

## 《空中辅导》与他相处不再怕

### 第 27 讲：竞争型人物（1）认识竞争型人物

#### 竞争型——只知道与人针锋相对，视别人为对手

沙漠的太阳高悬在天上，对世界发放着无比的威力，即便你躲在树荫下，酷热也恐怕会把你溶掉。由于天气炎热，很多室外球类活动的场地都空置了。在热气蒸腾的场地上，站着一名少女，她不断用网球拍用力击球，速度快得不得了，对面的跟她一起练习的男生几乎不够她有劲儿。她一次次强而有力的反击令对手措手不及。这名少女就是卡佩里雅蒂，她十三岁已经成为职业网球员，前途无量。然而，即便卡佩里雅蒂晋身世界级网球手，成为当时有史以来最年轻的网球明星，并为自己的网球事业创下年薪超过一百万元的佳绩，她在巴塞罗那奥运会中夺得金牌之后超过三年时间，她戏剧性的变得一沉不起。

卡佩里雅蒂因为在 1993 年的美国公开赛兵败如山倒，不单哭个不停，最后竟然爬上情绪悬崖的边缘，跳进自毁的苦境之中，做了不少傻事。有人曾指她在店里偷东西，又因为藏毒被捕。好几个月的时间，卡佩里雅蒂因为这次失败而噩梦连连，后来她才告诉记者说：“赛后我躺在床上足足一个礼拜之久，只觉得自己是在一片黑暗之中，憎恨一切。当我照镜子时，看到自己非常丑陋，胖得要命，形象扭曲，真的想毁灭自己。”

其实，卡佩里雅蒂的确已把自己的公众形象毁掉，她不再打网球，又退出比赛，而且多月不再碰球拍。卡佩里雅蒂总结自己一蹶不振的经历时说：“我用自己打网球的表演来衡量自己的价值。如果我表现得不好，我就会对自己说，我应付得来的。但其实事实不是这样。我只觉得没有人喜欢我。就在异常脆弱的那一刻，我坦然承认：人们老是期待我处于最巅峰的状态，如果不胜出，我就觉得自己是一名失败者。”

只一句话，这位年轻的网球明星，已经一针见血的道出竞争心态是怎样把一个人毁掉。

对竞争型人物而言，不管是运动还是其他事情，胜利就是一切，失败对他们来说，简直是灾难。我们大都喜欢偶然来一场小小的友谊比赛，没什么大不了，不会太放在心上。但竞争型人物却不知道进退之道。竞争型人物倾向把生活中每一件事都变成比赛，又以奖品、名次排名等来满足欲望。从向餐厅订位、结婚，甚至清晨几点起床等小事，在他们眼中，都可以变成超越别人、与人比较的机会。总之，一切都与竞争有关。如果你告诉竞争型人物你刚过去的假期过得很开心，他们就会对你说，他们的假期更胜你一筹，这样，竞争型人物会觉得自己多得了一分，他们不知道，你根本只是想跟他们分享，没想过要比较；如果你告诉他们，你今天工作很辛苦，他们会设法超越你，让你知道他们的工作日程排得比你密密麻麻，还出现时间重迭的现象，最辛苦的是他才对。对竞争型人物来说，生活就是不停的跟人比赛、比较，不停累积所谓的分数，要超越身边的人。

当然，不单在工作或朋友圈子里面才有竞争型人物，很多时候他们就在我们身边，在家里面。那无法道出但层出不穷的嫉妒、比较和竞争，即便到了成年，还是会在不同关系中冒出来。而且，对竞争型人物来说，这种现象永远不会消失，就算是春节送什么礼物，他们也会不经不觉视之为比较财富、心思或孝心的方法。

在充满竞争的关系中，是一件蛮辛苦的事。让我们先一同来了解竞争型人物的典型倾向，然后反思自己，学习如何更好的与竞争型人物相处。

## 认识竞争型人物

竞争型人物也有很多不同的性格，并没有固定的形象或模式可循。不过，总体来说，有严重竞争型性格倾向的人士，比较有机会以下的特征，包括：野心勃勃、嫉妒、冷漠无情、讲求个人主义、墨守成规、喜爱炫耀、善用策略、具威胁力、苛刻严厉等。当然不是每个竞争型人物也一定有这些倾向，程度也有分别，而当然也会有属于他们的优点。让我们虚心聆听并检视自己或那段我们想到的关系，不要被这些情况牵引着。

