

她将丈夫“鸡”成企业主， 却绷断了婚姻之弦



网络用语中，“鸡”被当作动词，用来表示“打鸡血”。

生活中，有人“鸡娃”，有人“鸡自己”，还有一种人却在“鸡老公”。

41岁的女白领尤美，在过去十年婚姻里，不断将“鸡老公”当成提升家庭生活水平和配偶综合素质的大法。

“做不到就是你没用，我要和你离婚！”尤美认为，这句口头禅，一次又一次“鸡”起了丈夫成骏的好胜心，逼着他在事业的道路上一直往前。

但当42岁的丈夫从一名普通码农奋斗成小有成就的创业者，他却对她说：“我累了。离婚吧。”

当时的成骏，已经习惯于用应酬逃避下班回家，用无节制的饮食对抗压力，原本匀称的身材像吹气球一样迅速膨胀，体重飙升到220斤。察觉到自身状态异常，成骏一度走进了心理咨询室，找咨询师丁晓春求助。咨询师告诉成骏：“这是你的身体在用你自己的方式反抗。”

为了帮成骏摆脱压力，咨询师也曾与尤美对谈，劝导她让成骏放松下来：“人生就像一根弦，长时间绷得太紧，一定会断的。”

遗憾的是，“鸡”习惯了尤美和“崩”了太久的成骏，还是离婚了。咨询师再一次得知他们的消息，是在他们分开一年后，上门来的人是尤美。

“老师，我想明白了，你说的对。人生不能只靠打鸡血，松弛同样是一种美。”尤美带来了一张照片，是前段时间，她和成骏陪孩子游玩时，三个人一起拍的亲子合影。照片上，成骏依然健壮，但不再肥胖，笑容轻松。

她告诉咨询师：“他现在的体重，已经回落到140多斤。摆脱那种鸡血状态，对他和我来说，都是一种解脱。”

跳槽后收入翻倍 妻子却怪他不顾家

电视剧《心居》里，主妇冯晓琴主动为丈夫顾磊报了会计培训班，想“鸡”出他的上进心，结果走向了悲剧。

和冯晓琴、顾磊的境遇相比，尤美和成骏的婚姻，开局还不错。尤美是公司里的部门经理，成骏是一名码农，收入不算很高，但很稳定。成骏的父母做生意，早早给他买好了市中心的婚房，让他和尤美安居无忧。在成骏的想象中，人生就应该这样稳稳地走下去。

但尤美刚怀孕时，就向成骏表达了不满：“你现在的工作太顺了。你知道有一句话叫生于忧患，死于安乐吗？等我们有了孩子，开销就大了，靠你这点收入是不行的。现在第三方支付行业很火，有许多新发展、新技术，你得赶紧学起来，搭上这班车。”

孩子出生后，看到尤美照顾孩子辛苦，成骏觉得，妻子要“鸡”出自己的潜能，道理上是对的。作为一个男人，是应该在事业上有所突破。于是，成骏将业余时间用来深入专业领域，读了在职研究生，也报了培训班。

拿到硕士学位后，他跳槽去了另一家公司，虽然收入翻倍，但工作压力也骤然增大。“新公司从事第三方支付行业，对我来说是全新的挑战。我要投入比以前多一倍的时间，才能适应新的工作领域和状态。那时的尤美很支持我，承担了大部分的家事。”回忆那段时光，成骏对心理咨询师说。

新公司的工作渐渐上了轨道，成骏总算感受到了得心应手的快乐，虽然他还是很忙。要加班，要出差，要学新东西，留给家庭和孩子的时间自然少了。

成骏告诉心理咨询师：“当时我岳母也

住在家里，帮尤美一起带孩子，因为尤美要上班。时间长了，尤美觉得家里的事都是她和她妈在做，对我不满意了。她是一个很善于提要求的人，她跟我说，你现在收入是提高了，职业生涯是发展了，但是作为一个男人，不能顾了事业就不顾家庭，对吧？”

“不想创业就是不求上进！” 他不得不听妻子的

尤美提出的建议，是让成骏自己当老板。她说：“你一直帮别人打工，也不是个事儿，如果你能够自己创业，开一家公司，做自己擅长的事情，那你不仅能赚到更多钱，还能自己掌握时间。不会像现在这样，老是被老板牵着头皮加班，家里的事情都顾不上。”

成骏并不赞同尤美的建议：“创业是很难的。我好不容易适应了现在的工作内容和强度，你还想逼我再进一步？我跟你讲，我们家现在的日子还可以了。我们都是独生子女，我父母家有房，你父母家也有房。我们两个的收入也不少，足够日常开销，没有必要再折腾。”

成骏的态度激起了尤美的不满：“你这个人怎么这么不求上进？人都是要往高处走的，以前你能力达不到也就算了，现在你有能力了，却不肯往上走，算什么意思？”

尤美继续给丈夫打鸡血：“你有没有发现，要不是我逼你一把，你根本没想过自己要干嘛？我逼了你之后，你就上了一个新台阶，拓宽了事业领域。现在叫你创业，明明也是你能做到的事情，你却不去做，是想偷懒吗？”

