

## 《空中辅导》与他相处不再怕

### 第2讲：批评型人物（1）

#### 批评型——总是挑剔，好为人师

《与难缠人共舞》一书的作者曾经去探望一位牧师，他说，当时，牧师手上正拿着一些文件专心的看着。作者进去看到牧师一脸无奈，就问牧师说：“我是不是来的不合时了呢？”

牧师回答说：“没事，快进来吧。每个礼拜我都会收到好几张匿名的卡片，这些不愿意披露姓名的人都希望给我一些意见，我正在看这些卡片而已。”

作者开玩笑的说：“相信一定是非常有用的意见了！”

然后，他们一起把那些匿名卡片一起读出来，不禁相视而苦笑。原来，卡片的内容都是在投诉着各种吹毛求疵的事，包括哪个聚会的灯光不够浪漫、温度不够舒服、哪首歌的音乐节奏弹得太慢，甚至哪天的讲道题材不是他想听的等等。

是的，这个世界里有一些人，他们不管环境和背景如何，凡事都爱挑剔一番，而且这些人的自我感觉通常很良好，认为自己所说的都是高明的意见，见解独到。

事实上，大多数人认为最难与之相处的就是批评型的人。亲爱的朋友，想必你也想象得到这一类型的人大概是怎样的了。这一类型的人仿佛就是爱惹人生气，经常对人评头品足，不是说你过于保守就是过于开放，不是说你过于严肃就是过于轻佻，甚至他在不同时期批评你的内容是自相矛盾的。

这些专爱吹毛求疵的人可能是你的上司、同事、生意伙伴、泛泛之交，是你的老朋友，甚至是你最亲的人啊！这些人很喜欢在事后批评你当初的决定，指出你哪里又做错了，早就不该那样做，应该怎样怎样做，然后沾沾自喜的继续教训你一番。他们说话的时候总是传达着一种对你失望的语气，说你做错了决定，带来了麻烦。有时候，哪怕你提出的其实是一些有用而且有建设性的好提议，他们却不动一根汗毛就将你提出的好主意给反驳掉，冷水一盆从头顶倒下来，他们完全不会觉得别人的提议能有丝毫可取之处，也不会欣赏别人。而且，他们觉得跟着自己的一套就是最好的。有时候，他们甚至为你的生活想好了他们认为精妙无比的计划，老要你跟随他的计划就没错。他们还可以将每一项想好的细节娓娓道来，认为他们比你更懂得安排你的人生，觉得你只要向他们请教，人生就无敌了。

这一些人，就是自以为是的——批评家。

从小到大，当你读到一些传记里记载有些人如何克服困难、达到目标的事迹时，你会发现，这些人大部分也在艰苦的过程中遇到了不少这样的批评家。

克利夫兰印第安人棒球队的经纪人斯皮克谈到了投球手露丝的时候，他说：“他放弃当投球手这实在是大错特错。一周只出赛一次，他还是能留在球队一段时间，大有机会成为棒球红星哪！”他倒是没想到，自己批评的人最后会如此出色，超于想象。

虽然我们都不会想尝到遭人批评的滋味，但是，还是不要期望生活中能幸免好了。无论你多努力工作、想法有多周全、才华有多洋溢，你依然会招到某些人的不满意甚至批评，这几乎是没有人能完全幸免的。试想想，即便像耶稣一样动机纯正的人，在圣经里，我们还是看到他经常遭人误解污蔑，被人额度的批评甚至想要把他置于死地。如果你细心阅读圣经的四福音书，你会惊讶的发现，竟然有人污蔑耶稣是一个贪吃好酒的人，又有人批评耶稣怎么会跟罪人来往交朋友，说他是同流合污的。当时，更有人说耶稣是撒玛利亚人。而这样的说法在当时其实是一种严重的种族性污蔑，也等于指控耶稣通敌卖国那么严重。

### **批评者一般是怎样的？**

批评者很喜欢在鸡蛋里挑骨头，你认为事情进展顺利，他就偏要找出差错来。这个内置于批评者脑海内的，就仿佛是一个消极事物检测器一样。这种凡事找出错处的特质，可以说就是批评者的特征。不过，批评者还有其他特质，比方说：讲求十全十美、吹毛求疵、颐指气使、做事充满鞭策力、说话带批评讽刺、权利欲特别强、傲慢自大、令身边的人恐惧和筋疲力尽、喜欢卖弄学问等等。

### **讲求完美**

卡丽仪说，她的丈夫希望卡丽仪是一个完美无瑕的妻子，但卡丽仪或世上的任何一个人，都根本无法做到完美。即便是极细微的小缺失，比方说，只是衣服上出现了小小的污点、餐具放的不争气、家俱的布置不合心意等，都可以引发卡丽仪丈夫的不耐烦，最终发展出激烈的辩论，争吵收场。

