

职场是个圈。面对“东方甄选小作文事件”，看似管理问题，进一步探究涉及原创归属和知识产权问题，更有人认为核心矛盾是“利益分配”带来的心理不平衡。很多网友说，自己其实支持的不是董宇辉，是自己，心理学中有一个专业术语形容这种现象，叫做投射。这场风波更像一段高潮迭起的职场传奇连续剧，“吃瓜群众”转身投入自己的工作后，遵守的依然是日常的职场生存法则。

□树辉

我第一次知道董宇辉这个名字，来自一年多前的小视频，视频中他正在解读《平凡的世界》。有人说他才华横溢、妙语连珠，出口成章，可吸引我的不只是这些，坚定的眼神、从容的神态，那是一种年轻人应有的青春气息，眼里有光。他对《平凡的世界》饱含深情的解读吸引了我，尤其是他解释人为什么会不断抱怨那一段，每个字都像在诉说他的经历和体验。

这是一个喜欢读书，却不只是以功利为目的而读书的年轻人；这是一个经历过一些苦难，却不会被苦难轻易驯服的年轻人。

前不久“东方甄选小作文事件”持续发酵，一时间董宇辉这个名字再度成为焦点中的焦点，大家都在声讨东方甄选，甚至直指俞敏洪，你们为什么要这么欺负董宇辉？

一时间各行各业“大佬”纷纷出来发声，有给董宇辉出主意的，有鼓励他创业的，有指责东方甄选卸磨杀驴的，有痛斥资本的力量多么丑恶、多么无情的，总之大家都在自己擅长的领域纷纷表达着观点。

这是一个浮躁的时代，浮躁到大家很难沉得住气，大多数人都不愿意相信这个世界有时是简单而美好的，似乎只有从擅长的领域分析出一些问题才能显示自己独到的见解。

在俞敏洪的直播间，老俞和董宇辉坐在一起，看到两人相处得很融洽，评论区又是一片质疑声，网友们几乎都在说董宇辉被“绑架”了，事情没那么简单，董宇辉内心一定有很多难以言说的苦衷。

观看直播时，一位在媒体工作的朋友打来电话，问我如何从心理学视角分析这件事，问他俩到底是不是在演戏。我反问：“你觉得呢？”朋友沉吟了半晌说不知道。我笑了：“不管你信不信，反正我宁可相信他们说的是真的。”

虽然对董宇辉知之甚少，但我喜欢这个三十岁的年轻人身上的那股劲儿，我希望他好；虽然与俞敏洪未曾谋面，但我读过他写的一些书，字里行间能看到他的意志力，看到他内心的坚定，我相信他绝不是一个只知道赚钱、没有底线的奸商。

因此，我愿意相信他们说的话，我也深知人的欲望是贪婪的，人性有丑恶的一面，有时在资本的运作下会身不由己，可我依然相信董宇辉。人性是有很多弱点的，团队中自然也有很多无形的力量，上市公司中一定会充斥着管理层和员工之间的种种矛盾，作为吃瓜群众，我们不必过多地为当事人鸣不平，也不必过多地指责公司多么狠心、多么无情。

如果一个人在团队中谋生，无论身处体制内还是企业中，他不能因为受到了一些挫折和不



【心理师说】

『东方甄选小作文事件』中，你代入的是谁



公正的待遇就一直感到委屈，他更不会一天到晚抱怨，因为他知道这些都是没有用的，他会在权衡利弊之后做出抉择。无论在经历什么，我们永远可以选择用自己的方式和这个世界相处。

遇到问题想办法解决就好，遇到挫折和困难想办法克服就好，如果你感觉这个地方不适合自己，那你可以尝试换一个地方，如果你感觉你天生就是一个“不安分”的人，不甘心被规则束缚，那你可以自己创业，创建一个自己说了算的系统。

很多网友说，自己支持的其实不是董宇辉，是自己。似乎很多人都感觉董宇辉是委屈的，就像自己曾经经受过或者正在经受着的委屈和不公。心理学中有一个专业术语形容这种现象，叫做投射。网友们会投射性地认为，俞敏洪不是好老板，就像自己遇到的老板一样，董宇辉一定是被嫉妒、被欺负、被蒙骗甚至是被压榨了。

俞敏洪是一个商人，可他是一个靠搞教育成长起来的商人，我相信他至少是一个有底线的人。董宇辉也不再是过去那个青涩、害羞，刚从农村老家走出来的小伙子，他这几年的经历不只是财富的积累，人生阅历和体验也在不断丰富。

俞敏洪和董宇辉之间需要

尝试建立新的互动模式，这样他们才能不断增进彼此信任。我们不知道董宇辉什么时候会离开东方甄选，如果有一天董宇辉离开了，希望不是因为董宇辉膨胀了，或是东方甄选要搞什么“去董宇辉化”。

