

作者: 李維榕博士

刊登日期: 2023 年 8 月 19 日

原文刊載於信報財經新聞專欄<故事從家開始>

成長的迷惑

尼尼從國外回來渡假，約我見面，讓我十分感激。

第一次見尼尼時，她才十四，五歲，在英國讀書突然情緒失控，回到香港來，要入院治療，是醫院的精神科醫生帶着她來請我們做家庭評估的。

那次見面，印象最深刻的是尼尼告訴我們：「我是家中的『決定因素 deciding factor』，非要留在家中不可！」

原來她的父母關係惡劣，需要她在中間協調，因此她形容自己在家中具有決定性的位置。她的敘述讓我們明白她的病源，也讓父母不得不面對夫妻之間的矛盾，但這並不足以改變他們的狀況。

尼尼回英國繼續讀書，兩年後又因為情緒問題而停學回來。這次她告訴我們說：「家中太多負面情緒，讓我很難與父母相處，他們的很多言談，都是一種 toxic positivity (毒性正能量)。」

所謂毒性正能量，就是拒絕接受負面情緒的表達，一味說些積極的好話，因此也無視問題的嚴重性。

可見尼尼對人際關係觀察入微，形容貼切，我們十分欣賞她的分析能力。但是像很多自少就過於投入家庭的孩子，說得明白，卻無法抽身。一方面埋怨家中氛圍，一方面又千方百計趕回家來，守護着父母。

尼尼這次回來，以前的精神科醫生已經離職，對她又是一次打擊。

這些對情感依附特別敏感的孩子，尤其不能接受分離。她告訴我們，因為她的私人治療師沒有及時回應她的需求，一時百感交集，就跑到該診所的天台自殺，幸好天台大門有上鎖，才救了她一命。

身心如此脆弱，很多治療師都不願意接手這種案子。父母在擔心之餘，也希望藉此處理夫妻之間的分歧。但是母親不停投訴丈夫缺乏關注，父親愈聽愈走避，真的是冷落了妻子。怪不得尼尼說自己具有決定性的功能，因為父母雙方都找她訴苦，沒有她，父母的關係就更難平衡。我們都認為尼尼要建立邊界，發展自我的空間，但是連母親都罵我說：「你懂不懂孔夫子的學說？怎會教孩子不聽父母之言？」

我們當然可以瞭解母親的不情願；已經缺乏丈夫的呵護，連依靠女兒也不成？如果父親真為女兒着想，就先要返回丈夫的位置，讓女兒不必再扮演關鍵性的角色。道理很簡單，但是知易行難，父親拿起一把葵扇說：「你是要我像個大叔似的，坐在妻子旁邊，無論她說什麼都忍住，只是撥扇子嗎？」我說：「對，就是這樣！」

這雖然是開玩笑，但是只要夫妻肯好好相伴，尼尼就不必如此焦慮。否則無論我們怎樣硬把孩子拉出這個三角局面，也絕對不會成功。因為尼尼實在擔心父母，怎可以拋下處於困境的父母不顧？而夫妻的感情問題，往往會演變成父親或母親與孩子的感情問題，尼尼與母親的關係，也處於愛恨交織。當關係過於糾纏，有時死亡是唯一的分離辦法。為了防止悲劇的發生，我們認為必需為尼尼提供一個避難所，讓她在需要時，有個安全的地方可以透氣。

好在我們團隊的精神科醫生，答應在必要時收尼尼入院，並提供深層次的心理輔導。這位醫生一直都有參與尼尼的家庭工作，很清楚她的感情狀況及個性發展，所以對她的治療並非只是支持和保護，而是在適當時候，挑戰她的強烈依附和控制。與青年人工作，治療師必需真正投入，甚至大戰三百回，才有突破。這不止是一種言談，而是以簇新的關係去糾正過往關係所帶來的傷痛。

尼尼是個非常有創意的孩子，閱讀範圍甚廣，常常給我們帶來很多連治療師都不懂的新名詞。她的詩作尤其感人，我們亞洲家庭治療學院的網站也有登刊。記得其中一首有關祭祀的詩，描述的是一個人如何將五臟六腑都獻上祭壇的那種聲嘶力竭，讓我讀到驚心動魄。但是多年來的情緒擾攘把學業都延誤了，必須助她把目標放在返回學業系統，而不是繼續糾結在家庭關係的層次。

目標清晰，過程中也產生不少枝節，幾年來起起落落，他的醫師一直沒有放棄。有時當尼尼感到洩氣，甚至無理取鬧的時候，他就要權充老師、或兄長，讓她經歷到現實生活中所缺乏的貼地感，不再在半空漂浮，任由情緒牽動。尼尼終於不再依賴醫院，先搬到一家院舍居住，最後被一間英國學校錄取，讓她又再遠渡重洋。

以往每有尼尼消息，都令人憂慮，但是這次消息傳來，是她一個重要的國際作詩比賽榮獲第一名大獎。據說參賽者都是有聲望的詩人，而尼尼只是一個二十一歲的青年人！

眼前出現的尼尼，成熟多了，她終於把豐富的情感由自我傷害化為創作成就。她說在英國也經歷一次病情復發，但很快就安頓下來，她仍關注父母，但不再是弄到精神繃緊。我問她為什麼不把自己的故事寫下來，她說還不是時候，但說：「你可以寫，不用真名就成！」

我稱她尼尼，她象徵很多迷惑中的青少年，在自殘與生死邊緣徘徊，我們如何醒覺，才不會失掉他們？