一起做运动。听到对方的兴趣和自己的那么相近，徐静喜出望外，与宁宁开始越聊越愉快，因为很少遇到兴趣与自己那么相似的人，倍感一见如故。

第二天，下班后她们一起去喝咖啡，郭宁宁送了一个非常精致的狗狗水杯给徐静，因为之前一天闲聊中徐静说过她最喜欢家里的小狗，可以在家里留一天陪着爱犬也不觉得无聊。宁宁便说她也是从小特别喜欢小狗，然而对话之中，却说不出任何一种她认识的品种的狗狗。喝咖啡的时候，无论徐静说什么，宁宁总是百分百回应“我也是！”“我也这么觉得！”“对啊！”

天色晚了，徐静告别宁宁打算走路回家。

“我走这边回家，明天见！”

“我也跟你一样走这边！”

“你家不是在那边吗？”

“这边也可以到的，我有时候也会走这边呢！”

“太巧了！那我们一起走吧！”

事实上，郭宁宁要是自己一个人时，根本从不会考虑吃素食。看到母亲在家里追看电视剧，郭宁宁总是感到无聊，有时候还忍不住吐槽一句：“妈，不用再跟我讲，你自己看就好了。”关于说自己之前也喜欢做运动，那大概就要追溯到九岁那年，曾经发生过那么一周，仅此而已。事实上，宁宁并不喜欢运动，尤其在大自然环境中爬山一类的活动，而想起草丛中的小动物，也让她感到有点毛骨悚然。至于小狗，猜想聪明的你也想到了，郭宁宁对狗儿一点认识都没有，更加不用说特别喜欢了。

慢慢地，徐静发现，无论自己喜欢什么，郭宁宁也喜欢；无论她想做什么，郭宁宁都想做。不但如此，徐静开始发现，郭宁宁好像对自己所有的想法和需要都很有兴趣，她提起过自己喜欢吃有机蔬菜，第二天便收到郭宁宁送上一本全新的有机蔬菜健康大全食谱，就好像自己有什么喜好，对方就开始用此来讨好自己，却从来好像无法很清楚对方在想什么、需要什么，这开始令徐静感到有点不安和隐隐约约的困惑。

是的，郭宁宁确实是一位拥有强烈盲目附和型性格倾向的典型人物。无论是面对新认识的徐静，还是对待身边大部分的人，包括亲朋好友和同事，郭宁宁都习惯了非常注意别人的喜好和想法，然后改变自己去附和他人的想法，经常声称自己的想法也是一样。然而，郭宁宁并没有恶意，也不是出于想欺骗别人。听起来，有人完全附和与自己好像也不错。但事实上，与有强烈盲目附和型性格倾向的人相处，也是一种挑战。不少有这种性格倾向的人会失去了自己重要的个性，一味企图成为他们以为你想他们变成的人。这样有什么问题呢？是的，和平会带来舒适、安全和谅解的感觉，但这样营造的和睦，是由一方不必要的完全扭曲自己而形成，这段关系长远来说，又是否可能健康发展下去呢？你知道吗？每段发展中的关系，的确需要一点点的不协调，有时候甚至需要少许的冲突，才能带来生机，才能真诚地互相认识对方，及超越表面地深入的相处。慢慢的，我们会发现，与有严重盲目附和型性格倾向的人长期相处，双方都会感到莫名的疲倦，因为对方强行建造的友善，慢慢地会让人感到窒息、依附甚至虚假。苏格兰历史学家卡莱尔不留情面的说：“我不喜欢跟那些常常只懂一味同意我的人说太多话。起初，与这些应声虫一起是不错的，但不久就令人感到厌倦。”说应声虫是难听了一点，但也不难想象这位历史学家当时的感受。试想想，如果对方一味只认同你，但你永远不知道他真正的想法、需要和感受，神神秘秘，你会喜欢这样的关系吗？这种关系在最初可能可以给你激励的力量，让你感到很被认同，但很快便会让你枯竭起来。在这里，我们要先清楚，盲目附和一个人不代表你对这个人好，而对一短关系好，盲目附和不一定有益处。

