

最難的挑戰

小楠只有十六歲，卻患了十年憂鬱症。在家中公認是個病人。母親的談話，永遠離不開「你吃了藥沒有？」「你什麼時候才會好？」父親話不多，他說要給孩子空間，但是步步為營，唯恐觸犯兒子的底線，怕他發作。

小楠並不小，個子長得比父親高一個頭，人人都把焦點放在他身上，他卻對他的家庭治療師說：「有問題的是我的父母！你見他們吧！」

治療師請我作一次諮詢，到了會面時間，才知道小楠本人並沒有打算出現。我想，這個家庭會談是小楠提出的，主角不來，我們也沒有與他家人見面的理由。

幾經波折，一家三口終於來了。

我問小楠：「你為什麼要我們見你的父母？」

他掙扎了一會，老是埋怨藥物讓他不能集中，我要求別人都安靜下來，等他發話。他思索良久，最後，才一板一眼地說：「我的父母只能說一些很顯淺的話，說來說去，都是你在哪裡？你安全嗎？吃藥了嗎？洗澡了嗎？」

他用力拍自己心臟的部位，說：「他們從來都不會問我，你病在哪裡？」

我問：「你病在哪裡？」

他說：「我從小到大，什麼事都是自己解決，他們從來沒有過問！」

我說：「那麼你的獨立能力一定很強，有什麼問題？」

他答：「例如我很喜歡打籃球，一心想入球隊，後來真的成功了，可是卻總覺得不對勁，就是缺乏安全感！從小就是這樣！」

一個大孩子，從小就缺乏安全感，那是怎麼來的？他說父母不管他，父母也信以為真，不斷怪責自己為了工作忙於奔命，造成孩子心理失調。但是，我看這對中年夫婦，一舉一動都圍着兒子轉動，那是長期養成的習慣。尤其母親，身體語言全部傾向小楠，唯恐侍奉不足，哪有冷落他的可能？

母親說起兒子，就聲淚俱下，滿肚子的內疚，不停表達她的歉意。她說：「那時剛創業，每天為工廠的事奔波，一有空就回家看孩子，每天來回好多次。晚上都是抱着兒子睡覺……」

兒子卻說：「這個記不得了，印象中爸爸媽媽總是在吵架，極少見到他們有好好相處的時候！」

父親在一旁聽着，十分不舒服，不斷地說：「這都是過去的事，提來有什麼用？你好起來就成！」

問題是，真的是過去的事嗎？

小楠並不肯放手，追着父親問：「你什麼事都放在心底，總是壓迫着自己，其實我像你一樣，就是無法表達心中的想法；你常常板着面幾天不說話，你不想找人說話嗎？」

父親只說：「我沒有生氣，一會兒就沒有事！」

小楠：「你不會感到憂鬱嗎？」

父親：「不會！」

家庭是一個有生命的體制，也就是說，內裡的行為和情懷，是會自行連接和轉移的。父親的沉默，會變成兒子的沉默！該憂鬱的父親不憂鬱，憂鬱卻走到兒子身上！怪不得小楠埋怨父母沒有深厚一點的對話，原來與父親談心事是如此困難。母親却是十分不耐煩，很想加入對話，多年來，兒子是母親全部心意的寄托，兒子現在却要與父親溝通，讓她十分不解。對她來說，小楠永遠是那個讓她抱着睡覺的小嬰兒，她不明白他究竟要她說些什麼深厚的話？聽到小楠投訴缺乏安全感，她的直覺就是更想跳出來保護他。

很多人以為這是親子問題，其實這是一個典型的鐵三角；夫婦的疏離，讓母親全部心思放在孩子身上，造成母子連心，難分難捨。從依戀理論（attachment）的研究發現，母親的焦慮，往往成為孩子的不安全感。因為孩子像海綿一樣，最容易吸收母體的情緒，如果母親心情長期處於不安狀態，孩子就會接收這股不安，怪不得小楠在六、七歲前就無法安定。那時母父親正在共同創業，經營工廠，夫妻間經常因意見不同而產生摩擦；母親許多時候都是心情惡劣，帶着滿腔愁怨照顧孩子，小楠收到的愛，也夾雜着母親的焦慮。但是他對這股屬於母親的情緒不明所以，只感到一片愁雲，蓋在頭頂，壓在心頭，總是覺得不對勁！小楠小時被診斷為多動症，六歲後轉為憂鬱症，一病就是十年。

小楠現在是青少年，但是頭頂上那一團雲霧，始終懸在那裡。他知道與父母親的關係有關，但却總是摸不着邊際。他不知道，他的不安全，並非來自一些實際事故，甚至與父母對他的關注沒有直接關係；那股不安全，其實來自父母長期無法解決矛盾所造成的不平和。耳聞目睹，父母親的內在心態，變成他的內在心態，不能分化，這才是小楠心病！

經過這種抽絲剝繭，我們才明白小楠為什麼一開始就撫心咆哮：「人人都說在幫我，為什麼沒有人問我病在那裡？」

夾在父母矛盾中的孩子，病的不是個人的病，而是一個家庭的病！如果我們繼續把他當作病人，他就會越病越深；這些都是愛家的孩子，他們的心結，就是父母的關係是否和諧。

孩子長大，要放下父母，而不和的父母，往往需要孩子來維持關係，很多忠心的孩子，就是這樣成為長期的病人。我很慶幸小楠這次的表現，那是協助他回復正常發展的第一步。但是放下孩子，將是父母最難接受的挑戰！