

作者 :李維榕博士

刊登日期 : 2021 年 5 月 1 日

原文刊載於信報財經新聞專欄〈故事從家開始〉

## 保衛婚姻的戰士

那個憂鬱的小男孩，默默地望着不停爭吵的父母，然後靜靜地把他們的手拉起來，拴在一起。

這個影像在我腦海中，一直揮之不去。

孩子的最大恐懼，莫過於父母分手！但是不是所有的婚姻都可以白頭偕老，當婚姻完結時，最難於放手的，也是孩子！

為了要製作一項離婚家庭的輔導課程，重新調整了過去十數年間的臨床錄影資料；在面對父母離異時，一張張孩子失望的面孔，又呈現在眼前。這些孩子年齡不一，由四五歲到十七八歲，他們的表達不同，但是無論如何表達，都同樣讓人心痛。

一對夫婦為他們婚姻的去留作最後商議，結論仍然是無法挽回；他們八歲的女兒在隔壁的房間一直在等着，最後聽到的就是父母宣布分離。爸媽都不停保證會愛她，但是孩子一臉苦澀之情，無法聽得下去，她輕輕地說：「我可以出去玩嗎？」

誰都希望減低婚姻破裂對孩子帶來的傷害，但是無論父母怎樣努力，有些傷痛實在無法避免，不是三言兩語就可以解決。愈想盡快把哀傷消除，傷口反而更難痊癒。

另一個十歲的男孩子，一言不發地看着已經離異的父母仍在爭吵不休，他像一座石像似的，眼角卻一直掛着一滴淚。爭吵中的父母，往往把焦點放在誰是誰非，看不到孩子正在聆聽，也看不到孩子為父母的不和而焦急。

有一對父母離婚後，法官判決他們輪流回到家中看守兩個小姐弟，青年人卻說：「即使不在同一空間出現，仍然可以感受到他們遺留下來的惡劣情緒，不是已經離婚了嗎？為什麼仍有那麼多怨恨？」

父母之間的怨恨，並非一定用語言傳遞，無聲的張力，往往造成孩子的多動和焦慮。最近看到一個九歲的小女孩，父親因婚外情已經搬走半年，母親正陷於無限悲傷的狀態。女孩卻故作輕鬆，不斷為父母製造話題。對於嚴肅的事情都說記不得，唯一清楚表達的，就是說：「我不要他們分開！我不要他們分開！」

我問她說：「如果不能挽回，你怎麼辦？」

她認真地回答：「總得要試試，不試的話，就什麼希望都沒有了！」

父母聽到女兒的心聲，承諾再一次嘗試修補彼此關係，孩子興奮得舉手大叫：「為保衛婚姻而戰！」

只是這一場仗並不好打，父母好像只為了孩子而復合，在解決婚姻相處的問題上，真的很難提得起勁。孩子看在眼裡，不斷為他們打氣，加油！加油！父母相對無言，她又不停地提示他們：「你們要談話！要談話！」

父母不交談，真的對孩子帶來很大的不安全感。很多孩子都說，父母不談話，比吵架更恐怖。我們量度孩子的生理反應時，發現父母的沈默，會讓孩子心跳加速、汗腺增加。相反地，孩子在場，卻會給鬧矛盾的父母帶來減壓作用。

原來孩子都是保衛婚姻的戰士！他們不但在心理和生理上都盡量投入，費盡心思，為父母修復關係，只是他們的苦心，往往都是慘淡收場。大人常說：「這不是小孩子的事！」但是父母關係破裂，最受影響的是孩子，又怎會不關他們的事？

不想孩子去管，除非父母處理好自己的情緒，讓孩子看到大人即使婚姻失敗，也可以文明相處，這樣孩子也較為容易適應。偏偏很多父母在離婚後仍然矛盾重重，孩子不但無法在父母身上學到解決問題的能力，甚至成為他們的磨心。婚姻是死亡了，但是千愁萬恨的情緒，卻陰魂不散。這些孩子長大後，甚至成為精神科病人，用自己的病，繼續把父母拴在一起！

這些例子很多，我們案例中，就有一個三十多歲的男子，一個大好青年，却連大小便都不能自理，雙腿都被屎尿泡到腐爛。而每次發病，離異多年的父母就必須聚合在一起，為他張羅，維持一個婚姻仍然存在的假像。

過去二十多年來，大量研究都指出父母不和對孩子造成的各種影響，DSM5《精神疾病診斷與統計手冊第五版》也增加了一項「孩子受父母關係困擾所造成的失調」，而離婚，被公認為造成孩子困擾的一大因素。

一個十六歲的少女，情緒失控、自殘，結果入了精神病院。她對已經分居的父母說：「想我出院，除非你們搬回家來！」

那麼我們是否為了孩子就不離婚？也不盡然！因為除非夫婦真的設法改善婚姻問題，否則只是貌合神離，孩子一樣不會活得開心。保衛婚姻，並非只是它的形式，而是它的本質。一個不幸的婚姻，可能比離婚更讓人困擾。也許離婚的道理，就是離得乾淨，正如那個來自新疆的小男孩所言：「他們說在一起很不開心，所以離婚，但是離了四年，還是很不開心，那又為什麼要離婚？」

婚姻中的不愉快，理應在婚姻結束時，同時結束。這樣的話，孩子即使無法保衛父母的婚姻，也不會常期被父母失敗的婚姻綁架。

亞洲家庭治療學院這個離婚家庭的課程，是由香港賽馬會慈善信託基金所贊助的。內容先由孩子說起，因為當家庭破裂時，他們並非配角！