

□ 记者 徐荔

“我一分钟都不想再待在这里了。”这是青浦监狱服刑人员马宇（化名）见到监狱心理健康指导室的民警心理咨询师后，说的第一句话。因为和其他服刑人员关系不睦，马宇感觉备受煎熬，他想“离开”。可是，尚在服刑的他怎么可能想去哪就去哪？而且在了解马宇犯罪情况后，咨询师也不解，这个曾经在社会上挺“吃得开”，且能同时周旋于两位女友之间，利用她们的信任“借”得钱财的情场高手，怎么会在服刑后与他人矛盾重重，甚至到了需要心理咨询的地步呢？

分手后他性情大变

马宇今年才27岁，出生在浙江的一个小康家庭，父亲做木材生意，母亲是一家公司的财务。虽然说不上大富大贵，但只要马宇有什么要求，父母都会答应。马宇小时候也比较懂事，一直是长辈口中的“好孩子”。

改变，从马宇上大学开始。马宇上大学后，身边有不少家境不错的同学，有的大一就买了车，有的大二时家里就给买了房。这些同学出手阔绰，马宇和他们在一起免不了要互相请客。马宇爱面子，可实际情况却不容许他和同学们一样“大方”。几次请客后，马宇就把四五千元生活费用完，向父母伸手要时，往往会被拒绝，这让马宇的心态逐渐发生了变化。

后来，马宇的感情生活受到挫折，他和女友因矛盾分手，女友的新男友家庭条件也不错。马宇得知后，认为女友就是因为钱才弃自己而去，这让他对钱的态度也发生了天翻地覆的变化。马宇开始觉得一定要有钱，如果没有钱，那也要装作有钱的样子，这样才能维护自己的面子和尊严。

马宇大学毕业后，父亲曾希望他接手家里的生意，但马宇看不上，觉得辛辛苦苦卖货挣不了几个钱。不久，马宇应聘到一家新媒体公司上班，并认识了后来的女友。在女友面前，马宇为自己打造了全新的人设——一个家里资产几千万，拥有不少豪车和房产的“富二代”，而且还是不愿意靠父母，希望通过自己打拼做出一番事业的有志“富二代”。

谎言说一次容易，要持续圆谎可没那么简单。为了维持自己的人设，马宇改变了生活消费习惯，抽好烟、穿名牌，吃住都是非高档不去。然而，这样的开销远远超过他的支付能力，他只能靠“借钱”维持高消费。于是，更多的谎言开始了……

周旋于女友间的“富二代”

马宇思来想去，觉得只能从“身边人”下手，于是女友成了他的目标。第一次“借钱”时，马宇告诉女友，自己生意做得不错，但需要借一部分钱临时周转。女友对马宇深信不己，爽气地借给了他。接着，马宇陆续又以父亲生病、公司资金被占用等各种理由向女友借了不少钱。女友的收入也有限，但出于对男友

的信任，还帮他向家人借钱。

慢慢地，女友看出了马宇日常高消费很“吃力”，她劝马宇不需要大富大贵，只要过平常生活就行。然而，马宇的心态已然扭曲，女友劝慰的话不但没有让他感到放松，反而觉得需要用行动证明自己真的是“富二代”。

为了继续维持人设，马宇开始寻找新的金钱来源。没多久，马宇在交友软件上认识了一名身在北京的女子，两人相谈甚欢，马宇自然而然成了她的男友。在“网恋”一段时间后，马宇试探着向她借钱，对方爽快地答应了。后来，在马宇编织的各种谎言下，网上的女友还将不少钱款交由马宇“投资”。

就这样过了一年，网上的女友突然问马宇要钱。原来，给马宇的钱是她挪用公司的，如今被公司发现了，要求她立刻归还。马宇哪里还有钱还给她，钱不是被他挥霍了，就是迫于现实中女友的催讨，用来还债了。马宇千方百计拖延，对方公司却等不了，报了案。不久，现实中女友的家人也觉得被骗，向警方求助。