我同时也在思考，如果我遇到类似的事情，无论我在俞敏洪的位置上，还是身处董宇辉的角色，我会怎样处理。如果我是俞敏洪，可能会大方承认，公司的确出了一些问题，有些事情需要关起门来解决，家丑不可外扬，请大家给我们一些空间。如果我是董宇辉，可能会告诉大家：“这是我们的‘家务事’，如果大家喜欢我，请你们相信我有能力处理好，一如既往地支持我们。”

我对目前有一些自媒体账号过度解读“东方甄选小作文事件”的言论深感无趣。其他领域我无权多谈，如果我们从心理学视角去没有底线地分析这件事，会分析出很多精彩的“故事”，但我想，这不应该是一个心理学传播者应该有的样子。

我只想邀请那些和我一样热爱生活的人相信，我们的生活是可以变得简单而美好的，或许有人会嘲笑我们太过单纯，可是在这样一个浮躁的时代，人的内心单纯一些又何尝不是一种力量。

□丛非从

小白遇到了职场霸凌。

小白的直系领导对小白非常苛刻：早上骂，中午骂，晚上骂。任何一件小事，领导都可能小题大做。小白很委屈，自己已经很努力了，依然无法让领导满意。更委屈的是，同样的事情没做好，其他同事并不会被领导如此苛责。

如果是你，你会怎么做？

有的人会选择反抗，你骂我我骂你，老子才不惯着你。的确，小白也有这样的困惑，自己为什么不能像其他同事一样反抗。他亲眼目睹了反抗领导的人，领导对那位同事的态度也是客气的。小白给自己的解释是：我没有与人冲突的能力。

有的人会选择离开，人生之路何其广，东方不亮西方亮。这也是小白的第二个困惑：自己为什么会留恋这份工作。虽然自己的绩效掌握在领导手里，可即使没有绩效，基础工资也不低了。

其实不敢跟领导冲突，和不敢失去这份工作是一样的。和领导冲突，会加剧失去工作的风险，即使留下来，也会失去晋升的机会。失去工作或失去晋升，直接后果就是：收入减少。

我问小白，收入减少对他的影响到底有多大？收入减少，其他人会怎么对待你？小白的思路打开了：“我会被看不起。”首先是父母会失望。小白的单位是外企，世界500强，无论名声还是收入，都是父母的骄傲，是父母眼里的谈资，是他们幸福的社交货币。小白一方面嫌弃父母这样使用自己，一方面又感到自豪。其次是对亲戚朋友的面子。如果失去了这份工作，以后生活水平比别人差，这可咋活啊？第三是婚姻地位。经济地位决定家庭结构，小白赚的比老婆多，所以在家里有更多的话语支配权。

如此看来，这份工作承载了太多。原生家庭、社交、婚姻，人生几大领域的支撑点全在这份工作上，所以小白怕失去，即便被领导骂还要忍受着去讨好。只受工作领域这一个苦就好了，而失去工作，则要在人生更多的领域里吃苦。小白很聪明：

【心理X光】

遇到职场霸凌，他为何要忍

坚持吃一个苦，可以少吃更多苦。

小白比其他人更怕失去这份工作，这份恐惧就会在工作中表露出来，被领导捕捉到，成为领导“蹂躏”小白的理由。小白总觉得领导在霸凌自己，其实是小白把自己的软肋交了出去。

一旦意识到这一点，小白其实可以重新选择：轻松还是面子。如果想要轻松地生活，那就拒绝领导不合理的要求，代价是失去工作，在父母、亲戚朋友、婚姻那里少了面子。如果想维持优越感，就要在工作中小心翼翼地忍耐。谁的人生不是这样：想在A领域站着做人，也许要在B领域跪着赚钱。当然这不是二选一，而是两者的均衡，关键看你愿意为了生活中的优越感、自豪感、骄傲感付出多少委屈。

选择也不是一成不变。小白每个当下都可以选择，这一刻更在乎面子就去吃苦，下一刻想开了就放下面子。人生的每个当下，其实都是自由的。

苦有两种：一种是被动吃苦，一种是主动吃苦。正如运动减肥、充电学习、拒绝酒吧等无用社交、不吃垃圾食品、耐受寂寞等等，人生中很多主动吃的苦都是为了得到更想要的。

小白最大的苦不是工作中的苦，而是对苦的排斥。一旦他清楚了为什么吃苦，他的选择就变成了主动吃苦。这时候苦就好吃多了。

有的人会觉得，为了面子不值得。

其实每种价值观都值得尊重。在小白的世界里，面子是可以比吃苦更重要的。人愿意为了选择更重要的东西而放弃次要的，本身就是一种幸福和能力。小白并不是脆弱被动的人，他在为自己价值观里重要的东西而活，他就是有能力的。小白的成长环境，就是用让父母放心、赢了哥哥等方式来获得爱，这是属于他的成长轨迹。有一天小白觉得不需要比较了，他可以选择不需要比较了，但这个过程不必强迫。

人生是年轻的时候想拿起，年长的时候学习慢慢放下的过程，在还有力气竞争的时候争，争累了再放下，完全可以。