

专业对口，却临阵脱逃：一个本科男生的“怕”里，藏着多少教育暗伤

一个本科男生死活不去上班，不是不懂道理，是那台让人“敢动”的发动机，不知何时熄了火。

雷建华 著 · 发表于2026年7月4日 · SDE 学员专栏

的教育暗伤？

前段时间，姐弟俩去一家很好的公司应聘同一个岗位，弟弟的专业更合适，聘上了。然而，弟弟死活不去上班，所有人劝都没用——坚决不去！长辈们都猜不出原因！只有姐姐说他是因为怕。后来才知道姐姐说的是真的。

作为一个中老年人，打S都不相信一

个读完本科的男生会怕去上班！

一个读完本科的男生，因为“怕”而坚决不去上班，这在老一辈看来确实难以理解。但如果我们愿意放下“这有什么好怕的”这个判断，而用发生学提供的眼睛去看，会发现这个孩子不是“不应该怕”，而是他内心那台让人“敢动”

的发动机，不知什么时候熄了火。

他为什么“死活不去”？

1. 他缺的不是“道理”，是“能动的力量”。

一个人能主动去做一件事，需要三个层面同时工作：

意义引擎：这件事对我“值得”去做，它有意义；路径组织：我知道大概可以怎么一步步走，心里有数；能量系统：我身上有劲，有“想去够”的张力。

这个男生很可能情况是：

意义引擎其实没问题：他知道上班是怎么回事，投简历、面试、坐工位，流程上心里有数，甚至可能比姐姐更清楚专业上的事。

但路径组织和能量同时出了问题：

①他内心深处不觉得“去上班”这件事对“我”来说值得。更准确地说，他怕的不是“上班”本身，而是怕自己“做不好、被否定、被看出来不行”——在他的感受里，去上班约等于去“暴露自己不行”。意义引擎不是没点火，而是被“证明我不行”

这个预期给锁死了。

②他身上没有那股“冲出去”的劲。你让他想，他能想很多；你让他动，他动不了。这是能量系统被持续按压住了——不是懒，是使不上力。长辈劝“你要勇敢、你要去”——这是想直接给他一个正确的结构，告诉他“上班应该去”

。但孩子的病灶不在结构，他理智上完全同意“应该去”。病灶在路径组织和能量——他缺的不是“应该”，是“值得”和“有力”。讲道理讲得越多，他越会用“道理我都懂”来把自己封得更紧。

2. 他不是“没长大”，是他的自我界长期缺位

自我界是“我是谁、我经历过什么、我以什么身份存在”。一个从小被安排、被评价、被保护得很好的孩子，他的自我界可能一直很稀薄——他没有真正自己做过一个重大的、有结果的决定，没有自己扛过一件事的成败。

他不知道自己“能行”，因为他从来没有机会亲眼看见自己“行过”。弟弟比姐姐专业更合适，却比姐姐更怕——这本身就说明问题：他拥有的不是底气，是“标签”；姐姐拥有的不是标签，是“我决定过、我扛过”

的体感。

3. 他卡在成长态到成熟态的关口

这个男生很可能卡在成长态往成熟态的关口。他知道不少、能力也够，但从“被别人推着走”到“自己能发动自己”，中间那一步始终没过。而这一步，从来不是靠“再学一点、再准备充分一点”能过的——它需要一次次真实的、自己选择并承担结果的差异推进，让新的结构——“我是一个能做决定的人”

——在他自己身上真的显露出来。

现在，家长和他应该怎么做？

对他自己来说，最要紧的是做三件极小的、能拿回“主动”的事：1. 先不做“上班”这个大决定。逼自己去上班，就像让一个熄火的车强行上高速——只会增加“我不行”的证据。先把目标降级：今天做一个自己选的、跟上班无关的小行动：去跑步、整理房间、帮别人做一件事……，重新体验“我决定、我做、我完成”

这个完整的差异序列。2. 把“怕”写出来，而不是想。怕什么？怕到什么程度？有没有更具体的画面？写的过程，就是在给一团混沌的势能一个出口——把它从“全身紧绷”变成“纸上可看的字”。3. 找一个他真正信任的人，不是讲道理，而是陪他一起看那个“怕”

。他需要的不是解决方案，是被真正看见——有人看见他不是懒、不是懦弱，而是真的怕到动不了，并且不因此评判他。对家长来说，最难但最有用的一件事是：从“劝他去”变成“问他想要什么”且鼓励和带动他

