

作者：李維榕博士

刊登日期：2020年11月28日

原文刊載於信報財經新聞專欄〈故事從家開始〉

我是「deciding factor」

兩年前就見過這女孩，那時她十六歲，在英國讀書讀不下去；憂慮、自殘，父母把她接回家來，仍是不斷往醫院跑。那次見面也是她的主診醫生帶着一起前來作家庭評估。

那次她說了很多話，內容都是關於父母之間的矛盾。但是最讓我印象深刻的，就是她反覆告訴我們說：「I am the deciding factor！」（我是關鍵人物！）

這是一個有趣的形容！何謂關鍵人物？為何這少女把自己形容為一個「deciding factor」？誰的關鍵？關鍵在哪裡？我們順藤摸瓜，跟着她的比喻去探討，很快就發現，她是在告訴我們，自己就是決定父母關係安危的主要因素！即是說，如果沒有她，父母的婚姻就很難維持！

一個孩子背負着這樣重大的責任，怪不得她無法離家，千方百計都要回家，對着父母才感到安心。並非說她回來就可以解決父母的問題，只是她自己也承認，從小就感受到父母婚姻的不和，總是對他們不放心，已成習慣。好像大腦內有盞老是照對父母一舉一動的大光燈，非照着他們才感到安全，欲罷不能。

還記得那天父親表示，如果無法挽回家庭，就只有自救。當時母親十分激動，無法接受丈夫怎麼可以只為自己打算而不顧家庭；而少女，雖說對此已經習以為常，但是她的心跳卻加速到每分鐘一百八十多，手汗也數倍增加，這不是她可以控制的。

這是一種倒轉過來的鐵三角形勢，孩子在下角托着上兩角的父母，她一移開，父母就會倒塌。那次孩子打開心鎖，很清楚的表達出自己與父母之間的千絲萬縷。不料那天見面後，母親的反應很大，下一次見面時，少女就再也不肯多言。結果父母決定把她再送出國，就再也沒有聽到這家人的消息了。

事隔兩年，這一家三口又再回來。少女現在十八歲了，但是病情同樣反覆，同樣沒法在外地完成學業。回來後同樣出入醫院，自殘、自殺，她的父母，也同樣地貌合神離，圍繞着少女的病情團團轉。

這次她說：「我現在的最大問題，是不能與他們相處，每次互動，都會引起很大的無助感！」

單是留心他們當下在治療室內的互動，就可以看到他們相處的有多驚扭。少女無論表達什麼，母親都認為過於負面，不停向她灌輸正面的訊息。母親的話句句都很有道理，少女卻面有難色。

我問她怎麼會這樣反應，她說：「她的積極是含毒素的（toxic positivity）！」

母親的絕對積極，怎麼對女兒竟然是毒素？這正是人際互動最微妙的地方。連一直沉默的父親也說，妻子幾句話就把他打沉，妻子百思不解，自己的話有何不妥？但是她也不接受任何人的解釋。

少女說：「媽媽說話太強，爸爸的沉默卻是拒人千里！」

那麼她自己呢？既然話不投機，幹嘛老待在那裡互相糾纏？一個十八歲的青年人，理應有自己的生活、自己的煩惱，而不是一心一意當父母的決定因素！

我請她坐到我身旁，問：「你什麼時候才可以放下父母？」

她猶疑着：「我不知道！」

母親耐不住，向我質問：「你不懂儒家倫理嗎？什麼叫放下父母？」

基於上一次的教訓，我也知道如果我得罪母親，女兒就更加不敢發言，不過我還是說：「有時青年人的反叛期還是重要的，否則很難真正與父母建立健康的關係！」

少女答：「我從來都不可以反叛！」

母親又說：「那次你躲起來三個月，讓我們找不到，還不算反叛？」

母親的話很有挑戰力，但是治療師的工作並非幫着孩子打壓母親的銳氣，而是從中理解這家庭的互動模式，找尋新出路。況且這少女十分敏感，觀察力比誰都強，她不去反叛，自有自己的道理。其實，這種不停自殘和自殺的行為，不也就是一種反叛？身體髮膚，受之父母，她一直在傷害自己，不也是對父母的一種反抗，甚至懲罰？

想起少女所說的 **deciding factor** 這個比喻，突然醒覺：如果這個決定性的「因素」消失了，那麼事情不就自行解決，或者不必解決？也許這才是少女真正帶給我們的提示！有時一個人要自殺，同時就是要殺掉自己無法擺脫的人！

我趕緊問地：「你已經困在這個模式很久，想衝出去嗎？」

她說：「有時想，但是不知道怎樣做才成，就提不起勁來。我現在沒有朋友，沒有自己的生活，只有家人或醫院。常常覺得活得很累，死了就不必再煩！」

這種例子見得太多了，很多青年人就是這樣浪費了一生好時光，完全失掉自己，費盡心思只為上一代作嫁衣裳，永遠附屬父母。即使他們對自身狀況有很深入的分析，都不足以自拔。父母往往甘願一輩子為孩子犧牲，但是這種三人行不知不覺地就把孩子維持在病人的角色。

要衝破多年的禁錮，父母和孩子都要作出千軍萬馬的改變！好在我們團隊的精神科醫生認得這少女，深深為她的故事打動，我們承諾一同打造一個精密的治療計劃，激勵這青年人與她的父母重新改寫他們的劇本！希望在這個新劇本裡，她才是自己生命的 **deciding factor**！