

作者：李維榕博士

刊登日期：2022年3月5日

原文刊載於信報財經新聞專欄<故事從家開始>

宅孩子的世界

宅男宅女，都是一個時代的反映。對厭倦了在社會打拚的成人來說，躲在家中不出門，可以是一種理想，甚至美其名為「陶淵明現象」，誰不嚮往一不順心就「辭官歸故里採菊東籬下」的悠遊生活？

問題是當宅居的是個青少年時，那就給父母帶來一個大問題。這些宅孩子大都被診斷為某種精神病，甚至有自殘或自殺傾向，讓父母更加無所適從。一般父母在事發初時都會對孩子施壓、甚至打罵，後來害怕孩子承受不了壓力，又會設法迎合；其實無論威逼利誘，都不容易生效。況且孩子一般都選擇不說話，父母之間也可能本身就是溝通困難，三個人困在一起很容易就發展成一種困獸鬥的狀態。

這對業界也是一個棘手問題，一般人都會提議父母學習親子，減少孩子壓力。但是青年人一旦關起門來，往往刀槍不入，根本不會讓人接近。記得有個青年人說過，他把門反鎖起來、用傢俱頂着，父親還是破門而入，結果門是打開了，但是父子的矛盾就更加無法疏解。還記得那個嚴重憂鬱的女孩嗎？她說如果坐在父母中間，她的病就是絕症，如果能夠坐出來，她的病就只是傷風感冒；即是說，父母愈把她當作病人看待，她就愈找不到動力。

怎樣協助宅孩子走出家門，實在沒有捷徑。關鍵是父母如何處理，在處理當中又出現怎樣的惡性循環把每個人都綑綁得寸步難行？

要知道青年人需要歷經一段迷惑的過渡期，才能進入成人階段。所謂「叛逆期」，就是必需否定父母所建立的人生價值，從而建立自己的身份認同。碰到困擾，更需要學習自己面對。而看到自己的孩子無法走出困局，正是父母最焦慮的時候，千方百計總想拉他一把。兩代之間的代溝，不同的價值標準，就會在互動時產生更大矛盾。

這是一個父母需要冷靜應對的時候，在採取行動前，必須自我思考及調整對策。

很多父母都希望與孩子「做朋友」，偏偏此時面對的就是被孩子「拒絕」，愈想找他們談，愈不想談，談了也不一定聽得明白。如果父母關係良好，夫妻之間還可以互相支持，一同渡過難關；如果夫妻關係惡劣，就會雪上加霜，甚至可能這就是導致孩子對人際關係失去信心的根源。

記得上次提過的那個十九歲青年人嗎？他從什麼都回答「不知道」，到最後告訴我們：「我為什麼會變成這個樣子？是父母見到孩子，就像狼看見肉一樣，瘋狂地撲上去……全是希望孩子做出他們想要的行為！」

他認為父親的動機是基於生活過得太滋潤，在工作上很成功，想在自己家庭裡面也成功，就變得非常有掌控力。而母親，作為這一代的女性，在社會上得不到過多的認可，就只能退而求其次在自己家中，找尋這份在社會中缺乏的存在感，因此對自己的孩子也非常有控制欲。

聽到青年人難得地發言，父母起初也很為他鼓舞。但是這一番話畢竟有點尖銳，過後就覺得難受。第二次會談時，他們就忍不住為自己辯護，認為孩子太不諒解父母的感受。青年人也沒有堅持，只說：「更尖酸的話還沒說」，又回覆他那一貫的沈默。

可見溝通的種子不一定能發芽，因為父母最想要的，就是把孩子帶回「正常軌道」，而青年人的心意，正正就是挑戰父母這種執着。

其實青年人當時還有另一番話，他說：「我也是下意識地在逃避，也一樣不能接受自己。因為我發現在這種高壓力的環境下，我會迷茫，我會找不到答案。然後也只有在這種環境之下，我才會瘋狂的去看書，如果沒有這種環境，我今天大概講不出這段話！」

很多迷惘中的青年人，發現步不出門就可以用互聯網為自己創造一個虛擬的世界。這些宅孩子真的會「瘋狂地」自修，尤其鍾情於存在主義的哲學。像沙特及卡繆等哲學大師，他們認為人生是荒謬的，因為荒謬，就產生反抗的力量。「我反抗，所以我存在」。尼采等人甚至提倡上帝死了，沒有上帝，人才有選擇，才可為自己負責。

既然一切荒謬，不如把一切夷平，重新建構價值。存在就是否定，否定才有無限的可能性。存在主義認為人生有三大絕望或悲劇：1. 不知道有自我，2. 不意願有自我，3. 不可能有自我。

這些論點，正好配合青年人在這階段所探索的意識形態，別以為孩子走火入魔，他們只是找尋自己的存在感和存在意義。父母明白到這一點，就不會對孩子的挑戰過於介懷。能挑戰是好事，如果只一味打機或完全失去幹勁，才讓人擔心。

當然父母要有底線，畢竟孩子宅在你的屋樑下，不能完全沒有適合年齡的基本尊重和要求。不想孩子長久宅居，就不要過於服務周到，沒有人供養，宅居就很難維持。知道什麼可為，什麼不可為，才是上策。最好趁機先整理好自己的人生，孩子看到父母為自己的人生負責，才會開始感受到也需要為自己的負責。