

## 放下改變父母

擔心父母關係的質素，是孩子的天性。兩個月大的嬰兒，就已經能夠接收到父母的關係是否平和；長期處於矛盾的夫妻關係，會造成孩子內心的不安全。但是大多數父母都覺得夫妻間的瓜葛與孩子無關。這往往是父母與孩子間的一種堅持，也是對家庭治療師的一種挑戰。

小敏十六歲，不肯上學，傷害身體，還數度企圖跳樓，已經在精神科病房住上了一年。她不善表達，說起話來比脫牙還要讓人受不了，不是聲音低到像蚊子嗡嗡聲，就是點頭或搖頭，讓人摸不着頭腦。她的主診醫生說，一年來，小敏的進度很慢，只知道她與父母關係密切，把自己一切情緒都與父母繫上關係，她所填寫的家庭重大事故，不是父母吵架，就是父母因為她功課不好責罵她。她甚至留下遺書給父母說：對不起，要你們白頭人送黑頭人，但是我不在，你們就不用再吵了。

醫生要求我們做一個家庭評估，結論是小敏的確對父母的互動形式有很大反應，尤其擔心他們會離婚。但是父母卻一致回應：「我們之間沒有問題，問題都是為了你！」與父母交談後，小敏的狀況更差，在回醫院的途上情緒激動，老說父母回家後一定又會吵架。

父母爭吵，成為她的心魔，父母堅持：那對夫妻沒有爭吵？叫小敏不要插手。小敏卻用她的病，作為父母矛盾的見證。

我們的家庭會談，沈悶到讓我也想死。小敏堅持不說話，父母堅持他們的婚姻沒有問題。

我也堅持問小敏：「他們都說夫妻沒有問題，為什麼你卻為了他們的問題要生、要死、要跳海？」

「不是跳海，是跳樓！」主治醫生糾正我說。

父親卻插口：「跳海比跳樓好，起碼不一定會死！」

有趣的是，我當時也是這樣想，真的是跳海比跳樓好。也讓我對小敏的父親另眼相看，因為與他談婚姻關係，他是毫無反應，談自殺方法，他倒有見地。心理治療，是取人之長，去人之短，只是治療師有時也免不了因為各持己見，一定要別人跟着自己走。

想清了，我決定不一定要父母承認婚姻不和，甚至他們真的承認婚姻失敗，又有什麼好處？反而是為什麼這青年人一定要把整個生命投注在父母的關係上，才是問題。

把重點放在小敏身上，也許我們的溝通就不會卡得太緊！

我問小敏說：「改善夫妻關係，是夫婦兩人的本分，為什麼他們都不肯做的事，你卻偏偏不肯罷手？」

父親說：「我們都是很固執的人，也許她就是承繼了我們的固執，前面分明是一面牆，也要撞上去！」

由本來孩子關注父母矛盾的焦點，變成三個人的固執問題，是一個轉捩點；問題的定義改變了，解決辦法也就不同。

我乘勢問小敏：「對呀！他們分明是一面牆，你為什麼死也要撞上去？」

我所指的牆，當然就是父母親。小敏立即會意，她沒有回應，卻瞄了父母親一眼。其實她還有一個姐姐，上次做評估時也有來，這次卻沒有出現。同是一個家庭的孩子，姐姐的不同反應，也是令父母更加堅信自己的問題與孩子無關。父親說，姐姐一早就計劃了要去旅行。

藉着父親的話，我又問小敏：「你看，上次姐姐來時，也贊同父母常常鬧彘突。但是為什麼她仍然可以享受人生，旅行去了，你卻跑到精神病院去做病人，這是否太傻？」

這些問話，目的並非要她回答，只是想啟動她的思考，讓她面對自己的問題，脫離病人的位置。

我停一停，又加一點力度，說：「不是傻，是笨！」

我又問：「你很喜歡醫院嗎？」

小敏第一次用力地搖頭！

我繼續：「那麼你為什麼一住就住了一年？功課豈非延誤了？」

醫生也提她：「你不是說過決定好好讀書，讓父母不再為你吵架？」

我說：「那很好呀，你不想他們為你吵架而決定好好用功，那為什麼你不在學校，而在醫院？」

要孩子脫離父母的鐵三角，不是只叫她不去管就成。帶動她一步步去思考，讓她不再舒服地貪戀這位置，是治療的一部分過程。

最後，我問她：「你想繼續這樣下去嗎？不要只點頭，用你的手去表達，你有多大決心去改變？」

她把雙手軟軟地提起來。

我說：「不夠，不夠！」

她又把雙手提高一點，再提高一點，再用力一點，強一點，直到父親與醫生都用力在她手臂上加壓，她仍有力地舉起雙臂。小敏的動力來了，我們的工作就不再如此吃力。我們開始幫這一家人整理各人的角色、或份內事。例如，改善婚姻關係，是父母的工作，上學和面對外面的世界，是小敏的工作，各就各位，天下太平。但是話雖如此，小敏很快又坐到父母中間。

我對父母說：「要不要處理夫妻之間的問題，誰也不好說話，但是想幫助小敏變回一個正常的青年人，就要合力一起把她推走，不要讓她卡在你們中間！如果她死賴着，我們就打她屁股！」

孩子對父母矛盾如此痴情，必然是從小就過分參與在他們的瓜葛中，不能抽身。但是並不等於父母必須改變，孩子才有生機。因為成長的道理，就是不再改變父母！