

離婚家庭的孩子

一段婚姻的結束，除了是夫妻不再，影響最大的是孩子。大人的決定，他們沒法左右，但是這決定將大大地改變了他們的生活。

很多不想兒女受累的父母都會對孩子解釋：爸爸媽媽分手，是大人的問題，與你無關！

但是大人的問題，又怎會與孩子無關？父母決定不再一起生活，無論基於那種原因，孩子都不可能置身事外。與其說：與你無關；不如說：對不起，我們無法繼續夫妻生活，我知道這決定對你影響很大，我們怎樣才可以減少對你的傷害？

這種說法，目的是鼓勵孩子與你對話，別真的以為他們知道答案，把孩子變成解決問題的顧問。我們都知道，父母愈把離婚處理得好，就愈會減少對孩子的傷害，父母愈是恩怨不清，孩子就愈是見不到天日，關鍵還是父母。問題是，極少有無痛的分手，父母自己也在痛苦中掙扎，千愁萬恨，能夠做到沒有精神崩潰，已經不容易；在這時候，又如何顧及孩子？

怎樣在這種情感的大地震中，找到立足點，在險中成長？這不單是離婚家庭所面臨的一個大挑戰，對處理離婚問題的專業人士，也是一個大難題。

我們大多時都把重點放在離異的夫婦身上，孩子的心聲，往往是單獨交由專業人士去處理。但是孩子的聲音，對象應該是父母，他們面對的困難，有時也只有父母才能解決。否則即使牽涉到一整隊專業團隊，也難以有效地解決一個屬於家庭的問題。

過去四五年來，亞洲家庭治療學院與香港大學正在合作一項有關離婚家庭孩子的項目。我們的臨床研究顯示，孩子最擔心的，是父母關係的安危，任何影響家庭平穩的因素，包括健康和經濟問題，都會為孩子帶來高度的焦慮。孩子最大的隱憂，是家庭的破裂。父母的分手，可以說是孩子的噩夢成真！

我們的評估，是邀請父母一起交談一些他們尚未達到一致的問題，讓孩子在旁觀察，同時量度孩子的心跳、手汗及體溫等象徵內心焦慮的生理反應。然後分析這些生理反應與當時父母談話內容及談話形式的關連。最有趣的是，當我們把這些分析資料與父母及孩子分享時，這些孩子往往都會提出一些讓父母及專家都十分出乎意料的意見。這些孩子由四歲到十八歲不等。下面是一些他們的例子：

這是一個五歲的女兒，父母對話中，其中一段母親埋怨父親沒有為孩子蓋被，當時她的心跳速度由一百以下的底線跳到近二百。治療師問她緊張甚麼？她不停跳動，卻一邊動一邊說：「我不想媽媽罵爸爸，爸爸有給我們蓋被的。」她看了正在流淚的母親一眼，跟着又說：「不要說了，媽媽生氣了！」

另一個五歲的孩子，一看到父母親開始互相批評，就從椅子上跳起來，說：「對不起，我不能聽下去，我一定要離開這裡！」他的反應，讓父母都嚇了一跳，不得不停止習慣性的爭議。

也有一對九歲及十二歲的兄弟，在整個父母的對話過程中，弟弟一直都在扮演父母的評論員，他對不停為自己辯護的父親說：「你為自己辯護有什麼用？你們是獅子與白兔，知死的話，就不要再說！」他解釋母親是獅子，父親是白兔，說什麼也沒有用。當母親投訴父親沒有看緊孩子，弟弟又說：「看緊又怎樣？看着我們不聽話罷了！」一番沒有結論的爭論後，沮喪的父母埋怨無法交談，弟弟又說：「我一早就告訴你們，交談沒有用的啦！」

他還對我們補充說：「哥哥只幫媽媽，我卻還中立的！」

我們發覺，十歲下的孩子比較直接，十歲以上的，就較為含蓄，甚至不是只看父母當時的表現。

一個十三歲的少女，她的父母親在交談時十分平和，一點都沒有尖銳的話題，她的生理反應卻一直處於緊張狀態。問起她來，她說：「這不是真的，他們只是裝模作樣，一會兒就會吵了！」

也有一些苦口婆心的孩子，趁機為父母調解，一個父親對母親的不回話，感到十父洩氣。十二歲的女兒對他說：「別人不回應你的話，並非沒有話說，不說話也是一種說話！」她又對母親說：「你不把話說出來，別人又怎聽得懂？」

孩子也不一定是什麼話都用言語表達，有三個小兄弟，年齡由七歲、九歲、十一歲不等。他們千方百計把分居的父母拉攏回來，在過程中，父親突然發病去世。三個孩子都長期患上濕疹，這也是一種焦慮的表達，身上沒有一塊完整的肌膚，三個孩子一起抓癢，越抓越癢，讓人慘不忍睹。

還有一個十二歲的男孩，父母已經離婚兩年，母親卻一直在苦惱無法與他溝通；在父母的交談中，他一直沉默，一面無奈、腩腆、眼角掛着一滴淚。父母不知道，這一滴淚，說的話比誰都多。

這些孩子的故事，對父母是當頭棒喝。孩子是二人結合最美好的果實，無論婚姻本身多麼不該不幸，都應該感恩，因為孩子的存在，就是提醒我們，親情仍是最美好的。千萬不要因為婚姻的破裂而把孩子撕裂。