经过二十多年的婚姻生活，卡丽仪觉得已经无法忍耐丈夫不断的批评和拒绝。可惜批评者的特质就是，他们讲求完美、高不可攀的苛刻标准，总是会亲手将许多关系毁掉。

### **充满鞭策力**

叫人意外的是，批评者不单对别人苛刻，他们对自己也非常严厉，他们批评自己就跟批评别人同样多。他们喜欢把对自己那一套过高的要求强行套在别人的身上，随意鞭策别人，也希望别人一定要接受自己的标准和鞭策。批评者们除了要求事情都要用他们觉得好的方法处理之外，还经常干预别人，很强势。他们误认为只有这样鞭策、鞭策、不断的鞭策，才能确保事情做得好。批评者看来无法停止鞭策别人。

## 颐指气使

有一位已经有三个孩子的母亲，她觉得自己非常失败，她说：“我妈认为她带孩子比我厉害和有经验多了。她不单总爱说出自己在带孩子方面的观点和看法，还坚持要我一定要跟她的意思做不可。关于带我孩子的事，都是我妈说了算，仿佛她要决定所有关于我孩子的事一样。”

不少批评者跟这位母亲一样，他们会非常清楚的向你表明自己的立场，但就不会同意别人的建议和做法。除了过度批评外，他们还会直接插手干涉，对你颐指气使。

## 语带批评讽刺

有一位妻子说，她的丈夫老是批评她，不是说菜弄得不合心意，就是不满子女为什么这么晚睡。丈夫每天的批评让这位妻子觉得很难堪，甚至慢慢也觉得自己不会是一位好母亲，怀疑自己没有做好母亲的本份。

其实，批评者就是善于来这一套，他们坐在自己设计的宝座上发施号令，让自己充当判官，喜欢裁决别人，将别人设计成为受审判的罪人。

## 权力欲强

批评者说话自有他们的一套，他们总是会说：“我是对的，你相信我说的一定不会错。”他们的自信心十足，而且狠辣的批评让他们占尽了上风，把矛头都指向了别人。心理学家格拉瑟在他的著作 *Control Theory* 中写道：“早别人批评让人失去了控制力，没有什么比批评所造成的破坏和影响更深；同样，当我们遭到批评者这种无理的批评时，要重新夺回控制权，也比任何情况来得困难。”

批评者最明白这个道理，并且会利用每个机会，以高人一等的姿态，激起别人心里对自己的自我价值怀疑，让别人陷入困境中。

## 傲慢自大

不少批评者自视很高，他们总是觉得自己才是专家，他们总喜欢把结论说出来要求你跟从，不认为需要听取意见，因为，他们觉得你提出的所有考虑他早已经考虑过。其实，批评者很少真心向人求教，很少问问题。他们总是觉得自己什么都懂。

## 令人筋疲力尽

如果你的上司是一位典型的批评者，那么，你也许会发现他对员工总是吹毛求疵，有什么地

方出错，他会一口咬定是别人出了问题，而不会想想自己有没有错。他们会觉得自己对别人的批评属于是有建设性的批评，是为事情好，甚至觉得自己这样批评别人是对事情有益处的。事实上，在这些人身边工作，大家都只会被弄得心中恐惧，筋疲力尽。是的，批评者总是让身边的人筋疲力尽而不自觉。

## 喜欢卖弄学问

批评者同时也是天生的教师，喜欢在别人面前炫耀自己的学问、经验。他们很专注在那些琐碎的细节上，然后觉得只有自己留意得到这些细节，而别人都是粗心大意的。他们会在你说话时突然插口说：“等一下，这一点是怎样怎样的，你忘记了吗？”

批评者善于让你觉得自己在他们面前只是个小学生，让你无地自容，而他们自己呢，则是手里拿着书本教导你的权威教师。

## 吹毛求疵

销售汽车的经纪都知道车评家是一类怎样的人，他们就是常常来看车，但从不买车的人。这些所谓的车评家对汽车的每一个细节都非常在意甚至非常挑剔，比方说，车评家在听着汽车引擎发动的声音时，能听出别人根本无法听到的碰撞声，又能看出汽车座椅上别人无法留意到的极细微的瑕疵。

他们为自己能发现这些极度微小的瑕疵而沾沾自喜，却不知道自己的吹毛求疵很多时候却是非常不重要，甚至是多余的。在生活中，批评者就像这一类车评家一样。

让我们花两分钟来做一个小小的测试，看看你是不是正与一名批评者相处？

这些问题，你只要记住你的答案是“是”还是“否”，那就可以了。

1. 这个人有时候表现傲慢自大，喜欢摆出一副无所不知的样子，是吗？
2. 如果有什么小瑕疵，这个人总是能发现，是吗？
3. 当你和这个人在一起的时候，你的感觉就像要接受审判一样。是吗？
4. 这个人无论什么事都有意见，会挥洒自如的告诉你应该怎么做，喜欢指挥。是吗？
5. 和这个人在一起，感觉就仿佛一个小孩站在老师面前接受教导一样。是吗？
6. 在这个人身边的时候，你经常不断的要接受他的批评，让你觉得自己一无是处，是吗？
7. 这个人很专横，是吗？
8. 如果有什么小问题发生在你身上，这个人插手处理时，会用让你尴尬不已的方法，是吗？
9. 这个人总是摆出一副要教训别人的模样，是吗？
10. 这个人每天都要发点牢骚，或将身边的人一些缺失找出来方肯罢休，是吗？
11. 你和这个人的关系里，由这个人支配的比较多，是吗？