认识盲目附和型性格倾向

连同过往讨论的所有性格倾向中，盲目附和型性格倾向在关系中，是最容易使人陷入而不自知的。为什么呢？因为在一般情况下，盲目附和型性格倾向者是以一种易于相处、亲切和蔼的形象出现。尤其如果你需要别人肯定，你更加是很容易能在他们的身上获得满足感。盲目附和型性格倾向人物很少与别人争执，他们永远不会推翻你的意见，哪怕他们根本不认同你。但是，在他们欣然认同一切的外表背后，可能是一个由扭曲的概念和贪得无厌的渴求所交织的内在状态。盲目附和型性格倾向人物需要大量的注意力。起初你未必会发觉这一点，

我们之后会慢慢了解。此外，盲目附和型性格倾向容易使一个人变得与人合作但不求甚解、长远不可靠、委曲求全、没有安全感、容易内疚、隐善扬恶及难以建立深入关系。现在，让我们一起来听听每点的相关内容吧！

非常合作但不求甚解

“好的没问题，我可以做！”“好，我来！”“你放心，我很喜欢。”这些短短的句子，是盲目附和型性格倾向人物经常挂在口边的。为了避免任何人失望，不论是不知名的侍应，还是一位认识多年的老朋友，盲目附和型人物都会一味同意。如果你说不想吃火锅，他们也不想吃了，哪怕其实他们恨不得立刻去来个麻辣火锅汤底过过瘾。如果你是热情健谈的，他们也会变得热情健谈。如果你说你喜欢安静，他们也会安静下来。然而，在说出“好”和“没问题”的同时，也许他们对你说话的内容根本不求甚解，就是说当他还不明白你说的，他都会说好，有时候还会麻木的给与过度的认同，但如果要他们真诚的说出认为不妥当的地方或他需要什么，对他们来说很有难度。

不可靠

丽：“欣欣，下个礼拜一我们去打球，你要不要一起？”

欣：“好呀小丽，我可以呀！”（内心的感觉：“哎呀，我礼拜二有营业报告，这几天都其实很忙，但……唉，到时候再算了。”）

欣：“不好意思小丽，我今天不能来了，你们三个玩得开心点。”

丽：“不是欣欣吧？我们三个人以为你会来，还想跟你打双打呢！”

欣：“真的很对不起，下次吧！下次我们去打球我一定来！”

丽：“唉，好吧……”

盲目附和型性格倾向的人渴望讨好别人，但吊诡的是，现实中，他却常常叫人失望。为什么呢？因为他们太希望讨好别人，所以当别人有要求时，他们会不顾一切的，作出不切实际的承诺。比方说，他还会第一时间答应你明天早上把你想要的报告交给你，或者跟你说，他一小时内可以来到。他们说这些话时，很多时候心中是怀着真诚而说的，希望你不用等太久，盲目附和者总希望自己是一个好帮手，也很怕所谓的拖累别人。但是，他们通常都不会有始有终地实现自己的承诺。是的，因为他明明就不够时间完成报告，或者他一个小时内根本不能来，但他还是答应你，然后想着自己也许能做到。渐渐的，这些失信于人的行为，使别人认为他们没有信用，并不可靠，不值得信赖，言行不一。

过分的依赖

盲目附和者不辞劳苦、不惜一切地去讨好别人，但很多都不懂独自作出决定。不少有严重盲目附和型性格倾向的人，喜欢附和群体的取向，如果你不为他们作决定，他们就会试图看看大家的神情、语气反应，试着去猜想大家想他做什么事，希望他怎样回应。如果要独自作出

决定，对他们来说是困难的，因为习惯了看别人的想法而决定自己怎么做，所以行为比较摇摆不定，过分依赖别人。

委曲求全

千方百计避免引起冲突，就是典型盲目附和型人物赖以维生的座右铭。这种性格倾向使人即便有自己所想说的话，却会避而不谈，尽量不想自己有与人出现想法上的不同，好让他们避开在关系中潜在的冲突。这个并不限于在工作上对着老板，而在家人朋友的面前，也是这样。盲目附和者向人委曲求全，甚至当他们认为事情很不妥当，心知自己受了很大委屈，甚至被误解时，他们也继续尝试附和、认同、不反驳，因为他们太害怕会与人发生争执。事实上，在很多关系中，大家都说说自己想做的，不一样时轻松的聊聊，是人际相处中很常见的事情，互相迁就就可以。但盲目附和者却经常把自己放置于一个无缘无故退让、委屈的位置之中，在与人相处时，心中也不感到真正的舒坦。