尤美的鸡血翻来覆去，打进了工科直男成骏的脑子里。成骏想：道理是她对，如果我不去做，就是不求上进、不为家里着想。那我还是去做吧。

他想一个人静静待着 她疑心他有事隐瞒

下定决心后，成骏与自己的事业伙伴合作创业，开了一家公司，以第三方支付为主要业务。

公司开起来，成骏才发现，新公司的工作量远远超出自己的想象。

“如果没有业务，公司是要倒的，已经没有老板来给我托底发工资了。”成骏向心理咨询师丁晓春倾诉，为了不停地创造业务，他开始到处出差，今天深圳、明天广州，这周天津、下周济南，疫情前，他的足迹甚至遍布新马泰。

高强度的工作，让成骏感到疲惫。因为出差，成骏回家的日子少了。即便下班后开车回家，他也有个习惯，先把车停到车库，在车里静静待上二十分钟，放松神经。

没想到，这个细节却被尤美盯上了：“你已经到家了，为什么躲在车里不上楼？”

“我想静静地休息一下。”成骏说。

“那你不能进屋回房间休息吗？等我做好饭，你再出来吃。”尤美不解。

“我只是想在一个没人打扰的地方待一会儿。家里有你在啊。”成骏解释。

但尤美还是不懂。“你这么嫌弃我吗？还是你有什么事情瞒着我？你一天到晚不在家，不会在外头有人了吧？”

成骏发现，和尤美交流好像越来越困难了。对于喜欢给他打鸡血的尤美，他也实在吃不消：“不管我怎么做，你都要挑我的毛病。我为你做出的改变还不够多吗？”

成骏对尤美的态度，终于从配合变成了主动回避。时间久了，两个人真的疏远了。

【心理咨询师】

放弃“鸡血”， 让人生回归自在

上海心馨商务信息咨询公司丁晓春——

成骏和尤美一开始到我这里来咨询，就是因为他们闹离婚。

他们都是四十出头的人了，家庭经济基础不错，又有共同的孩子，我希望能帮他们挽回局面。

但是很遗憾，心理咨询不是万能的。接受咨询六个月后，成骏和尤美还是离婚了。

离婚后，尤美有时候还会过来咨询，让我帮她分析性格中存在的不足。她是一个强势的人，愿意从自己身上找原因，说明她已经意识到了问题。

在了解她的成长经历之后，我发现，她之所以会不断“鸡”自己的老公，是因为，她自己也是这样长大的。尤美的父母对她要求很高，总是要求她不断自我突破，将弱点变成长处。这种“鸡”法，用在学业上是能看到成果的。尤美毕业于重点大学，她也深信人不能陷入舒适的泥潭，一定要不断打破舒适圈，争取更大的进步，否则就是懒、不求上进。

她将这种理念灌输给成骏，树立“我是为你好”的道德优势，让他无法反驳，促成



制图 / 潘文健

了成骏的“被动上进”，违背了他的本性，逼得他最终抵触、逃避，导致他俩之间的关系崩塌。

他们的感情基础本来没那么坏。成骏创业时，尤美其实是期待丈夫回家的。她说：“他的车开进小区车库前，会压到一个有点松动的井盖。我听到井盖咯吱的声音，就知道他回来了。但他一直没上来，我就很心

寒。”

看到成骏一直在被动接受尤美的要求，我也曾经问他：“你的内心没有自己的坚持吗？”

他说，他发现，自己是一个没有核心的人，“我是我自己生命的旁白。”这句话让我很震惊，也就是说，他没想清楚自己是谁。如果尤美一直扮演“人生导师”的角色，他就更

加不会去考虑这个问题。

我也劝过他，不用活得这么紧绷，比如，在泰国出差，可以去正规理疗店里接受按摩，放松肌肉，消除疲劳。

但他告诉我，他是一个有原则的人，“你说的按摩是一种治疗，但我既没有生病，又没有受伤，为什么要去按摩？”

基于这样的性格，成骏才会在尤美面前表现得顺从，会被她看似正确的道理说服。

离婚之后，没有了被“鸡”的压力，成骏减少了业务量，拥有了更多时间，开始重新思考自己喜欢的事。他发现，他很享受陪伴孩子的乐趣，所以很多时候都和孩子们在一起，整个人松弛许多，原本激增的体重也渐渐回归正常。

尤美似乎认为离婚是一种失败，重新找了男朋友。但她发现，男朋友不会再向前夫这么听话，对方有自己的生活节奏，不会因为尤美的要求而轻易做出改变。这也让尤美感慨不已。

现在，尤美正在努力改变自己，改变“打鸡血可以解决一切问题”的想法，不再做别人的“人生导师”。尊重他人的自然生长，才能与他人建立平等的关系。

而成骏要做的，是维持这种轻松自在的状态，重新发现生活的意义。

文/晨报记者 何雅君