因为两起案件分别在北京及上海审理，马宇被来回押送提审。当时正逢春运，马宇被押送的情景引得不少人关注，这对很爱面子的马宇来说无疑是种煎熬。



资料图片

最终，马宇因为诈骗约120万元，被判处有期徒刑15年。

服刑后“豁胖”不管用了

入狱服刑后，原本在社会上很“吃得开”、在情场上如鱼得水的马宇变得很不适应，不但和其他服刑人员关系紧张，也一定程度上影响了服刑改造。

去年，了解到马宇的状况后，青浦监狱心理健康指导室的民警王枫开始了对他的心理咨询工作。

“我一分钟都不想再待在这里

曾经周旋两女友间如鱼得水 如今苦恼人际关系如履薄冰

大的问题。马宇在监房里夸夸其谈时，不同于以前常有人“附和”“追捧”，如今更多是被“质疑”“追问”，甚至“唱反调”，这让马宇觉得很难接受。而监房里的人际距离特别近，大家抬头不见低头见，被驳了面子的马宇因此难以自处，看谁都觉得在针对自己。

王枫运用“清静接纳理论”，引导马宇理解自己的行为，同时就一个人维持自尊的方法是什么进行了探讨。

从马宇的犯罪经历来看，他不想做真实的自己，想成为另一个自己——别人眼中的马宇。因为真实的马宇是不完美的，别人会批评他的缺点。就像他不喜欢回到父母家，因为父母知道他的缺点，经常会批评他。他看起来不喜欢回家，其实是害怕面对真实的自己。而他扮演的“马宇”有钱、大度，接受到的都是别人的赞美。只是要维持这样的人设并不容易。

马宇想要成为别人眼中的优秀人士，可并不是通过改变自己的缺点去实现，而是靠谎言、欺骗，这种人设只能是空中楼阁，早晚都会崩塌。

同样，服刑之后的马宇想要维护自尊，也需要建立在踏实、努力的基础上，而不是靠“说”。“成熟的麦穗是低着头的，而不是昂着头向别人去证明自己。”王枫告诉马宇。

在进行咨询的过程中，王枫推荐马宇看了不少书籍，尤其是心理学方面的内容。

在最近一次谈话中，马宇告诉王枫，通过学习，他开始明白“抗拒代表真实”的含义，“我之所以抗拒一件事，很有可能因为那就是我的真实情况。比如，有人说我做事情怎么这么不踏实，如果是以前，我不会思考自己是不是不踏实，而是马上产生抗拒心理，并反驳对方‘你做事就踏实吗？’‘为什么不别人就说我？’”这些言语都像反光镜一样，把别人照过来的光线反射出去了，让我永远不能正视自己。而现在当别人指出我的缺点的时候，我会学着接纳，并反省、改变自己。”现在的马宇也不再通过夸夸其谈显示自己的价值，学会了“沉默是金”。

当然，帮马宇纠正价值观并不容易，也非一朝一夕，民警仍在不断教育引导马宇接纳真实的自己，并通过脚踏实地的努力寻找自我的价值。

民警的话>>>

青浦监狱心理健康指导室的民警王枫长期从事对服刑人员的心理咨询工作，他告诉记者，马宇的经历是个较为典型的案例，因为大学时期的遭遇让他的价值观扭曲，为了维护所谓的面子和尊严，一步步走上歧途。其实，在每个人成长的道路上，都会遇到各种各样的人和事，可能当时会因为某个人、某件事觉得“世界崩塌”，但冷静下来回头去看，这个人只是众多人中的一个，这件事也是成长过程中诸多事情中的一件。

年轻人因人生经历有限，遇到挫折、打击时可能会受到较大影响，甚至产生偏激想法。除了自身要学着接纳差异、失败，以健康积极的态度面对生活，作为父母、学校，也要以开放的心态鼓励、引导他们接触不同的人，经历不同的事，理性客观地看待遇到的人和事，避免因此而使价值观产生偏差。最重要的是，诚实面对自己，想要成为别人眼中那个优秀的自己，应当靠脚踏实地的努力，而不是金玉其外的伪装。

了。”这是马宇对王枫说的第一句话。

一个曾经能把两个女友“迷”得心甘情愿掏钱的人，怎会把人际关系处理得如此糟糕？随着与马宇谈话的深入，王枫发现，马宇之所以会陷入如此窘迫境况是因为他的价值观出现了偏差。大学期间与女友分手，以及和同班同学的比较，让马宇对于金钱、面子有了扭曲的认知，变成了一个浮夸、极度爱面子的人。在他看来，有面子才有人爱，有面子才能有自尊和自信。

服刑后，马宇想要继续维持面子，而他维持“自尊”的方式也没有变，依旧是“豁胖”，可这种方式却造成了极