

解開三尺冰封

這個十七歲的大男孩，長得很大塊。母親不停地數落他，說他肥胖，說他吃得太多零食，說他不自愛，小小年紀就患上糖尿病、高血壓等等。

母親也埋怨父親，偷偷在背後給他零用錢，讓他把自己吃成這模樣。

十七歲本來就是一個尷尬的年齡，青年人坐在那裏，毫無表情，什麼都說無所謂，沒有意見。

他被診斷為憂鬱症，已經有兩年斷斷續續不肯上學，最近更是躲在房間不肯出門。

孩子不肯上課，真的讓父母傷盡腦筋，哄也不是，罵也不是。而處理這個難題時，兩個須要冷靜策劃的父母，偏偏又會處於敵對位置，讓事情變得更加棘手。

上述這種關係模式，經常在問題兒童的家庭出現：在應該處理問題時，父母雙方卻在對峙，孩子反而成為父母的旁觀者，問題當然解決不了。

我們的家庭評估程式，除了量度孩子對父母關係的生理反應，同時要關注父母的互動模式，也就是他們關係的動態。模式是不斷重覆又重覆的，因為重覆，所以只要留心，就可以看得出它的樣貌。

為什麼互動模式那麼重要？因為人與人之間的共處，配合得好，就沒有解決不了的難題；配合得不好，就寸步難行。所以父母要解決孩子問題，就先要瞭解他們是怎樣互動的。

以這青年人為例，由於體形肥胖，個性又內向，學校生活必然不會順利，同輩相處有時是很殘酷的。回到家來，母親又不停埋怨他的體形和一舉一動；每一句話都在提醒兒子他的人生有多失敗，讓他本來已經低落的自我形象，更是無地自容。父親看不慣母親這種教育方式，把她當作虎媽，不停背道而馳。但是孩子也沒有領情，對於父親的教導，同樣以沉默回應。

我們請父親用自己的方法與兒子交談。原來父親的方法，也是不停教他做人之道，孩子對父親的拒絕，甚至比母親更甚。

孩子說：「我沒有要求，最好是他們都不要理我！」

不理他，就終日躲在房間打遊戲機、吃零食；理他，就是一連串的惡性循環，三個人都只是重覆上述那種完全無效的你追我避。

處於如此困局，很多人都想找到立即解決問題的良方。如果你也這樣認為，就會萬分失望。因為冰封三尺，絕非一日之寒。要解決問題，必須有個流程：

第一、就是解凍：首先要面對孩子的問題，帶出孩子正常的一面。不要因為有了診斷就把他們當作病人，否則他們就會以病人的身份回應。同時要考慮孩子的年齡和表達能力，因為孩子是不一定有問必答的。

我們在測量這孩子對父母交談三十分鐘的生理反應時，發覺他的心率和汗腺都有很大起落，一共有七個大反應。但是問起他來，他卻什麼都說「不知道！」「沒有意見！」

這個時候，你必須沉得住氣，仔細觀察，答案就在你眼前。母親見孩子不回應，立即就着急起來，不是為他解釋，就是催他回答，孩子忍不住，氣得跳腳，當場就向母親大發脾氣。看他生氣時說話還是很有道理，不愧是個十七歲的青年。但是看他與母親爭吵的神情，卻讓人疑惑，因為這不像是正常的青春反叛行為，更似是離不開母親的大嬰兒。遇到這種情形，單是要求母親不要數落孩子，也不會有效。主要還是讓母親與孩子建立適合年齡的分隔。

第二、放大孩子的聲音：孩子的聲音，不單是語言的表達，經過測量出來孩子生理反應的數據，也是一種肺腑之言。因為身體是不會撒謊的，所以身體語言比口頭上的語言來得更為真實。即使孩子不說話，治療師也可以帶動父母分析這些數據，從而探討孩子的內心語言。孩子聽着我們在討論他的心態，忍不住就會插口，這樣治療師就有機會引導他一步步地為自己發言。

第三、家庭關係的前世今生：從父母的親子模式，就可以順藤摸瓜，探討家庭的來龍去脈。原來父親長期不在家，母子相依，才造成如此關係密切。現在父親回來了，與妻子格格不入，與兒子也十分陌生。兒子站起來比他高出一個頭，他卻還是當他是個三歲小孩。他知道妻子的教育模式行不通，但是不知道自己的辦法也是寸步難行。

第四、建立新的關係模式：父母醒覺到自己的方法不奏效，終於願意放下堅持，從新學習如何做合拍的父母。孩子見到父母改變態度，也一改拒人千里的姿態，願意打開心聲。

孩子終於承認：「其實我很知道我的心態；無論他們說什麼，我都有很大反應！」

我問：「那麼你為什麼不去上課？避開他們？」

他苦惱地答：「因為他們是我的父母呀！」

聽到兒子的真話，父母也很驚訝。他們一直以為孩子不聽話，其實父母的每一句話、每一個眼神，兒子都全部吸收。吸收太多了，就變成一種糾纏。孩子離家，從來都不是易事。這次評估，讓這一家三口，由各自獨白變成一起交流，是解決問題的開始。

下一步：如何把新的模式變成常態？否則一轉眼，又會打回原形。