自己去行动！

长辈的焦虑是真实的，但“劝”这个动作，恰恰在反复强化他的被动——你越推，他越证明自己“是被推的”。停下推，把选择权还给他。哪怕他说“我不知道”，也比“我被推着去”更靠近他自己的发生链起点。

你可以说：“我们不再催你上班了。但你自己想一想，你希望三个月后的生活，跟现在有什么不同？”——这个问法，是在帮他重新点火，而不是继续修他原本就有的结构。创造机会让他胆子大起来：让他招呼大伙一起K歌一场，让他全程负责组织一次全家小旅游……

家长在孩子小时候，具体怎么培养“不怕”的孩子？

发生学给的不是鸡汤，是可操作的工序：

1. 从小让他经历完整的差异序列，而不是只给正确答案。

①创造各种机会锻炼孩子的胆子：鼓励在众人面前讲话、唱歌、跳舞等，鼓励参加学校运动会，鼓励与朋友多一起出去玩，鼓励多参加集体活动，鼓励争当班干部……②遇到问题，不急着告诉他怎么做，而是问他：“你打算先试试哪一步？”

③做错了不马上纠正，让他自己看到结果、自己修正。每一次“我试了、我错了、我调整了”的完整循环，都在帮他把“我能动”这个结构一点点长进身体里。

2. 把“安全”和“无风无浪”分开。

很多家长把“保护”理解成“不让他失败”。但一个从没失败过的孩子，内心往往住着一个巨大的“怕失败”。真正的安全感，不是“你不会失败”，而是“你失败了，我还在，你不丢人”。3. 帮他建立“自己的”

自我界，而不只是“听话的”自我界。让他自己选兴趣班、自己安排一次旅游、自己面对一次冲突的结果。自我界不是讲出来的，是从一次次“我决定、我承担”里长出来的。

4. 家长自己要示范“怕但去做”。

孩子不怕大人讲道理，怕大人活出来的样子。如果你遇到新事物也退缩、也抱怨、也怕，却在要求他勇敢，他感受到的不是鼓励，是分裂。你在他面前做一件你怕但值得的事，胜过一百句“你要勇敢”。那个弟弟不是“应该去上班”

，他是还没长出“我能自己去”的那个结构。这个结构，不能靠讲道理装进去，只能靠一次一次真实的、有结果的、自己选择的行动，在他身上重新发生出来。现在最该做的，不是逼他“敢”，而是帮他从小事上，重新尝到“我自己能动”

的味道。哪怕只是一次他自己决定出门去和陌生人打球——那都是一次“在土壤中经差异序列成结构”的微小发生，而自信，就是从这样微小的发生里，一点一点结晶出来的。愿所有孩子，都能挣脱内耗的枷锁，长出丰盈的自我，自信坦荡、从容向阳，活成自由

且温暖的样子！

收录于 育儿分享

从一个具体事件切入——姐弟同去应聘，弟弟专业更合适、聘上了，却死活不去——而给出的判断有分辨力：他的问题不在「知道该去」，结构那一层没坏；卡住的是「值得」与「有力」。他怕的不是上班，是怕在上班里暴露自己不行。更深一层的观察最有价值：他拥有的是标签，姐姐拥有的是「我决定过、我扛过」的体感。专业更对口却更怕，这个反差本身就是论据。

给家长的部分把一句真话说破了：「你越推，他越证明自己是被推的」。于是对策从「劝他去」改成「问他想要什么」，并给了一个能照说的问法——我们不再催你上班了，但你自己想想，希望三个月后的生活跟现在有什么不同。这比抽象地讲尊重有用得多。给他自己的三件事也守住了分寸：先不做「上班」这个大决定（让熄火的车强行上高速只会增加「我不行」的证据），做一件今天就能完成、自己选的小事；把「怕」写下来而不是想；找一个信任的人陪着看那个怕，而不是给他解决方案。

家长 停止劝说，把选择权交回去；同时创造能重启主动性的小型任务——让他组织一次全家旅行、张罗一场朋友聚会。任务要小、要真、要有结果。

年轻人自用 把大决定降级成今天能完成的小行动，并且必须是自己选的。每完成一件，就多一条「我能动」的证据——这类证据只能自己攒，别人给不了。

高校就业指导 把「不敢去上班」从态度问题改判为动力问题：与其做职业规划讲座，不如安排低风险、有真实结果、由学生自己拍板的小项目。

企业与新人带教 入职前后给一次能独立完成并署名的小任务，比任何入职培训都更能建立「我在这里能行」的第一份体感。