### 野心勃勃

很多竞争型人物爱说：“这是一个人吃人的世界，在这里，唯一法则是适者生存。”不少竞争型人物绝不容许自己有懒洋洋的态度，不容许自己有任何失败。这听起来很坚强，却非常危险，因为失败是每个人必经的道路，我们要学的是如何接受失败，再好好的改善。如果一个人只假想着人生中只有好事发生，他只会失望得一塌糊涂。竞争者拼劲十足，受到无法抑制的野心驱使，追求一件件难以追求的事物，并且不容有失；很多竞争型人物追求的东西无穷无尽，而且会率先透露给你知道他在怎么往上爬、努力做大事、正爬到顶点去。他们很在意如何提升自己的地位，野心勃勃，但很多时候，却很少为自己已经拥有的人、事、物而感到知足，感恩。

### 嫉妒

嫉妒绝不是一种温和的情绪。当我们被嫉妒控制的时候，我们不单希望别人有的我自己也有，而是，希望别人失去他们有的，希望别人受伤，是一种侵略别人的行为。

有些严重的嫉妒者被仇恨支配，不止希望得到别人拥有的，还希望别人不要得到，很想要夺走别人的东西。如果无法夺走就想破坏。竞争者表现的态度是嫉妒多于羡慕。羡慕的态度比较文明，而且对别人没那么大的侵略性，羡慕的人通常是希望得到别人有的东西，但不会想别人失去，也不是想别人痛苦。相反，嫉妒则会生出竞争的心态，而且让人只专注于别人拥有但自己没有的东西上，很少会为自己拥有的事情感恩。所以说，嫉妒能冲昏我们的头脑，也会让我们投身在不必要的竞争之中。

## 冷漠无情

竞争者很少放松自己，而且从不放弃追求那些还没有得到的一切。他们就好像斗牛场内锲而不舍的公牛一样，紧紧盯着眼前的红色布料一直冲前。竞争型人物并不了解，无止境的竞争会把他们生活中一切的乐趣消除殆尽。比方说听音乐、打理家务甚至最平常的聊聊天，这些活动都可以被严重的竞争型人物扭曲成一种紧张的气氛，让自己和别人都无法享受，生活失去趣味之余，还活在精神压力之中。

失败并不是好玩的事，但其实在大多数竞争中，超过半数的竞争者是落败的。不是吗？试想想，一份工作有多少人申请，一场比赛有多少位健儿参加？而得到工作或胜出比赛的，往往只有几个。失败并不是太可怕的事情啊！事实上，竞争型人物在很多情况下努力胜出，原因是他们锲而不舍的好胜之心，很多时候把身边的所谓对手都弄得筋疲力尽，不想跟他比。而事实上，别人根本一开始就不想比较，却被竞争者视为对手。在这个过程中，因为竞争者太注重胜过别人，很多时候无所不用其极，并且忽略别人的感受，所以让人感觉冷漠无情。其实，竞争者到头来会因此失去很多美好的友情和关系，得不偿失。

## 讲求个人主义

竞争的意思是力求争取一些别人也在争取的东西。从定义上看，竞争者到了一种太过分的程度时，都成为激进的个人主义者，与世界对立是他们的宗旨，所以团队合作的精神很低。他们不享受与人一起合作和分享成果的快乐，只关心自己一个人的成功。很多竞争则视依赖别人是脆弱的表现，所以绝不向人求助。他们是坚强的个人主义者，坚持自己的要求，想得到的东西就一定要得到。

## 墨守成规

有一位竞争型人物很努力的学好英语，不是为了自己能与外国人沟通，而是为了要找出人们在语法上的错误。有一天一位讲员刚演讲完毕，这个竞争型人物忽然很有诚意的去访问那位讲员，问讲员觉得自己演讲得怎样。当讲员分享完自己的感受之后，那位竞争型人物忽然很兴奋的说：“不！我抓到你有个字语法用错了！”

原来，他根本不是关心讲员的感受，也没打算听那位讲员的分享，只是在专注的挑毛病，并且墨守成规的觉得那个字语法错了就等于一切。这种墨守成规、一成不变，让竞争型人物只专注与人比较礼仪、仪式和外在的东西，忘记了事情的意义本身，也忘记用心去听别人讲话的内容，本末倒置。

## 喜爱炫耀

竞争者对自己过去和现在的成就，常常感到沾沾自喜，还会设法令你知悉他们曾经做过的一切。比方说，聊到教养子女之道时，他们会如数家珍地把子女的成就列举出来，让你知道他

们把孩子教得多出类拔萃。这种炫耀的做法背后，其实就是一种竞争的心态，甚至只是闲话家常，大家无聊的分享自己教养孩子的情况，他们也会视别人为竞争对手，也要告诉你，他们比其他人会教孩子，他们的方法有多与众不同。如果你要和他们较量要当心，不少竞争型人物花尽方法，也要把别人比下去。

