

## 孩子為什麼要尋死？

作者：李維榕博士

日期：2024年3月2日

原文刊載於信報財經新聞專欄<故事從家開始>

孩子為什麼要尋死？這是一個沉重的問題。

因為要準備一個有關青少年自殺的工作坊，翻查了我們過去二十多年的資料，驚訝地發現，原來死亡的威脅，並非只是老年人的事。所謂存在的焦慮（**existential anxiety**），一種對自我存在和生命意義的質疑，死亡的念頭，原來同樣甚至更敏感地散播在青年人的意識中。

記得一個十歲的小男孩，在學校的問卷上填上自己想要跳樓，嚇壞了老師和父母。基於青少年的自殺現象是那樣地令人憂慮，學校和醫療界都希望及早防範，也因此警鐘四起。

我看這個小男孩，年紀雖小，說話完全像個大人，父親教訓兒子，很快就成為兒子教訓父親。父親叫兒子不要講粗口，兒子講得更痛快，父親想指出兒子的過錯，兒子反過來挑戰他的權威。很快就發覺，這孩子極有能力把自己從被告的位置變成檢控官，而父親卻從檢控的位置成為被告。

一個小屁孩為什麼會俱有如此威力？理由很簡單，因為母親站在孩子一方，他就威力無比。怪不得父親投訴：「不怕神一般的對手，只怕豬一般的隊友。」

原來這對夫妻的結合，一開始就遭受女方父母強烈反對，認為男的配不上女的，尤其是妻子的父親。其實男孩出生時，外祖父已經去世，從來都沒有見過外祖父的孫兒，卻從外祖母那裡把上一代的是非恩怨全部記在腦裡，成為一個專與父親對峙的聲音。這對夫婦雖然排除萬難成功結合，上一代的阻力卻在下一代延續下去，讓父親永遠不能當家作主。

那麼男孩為什麼要尋死？因為如果一個小孩子過於投入家庭的是與非，往往就會變得個性激烈，當父親強加管教，就會更加不甘心，在忿怒之下，容易衝動失控。

孩子自殺，很多人都歸咎於外在的壓力或校園欺凌等等，我們的臨床資料卻大部份都與家庭有關。家庭和諧對孩子很重要，孩子往往為長期難以解決的家庭糾紛而困擾，造成他們與父或母其中一人特別密切。不能抽身，是很多青年人尋死的幕後黑手。

尤其在受到大人的指責下，那種不甘心、那種不能承受的不公平、那種痛，往往令孩子失控，甚至選擇死亡。

一個少女告訴我們，她與母親像是連體嬰，不分彼此，受不住不能分開的痛苦，又不停的爭執，互相折磨，最後只有死亡，才能成功分隔她們。

另一個少女的自殺，卻剛剛相反。她不是用死亡來離開，而是用自己的生命，換取父母的和合。父母因為金錢問題，無法相容。女兒一出門，母親便離家。害得女兒連課也不敢上。她問：「不都是父母找孩子的嗎？為什麼都是我去找母親？」為此她吞下大量安眠藥。

另一個同樣放不下父母的少女也曾經這樣嘆息：「該死的道德綁架！」

記得妮妮的故事嗎？那個自稱為父母的「決定因素」deciding factor 的青年人，每看到父母處於矛盾狀態，就急得團團轉、情緒激動，多次出國就學，都半途而歸。這些孩子尤其接受不了分離的焦慮，長期把全部情緒繫在父母身上，很難適應外面的世界，費了千軍萬馬的跨專業合作，才能伴她走出迷津。好些青少年看了妮妮的故事，都說：「我就是妮妮！」

學習放下父母，是孩子的心路歷程。離不開家，做「宅孩子」已經幸運，更糟的是選擇不歸之路。

這些孩子都有一種被悲哀籠罩的感覺，無法找到別的出路，反而在自殘中找到快感。

一個不停自殺的少女用自己的血寫詩，嫣紅的血字，字字驚心：

- 不是自殺殺人，殺人的是悲傷！（suicide does not kill people, sadness kills）
- 死亡勝於枷鎖！
- 今天不開心？不要緊，反正明天也不會開心！
- 他們不斷說自殺不是選項，但是他們從來沒有給我一個更好的選項！

這孩子從橋上跳下，救護人員把她支離破碎的身體重新安裝，而她只等着下一次行動。問題是我們可以預測，卻很難防範。當一個人決定尋死，他必然找到方法，有時即使並非真的想死，也會神差鬼使的死掉。

一個年輕生命的消失，對所有人，尤其父母親，都是一個重大的失落。即使防不勝防，也不得不防。我們在處理有自殺傾向的個案時，都必先為孩子設定一個安全網。除了問卷，一個詳細的家庭評估尤其重要，如果家庭真的存有無法舒緩的問題，就更加需要趁這機會學習和解，尤其避免矛盾升級造成一發不可收拾。父母在生氣時都會覺得孩子不聽話，其實自殺的孩子最大問題就是忘不了父母的話。孩子也要練就刀鎗不入的「神功」，不能一味接收上一代的情緒殘餘當炮兵。

要把孩子從家庭的糾纏中拉開來，最好就是協助他們投入學校的環境，因此學校的角色尤其重要。我們在進行家庭評估時每當有校長、老師及學校社工的參與，成功率就大大地增加。

除了家校合作，有些特別嚴重的案例，更需要取得醫療界的支持協調。像妮妮例子的成功，是一個典形「醫教社」合作的模式。