没有安全感

盲目附和型性格倾向使人把所有事都与自己扯上关系，并往往向坏处想。比方说，如果你与他们通电话时去接听别人的来电超过一分钟，他们会感到被你冷落了，并会胡思乱想着是不是自己刚刚说了令你不爽的话，你不高兴了，又或者是不是自己在言谈间显出了自己是个闷蛋，所以令你宁愿与别人聊天，对他避之则吉。如果他约你今晚吃饭，但你因为早就约了另一位朋友所以推了他，他会觉得自己被比下去，想着是不是上个礼拜说了什么冒犯了你，或者担心跟你的友情比不上你跟那位朋友的。如果你不喜欢他的孩子，他会自我谴责，觉得自己做错了。如果有任何事情出错，他们会立刻假设肯定是自己有问题。盲目附和型性格倾向使人在关系之中经常感到不安，过度批判自己，对自己人际相处时的表现太在意，存有很多负面的想象。但很多时候，其实别人并没有不喜欢自己啊！但这种误会和自卑，却一直围绕着他们不放，继而影响他们在人际关系中的信心和自然度。

充满罪疚感

盲目附和型性格倾向，使人背负着一个包袱叫自我谴责。

“为什么我没有说一句比较好听的话呢？”“哎呀！如果我厨艺不是那么差就好了！”“刚才我不该流露出失望的神色啊！”被这种缠绕不休的自责感驱使，盲目附和者总是感到自己不合乎标准，事无大小都会认为自己出了错，经常需要透过附和别人来感受自己的存在感。这种过度自责的心理，渗透在思想每个细节当中，有时候连自己也不自觉。

习惯隐善扬恶

丽：“欣欣，这汤你煮的特别好喝呢！”

欣：“本来是不错的，但我把红萝卜切得太大块了。”

盲目附和者为你煮了一顿丰富的晚餐，辛辛苦苦弄了半天，他仍然会这样说出那个根本谈不上是缺点的缺点。其实红萝卜大根本不重要，甚至，那萝卜切得根本不算大，也没有人介意，但盲目附和者通常喜欢把注意力放在他们性格上的小缺点上。很多时候，他们过于着眼别人对他们负面的评价，甚至当别人根本没有指出任何缺点时，他们都能找出自己做得不够完美的地方，并将此放大。对于称赞，他们会不敢接受，赶紧找一个缺点出来讲讲。一个对自己批评的字眼，抹煞他们过去所做的一切值得被称赞的事。面对自己，他们喜欢忽略好的，而未如理想的事，就统统放在心里头。这一点，跟自我价值和自我形象，通常有着密切的关系。

介意别人的眼光

不少盲目附和者会专注这样的问题：“他会怎么想呢？”

这是他们一次又一次、一日复一日在脑海自动想着的问题。担心别人怎么想自己，这想法就好像雷达一样，安装在他们的思想中。“哎呀！不知他会怎么想？如果我这样说、这样做，他们会讨厌我吗？”这种无法摆脱的意念所产生的结果，就是过度介意别人怎么看。不经意间，盲目附和者所关注的，都变成了“自己在别人眼中看起来怎样”，而不是他们“真的是怎样的人”。

这一集，我们初步听了一些盲目附和型性格倾向的普遍心理，了解了一些他们心中的感受和想法。下一次，我们会继续来认识盲目附和背后到底是怎样的挣扎，他们到底每时每刻面对着什么，而很重要的一点是，我们又有哪些方法，或许能帮助我们改善受到盲目附和和心理所影响的关系呢？亲爱的朋友，无论听到的也许就是你自己或身边的人，请不要忘记求主耶稣怜悯、帮助你所重视的这段关系，带领你们学习怎样更好的相处，在关系之中重新找到出路！求主耶稣祝福你！