## 善于运用策略

竞争型的人多半不会太轻举妄动，他们有备而来，事前也经过多次的练习，并且默默记住一切计划。竞争型人物就像明星队的主将一样，有一本策略手册，可以静心选出一种策略，找出对手的弱点，从中击败对方。一位竞争型人物说出自己的想法，他说他最喜欢在朋友们快要睡觉前提出自己的要求，因为觉得人疲倦时比较会顺从别人，所以多半会答应他的要求。

## 具恐吓力

为了不断地往上爬、寻求一切令自己占上风的方法，经验老到的竞争型人物会用威吓对方的手段来达到目的。很多职业拳手都说，恐吓是令对方失去能力的方法，而同样，有强烈竞争型倾向的人物，也会使用非言语的行为来恐吓别人，比方说摆出叫人胆怯的样子，或说出让你害怕的话，希望你知难而退，从而吓怕对手，占尽上风。

## 严厉苛刻

竞争型人物经不起失败带来的痛苦。有一个男孩身穿一件T恤衫，上面写着：“如果你屈居第二，就是第一名失败者”。多希望这个男生不知道这句话的含义，才穿上了这件T恤衫啊！竞争型人物活在一种痛苦之中，因为他们鄙视失败，也喜欢指责和撇弃任何做不到第一、要屈居第二位的情况。当然，这也包括会鄙视自己。竞争型人物如果没有赢，他们会感觉自己不是输了比赛那么简单，而是输了自己的一部分，失去了自己的身分、地位或尊严等等，不少竞争型人物会过度放大失败的情况。美国一位有名的经理人曾经因为一句话而名噪一时，他说：“好的失败者是怎样的，先给我看看，那我才会接受失败。”

然而，对自己和别人严厉苛刻，绝对不容许失败，给自己和别人带来的只有无尽的压力，有时候甚至会让自己和别人表现得更差。当失败到来时，不少竞争型人物接受不了失败的现实，陷入不健康的情绪之中，无法活得豁达。

你在一段与竞争型人物相处的关系之中吗？

以下的小测验有助你评估自己、或你心中想到的那个他，是不是一名有强烈竞争型性格倾向的人物。

先想出一位你想评估的人物，那可能是你自己或者身边一位人士。而下面会有十五道题目，每道题的答案都是“是”或“否”。如果那道题答案是“是”的话，请把它记下来，最后数

一下有多少道题目的答案是“是”，最后一起看看结果。你预备好了吗？

1. 和这个人在一起时，总觉得好像要设法给他留下好感，好像要担心着什么时候又开罪他。
2. 这个人很少、甚至从不向我求助。
3. 这人正拼命向上爬，爬上成功的阶梯。
4. 这人爱抓小毛病的程度，到了令身边的人灰心的地步。
5. 有时候我觉得这个人仿佛要我受苦他才高兴。
6. 这个人很喜欢谈起他过去或最近的种种成就。
7. 大多数人都认为这个人工作很勤奋。
8. 这个人从来不会因为我成功了而真心替我高兴。
9. 这个人很喜欢有竞争成分的事项。
10. 这个人很喜欢指出我犯下的小毛病，要我知道他一直留意到我有这些问题。
11. 我觉得在我们的关系之中，好像存在一份计分表，一直在计算分数。
12. 这人如果未能胜出、如果失败了，他会比一般遇到同样挫败的人更痛苦，而且会痛苦更久。
13. 这个人从来不会透露自己的弱点。
14. 有时候只要跟这个人在一起，已经会令我感到精神上压力很大，筋疲力竭。
15. 这个人喜欢威吓别人，令别人怀疑他们自己有些什么问题。

刚才的十五道题中，你有多少个答案是“是”的呢？

如果超过十道题的答案是“是”的话，你想到的这段关系里，很可能受到了竞争型性格倾向所影响，以致你觉得困扰。如果刚才你想到的就是你自己，求神帮助你认识和改变你的情况，让你可以好好和别人真诚相处，过得快乐；如果那是你身边的人，让我们可以谦卑学习与他们相处的时候，有什么需要注意的心态和方法，求神带领我们。

今天我们一起来稍为认识了竞争型性格倾向有哪些特征，下一次，我们会一起来认识竞争型性格倾向背后的原因，而更重要的是，来学习一些实用的方法和心态，让我们能以爱心和智慧，更好的与竞争型人物相处。