

再見也是父母

這兩個小兄弟，一個十一歲，一個七歲。哥哥被診斷為 ADHD (過度活躍)，及 ODD (對立性反抗性)。弟弟的診斷也是過度活躍，還加上 autism (自閉症)。近代的孩子，毛病特別多，每做一次心理評估，就多了一個標籤。

因為大部份的心理測驗，都是集中在個人行為和心態。如果從家庭關係看孩子問題，就會發現孩子行為，往往只是反映父母之間的矛盾。

因此，我們邀請父母坐在一起，相討一些他們尚未達到一致的事情。兩個兒子，就坐在室內的另一角，手指上繫著儀器，讓我們量度他們在聆聽父母交談時的生理反應，其中包括手汗分泌，心跳速度及肌肉收縮等，這都是反映孩子內心焦慮的表徵。

父母親談了半個小時，完全沒法談得攏，母親不斷批評父親沒有盡責，不會管教孩子。父親大部分時都是以沉默回應。被母親逼得緊時，就負氣地回應幾句。

母親：「孩子常常失控，讓我無法處理，從結婚開始，你就從來都沒有站在我這一邊……」

父親：「這已經是過去的事，不必再提。」

母親：「但是孩子難教，老師和醫師都提議要他吃藥，就是你不贊成……」

父親：「那是因為他們怕麻煩。大的一個已經吃藥吃到廢掉了，小的一個可不吃，就不要吃了。」

母親：「你甚麼都不聞不問，不是你帶孩子，你當然說得輕巧。你幾時支持過我？你幾時試過從我的角度著想……」

父親：「那就吃吧！吃吧！」

然後就是雙方陷入無言。

以上就是半個小時內父母的交談形式，其實大部分時間都是母親在說話。兩個孩子表面沒有什麼，哥哥尤其平靜，一動也不動，好像對一切無動於衷；但是打從父母坐下開始，他的量表上就顯示出不動的超標，每當母親激動下淚時，他的幾項生理反應指標，無論是手汗，心跳與肌肉收縮，更是大幅度地增加。這項研究發現，很多青少年表面上對父母的矛盾好像漠不關心，骨子裡卻是心潮澎湃，無法抽離。其實孩子長期處於這種身體狀態，對於他們的免疫系統有極大的傷害。最有趣的是，哥哥雖然內心焦慮，行為卻一點也不像個多動症的孩子，反而是看去有點憂鬱。

弟弟的量表也是嚴重超標，但是他的反應與哥哥很不一樣。哥哥是喜怒不形於色，弟弟對父母的互動，卻是手舞足動，十分投入。本來這個練習只是讓父母自己交談，孩子坐在遠處觀察。但是弟弟卻是不住插口，每當父母的交談走入困局，他就在旁自言自語：「你們不要吵啦！你們兩人不溝通不成嗎？火上加油！」

母親投訴兒子難教，埋怨父親沒有責任感。父親不言不語，久不久時就反駁一句，母親認為他是在鬥氣。

小弟作旁述：「是呀，你們都是在鬥氣呀！」

母親繼續數落父親的不是，父親聽久了，就賭氣說：「是我錯，全是我錯好了！」

小弟又說：「無所謂啦！認錯啦！」

母親認為父親應該監管孩子，父親說監管沒有用。

小弟低聲自語：「監管真的沒有用，講得好，沒法啦！」

父母繼續各持己見，僵持了一會，都不認同對方的說法。

小弟又說：「亞媽看不到，亞爸也看不到。」

兩人又再展開新的話題爭論，越說越動氣。

母親質問父親：「你如何處理問題？」

父親反駁：「你又如何處理？」

小弟宣佈：「情況失控了！」

小弟的表達，讓我們十分驚訝。他不但一點也不像一個七歲的自閉症患童，反而是一個長期習慣觀察父母的孩子，否則他的旁白不會如此淋漓盡致。我們後來問他，為什麼這般留心父母，是否一直都在擔心他們？他說：「他們一起像獅子與小白兔，一個強，一個弱。哥哥只幫著媽媽，我卻又幫媽媽，又幫爸爸。」

原來他們的父母已經離婚多年，只是一直都沒有給孩子解釋清楚。他們只知道父母不再住在一塊，孩子跟著母親，但是父親一直沒有放棄他們，每週都來探望，這種 co-parenting 的形式，本來是一件好事。問題是，不作夫妻，只作父母，難度十分高。加上兩人本來就難以溝通，才導致分手，現在要共同處理孩子問題，實在不容易。雖然他們努力為孩子製造一種「一切如舊」的景象，但是每句談話都帶著千愁萬恨，不但無法解決問題，反而是讓孩子為他們著急。

我們團隊裡的一位醫師，這次擔任為孩子量度身體反應的角色，事後她感慨地說：「以前單聽報告，沒有想到那麼嚴重。這次親自看著孩子的量表一直高漲，可以想像孩子體內的荷爾蒙是怎樣的把焦慮輸送全身，而且久而久之，人會特別容易焦慮，身體對很微少的刺激也會作出大反應。」怪不得有些文獻指出，孩子如果長期暴露在父母的衝突中，長大後心臟病及癌症的發病率也會增加。

好在這是一對明智的父母，這個家庭評估的歷程，讓他們十分驚訝地看到兩個孩子原來是如此地關注著他們的一舉一動，而且行為都是被他們的負面情緒所牽引。他們不得不驚覺起來，認真地思考怎樣改善彼此的關係。不做夫妻而做成功的父母，是需要重新學習的，離婚後的輔導，並不比婚姻輔導次要。首先，他們必須放得下婚姻破裂的恩怨，重新扮演父母角色。其實離婚的道理，就是為婚姻加上句號，是是非非再也不重要，只有感恩，因為即使婚姻死亡，起碼製造了兩個為你擔憂的小生命。他們仍然需要一個爸，一個媽，但是讓他們最難挨的就是處理一對老冤家。

歐美很多研究都指出，co-parenting 雖然值得推薦，但是父母雙方必須能夠互相配合，理智地處理孩子的需要。只是知易行難，婚姻失敗的創傷，往往仍然支配著父母的行為，讓他們情緒高漲，不知不覺地就繼續在孩子身上打那尚未完結的戰爭。如此 co-parenting 只會為孩子帶來更大混亂。

從臨床經驗，我們發覺不少多動症或其他行為偏差的孩子，都是反映著父母之間的問題。吃藥的是孩子，真正生病的卻是父母的婚姻。要救孩子，就得先救父母。上述故事，只是其中一個例子。