

## 三角關係的前因後果

在家庭關係的領域中，我們常常提到三角關係。究竟甚麼是三角關係？它的樣貌如何？

三角關係，指的是當二人關係產生矛盾時，很自然的就會引進第三人，形成一個三角鼎立的形勢，穩定了二人矛盾所帶來的危機。因此，當父母關係產生不和時，最容易加入為他們帶來平衡的就是孩子。

在鐵三角內的孩子，最典型的象徵就是不能分化（*lack of individuation*）。即是不能清楚地分辨感覺與理性，不能分化的子女，往往會以父母的感覺為感覺，父母的經驗為經驗。

這是人際關係的一個重要理論，很多東方學者認為這是西方文化的產品，因為西方文化重視孩子的獨立，早早就把孩子踢出家門；而東方文化注重家庭，以家庭團結和互相支持為準則。其實三角理論在西方也並非容易被人接受，它的創立人 **Murray Bowen**，一直被人批評為過度注重理性，不懂親情的重要，在他離世的前一天，仍然要為分化理論作辯護。

其實，三角理論所支持的是情感上的獨立，並非物體上的獨立。夾在三角關係的孩子，總是擔心父母的關係產生問題，這是從幼時就養成的一種心態。父母關係的不和睦，孩子看在眼裡，潛而默化，化為心中的不安全感，老是要賴在家中，甚至產生各種病徵，製造留在父母身旁的理由。

我以前也不是 **Bowen** 的「粉絲」，但是自從回到亞洲來工作，發覺百分之九十以上的孩子問題，都與三角關係有關，不由得我不信。這些孩子患的毛病，包括飲食障礙、思覺失調、憂鬱症、拒學，以及各種奇形怪狀的精神及行為問題。

初步探討時，他們大多投訴問題來自學校或朋輩的壓力，但是很快就發現，這些孩子的情緒，不是與母親就是與父親緊緊地連結在一起。剛剛就見到一個十五歲的青年人，已經有大半年不肯去上課，他說對學校制度不能認同。但是他最不認同的其實是父親，他與父親談話的語氣及態度，反映的完全是母親對父親的不滿。母親投數父親大男人，但是兒子比父親更俱權威性，這個被定為家中惡人的父親，其實在家中毫無地位。當兒子代替了父親的位置，他自己在學校及友輩就更是無以自處。

三角關係有各式各樣的面貌，上面的例子只是其中之一。一般來說，都是孩子卡在大人的矛盾中，不知不覺扮演了一個不屬於自己的角色。很多時候他們都會特別與父或母聯盟，代他們其中一人出手追擊另一人。一個患了厭食症的女孩說：「我認為一個男人應該擔起保護妻子的責任，在人前維護她，而不是奚落她；我爸爸不能扮演一個丈夫的角色，我就一定站在媽媽的一方，哪怕她是毫無道理！」

另一個拒學的男孩對我說：「我必需留在家中，看著爸爸，因為媽媽無法叫爸爸停止喝酒，只有我在，他才不喝，我不能去上課！」

回家看守着家人，是很多拒學孩子的心底理由，一個因憂鬱而輟學回家的女大學生說：「我不明白，父母為什麼不能好好相處。我就是家庭的『理由』，媽媽不想招待爸爸那邊的親屬，就會說：『女兒要去上課，然後帶着我在街上踮。』爸爸每晚都寧願出去與朋友應酬，也不願回家，媽媽就會對他說：『女兒生病了，女兒要你回來，這樣爸爸就回來了！』」

很多只愛孩子而不愛對方的父母，不知不覺就把孩子扣押，成為維持他們關係的基石。

我畫了一個正三角形，向一個孩子解釋三角關係的理論。她糾正我說：「不是這樣的！」然後畫了一個倒三角形，解釋說：「你畫的是他們兩人支撐着我，其實是我在下面支撐着他們，因此更累！」

也許十歲的浩浩給我們一個最正確的理由：問他為什麼不去上課，他說：「因為我的家人比上課更重要！」他又示範媽媽與祖母勢不兩立，兩人怎樣緊拉着他，他對父親說：「過來，過來，讓她們拉着你，這樣我就自由了！」

道理很簡單，父母因為避免矛盾而不願面對的問題，孩子往往就取而代之，為一方甚至雙方出手。

這形勢不單止於孩子，其實成人也同樣可以繼續卡在父母的三角關係上，即使成家立室，自己的心態仍然繫在父母身上，無法建立自己的家庭。

這都是臨床的例子，要協助這些孩子或成人，就需要了解他們在關係上的糾纏。

當然也有文化的角度，但關鍵不在孩子是否需要分化，而是如何分化？我們在作家庭評估時，很快就可以看到家庭的鐵三角，而卡在三角關係的孩子，也往往把家庭問題看得仔細入微。問題是，他們對父母矛盾明如指掌，談起父母來比父母更年長，但是長年扮演着維持父母的角色，自己也依賴了父母，反而沒有自顧的能力，處理自己的事情比自己年齡要少很多。這種情況，我覺得在東方文化更為嚴重。

分化的道理，並非叫人不理家庭，其實有了獨立的思考和情感，才有空間與家人建立健康及適合年齡的關係。