12. 如果要找出五个形容词来形容这个人，吹毛求疵是其中一个，是吗？
13. 在这个人身边，你要特别小心提防，精神要特别集中，是吗？
14. 即使事情进行得顺利，这个人仍会找出问题来，是吗？

亲爱的朋友，以上十四道题，你的答案有多少个“是”呢？

如果有十个或以上的答案是“是”的话，无疑这个人正是一位批评者，他喜欢批评的特点让你感到难以相处。

## 认识批评型的人

批评型的人可能会挑剔你开车或者停车的方式，而且，当你借用他一丁点东西，他总是非常紧张你会出错，变得紧张。他们那种大叫大嚷、怒气冲冲的态度，真会令人怀疑他们会不会因此短寿几年。不过，批评型的人就像装上了超能电池一样的玩具一样，不断向前冲、冲、冲，而且一边冲一边批评你。不过，为什么他们会这样？为什么批评者好像上了瘾一样，非要不断批评人不可？

批评者常以为自己的批评很有用，还会觉得自己指责别人，指出别人的缺点是为对方好。他们绝对唯有听他们的意见才能带来改变。但是他们不知道，以这种自我的态度提出批评，能带来良好的改变的机会是不高的。因为态度不好的批评引起对方的本能反应就是防备与反感。如果批评者真心希望事情向好发展，为事情带来良好改变，就应该转变自己的态度，因为，大多数真正的改变，都是在平心静气的反思中，务实而尊重相互聆听之中产生的。真正美好的改变，很少是由事无大小的严厉批评而生。

批评者有时候会为了解决问题而提出批评，而他们却对问题背后的实际情况不求甚解，不过，即便他们对问题的情况不是很了解，却依然会一个劲儿的提出所谓的解决方案，以居高临下的态度质问你为什么不这样这样做。他们不假思索的提出自以为高人一等的解决方法，往往为对方更头痛，结果还是批评多于帮助。

批评者不会掩饰自己的想法，也不会因为担心别人的感受而用一些婉转或顾及对方感受的方式来表达意见。有时候，对方根本就不需要批评者的说明，但是，批评者依然会如泉涌一样，将他们认为对的解决方法倾倒出来给对方。

有些批评者认为批评只是开城报公的做法，没有任何问题。事实上，这样的态度对婚姻关系特别有破坏性。有些人在外面非常懂得尊重别人，但回家以后对自己的配偶却不是这样。他们能平心静气的对待同事，但一回到家中，就不留情面的找自己配偶的错处，口没遮拦，向配偶咆哮挑剔，有时候甚至言辞粗鄙难听。他们以为找出别人的问题就是公正，并以此为最高的目标。他们却不发现，别人没有用这种方式对自己。他们忘记了关系中最重要的是相爱与互相尊重，而不是吹毛求疵的找别人不好的地方。长此下去，痛苦的除了是他们身边最亲密的人，更加是他们自己。因为他们最终很可能会因为自己这样的性情而失去身边人的，亏

损的终究还是批评者自己。

原来，不少批评者都是在备受别人批评的环境下长大的。马茜是一个例子。马茜出身在一个单亲家庭，由母亲独立抚养长大。母亲被父亲抛弃心灵受创，而且单亲妈妈带着孩子经历世态炎凉，慢慢的就以恶劣的态度回应世情，对生活中的一切都充满了怨恨。由于马茜是妈妈唯一的女儿，妈妈心中的苦毒和对一切事物的批评和咒诅，早就听了不少。小孩子的时候，马茜无法改变自己的处境，每天无休止的听着妈妈的责备和批评，无论是男是女，认识或不认识的人，妈妈都总是不断的批评多番。

在这种环境下长大的马茜竟然相信妈妈的行为是正确的，甚至从妈妈那里感染到不断批评和指责一切的毛病。在不经不觉之间，马茜完全继承了妈妈的陋习。

我们先不管批评者为什么会变成这样的原因，有一点我们却是必须了解的就是：

批评者的批评程度有些比较严重，有些没有那么严重，也就是说，所有批评者都是不同的。有一些是心胸狭窄的批评者，他们因为自尊心薄弱，所以不由自主地贬低别人，他们会残害自己的家庭和身处的群体。不过，另一端的批评者的出发点却真的是为你好，哪怕别人其实不需要。这一段的批评者真的是为你的好处而着想，他们是有诚意的，我们值得去留意，到底你身边的批评者属于哪一类。了解到这一点，你将更加懂得如何处理你和这位批评者的关系。

我们刚刚了解了一下批评型的人是怎样的，也稍为理解形成批评型性格的其中一些原因，但是，下一步很重要，我们又要怎样跟批评型的人相处呢？

下一集，我再一起学习跟批评型人士相处时的方法和心态，千万别错过。