

作者：李維榕博士

刊登日期：2022年2月19日

原文刊載於信報財經新聞專欄<故事從家開始>

與青年人溝通

如何與青年人溝通？不單是一個讓父母頭痛的問題，連心理治療師也往往束手無策。

青年人對父母最明察秋毫，大人的一舉一動逃不過他們的法眼，要獲取他們的信任並不容易。對他們說教不成，刻意投其所好也不成。看過 *The Sixth Sense* 那套電影嗎？為了接近孩子，心理治療師與他玩了一個遊戲：就是每猜對孩子的心態一次，孩子就要向他走近一步；猜錯了，孩子就可往後退，就是這樣一步步進進退退最後才達成一種共識。

我們總是渴望孩子說出心底話，好像把話說出來，問題就解決了；而很多青年人卻認為，說出來你也不懂，何必費勁？

這天我們面對的正正就是這樣的一個場面：一個十九歲的青年人，因情緒激動而兩度自殺，已經兩年不去上課，把自己關在房間內，拒絕與家人接觸。

這個家庭住在上海，我却在香港用 zoom 與他們溝通。通過互聯網見單獨一人猶可，見一家人就面目不清眼花撩亂。而且接收到的聲音與畫面有一定的時差，別說這青年人不大說話，說了我也聽不清楚，甚至不知道是他在說話，還是誰在說話？大部分時間我都是在問：「你在說什麼？對不起，我聽不到。什麼？請再說一次！」

其實這青年人完全沒有理由對我這個陌生人表達心態。況且沉默也是一種溝通，本身就在傳遞着一種訊息。而此時此境，所有注意力都集中在青年人是否開口，他稍有動靜，便觸動所有人的神經。

偏偏他最喜歡說的就是「不知道！」而我連這麼一句也接收得不清不楚。在座每個人都為我們着急，父親更是忙着為兒子傳話，生怕我會漏掉青年人的訊息。

青年人還有一個比他大好幾歲的兄長。從家人口中，得知父母在兩個孩子很小的時候就離異，長兄隨母親生活，才兩歲半的弟弟就跟隨父親。當時父母關係鬧得很僵，父親禁止兒子與母親見面，直到孩子出現嚴重精神困擾，兩度住院，才同意讓他搬與母親同住。基於少時沒有機會接觸孩子，母親至今仍強調這是導致他們不能溝通的根由。現在父母看來十分合作，同聲為孩子打氣。怪不得哥哥形容弟弟是父母的「調和劑」，又說「因為他，父母處理家庭關係會更小心、細膩一些。」

比起弟弟，哥哥是很積極地在父母當中作平衡，他認為這是他「生存的辦法」。作風不同，兄弟兩人都好像是以不同方式把分手多年的父母繼續拉扯在一起。

既然青年人不想表達，我們只好也做猜謎遊戲，由父母兄長三人輪流猜測他的心態。但是無論他們猜什麼，青年人都搖頭，都說：「不是這樣的！」

那麼究竟是怎樣的？

就在他們三口四舌解釋前因後果之餘，青年人終於禁不住氣。

他嘆一口氣，說：「我本來不想講的，我為什麼會變成這個樣子？是父母見到兩個孩子，就像狼看見肉一樣，都是瘋狂地撲上去，這是造成家庭現況比較根本的原因吧！」

他又說：「雖然他們的行為差不多，都是瘋狂地去接近孩子，然後瘋狂地去以自己的方式，希望孩子做出他們想做出的行為，但是動機不一樣。我爸，他的動機是因為生活過得太滋潤。年輕時就開公司，然後變成一個社會上所謂成功的人，別人看到他都是一口一個奉承。他想在自己家庭裡面也做個非常成功、非常有掌控力的人，所以會不自覺地控制自己兩個孩子；我媽相反，作為這一代的女性，在社會上得不到過多認可，沒有人稱讚她的工作做得怎樣，她就只能退而求其次去在自己家中找尋，找尋這份在社會中缺乏的存在感，然後演變而來的，就是她對自己的孩子也非常有控制欲。」

也許青年人不知道，現在把自己關在房中生人莫近地做宅男，也何嘗不是一種控制？

他承認：「其實我也是下意識地在逃避，也一樣不能接受自己。因為我發現在這種高壓力的環境下，我會迷茫，我會找不到答案，然後也只有在這種環境之下，我才會瘋狂的去看書，如果沒有這種環境，我今天大概講不出這段話！」

父母從未聽青年人說過這麼多的話，都感到十分驚訝，也習慣性地向他提出援手。母親聲淚俱下，要求他說：「媽媽願意給你空間，你能否也可以留一點空間給我們，與我們交流？」父親也很懊惱：「你需要的時候我們沒有及時解決你的困擾，現在想幫助你的時候，又跟不上你的節拍！」

問題是，一個 19 歲青年所面對的問題，不再是父母所能容易理解及處理的。小時沒法照顧孩子的需要，現在要彌補，就變成滿足父母的需要而不再是孩子的需要了。

青年人總結：「我只找到了問題的根源，還沒有找到解決的辦法。希望給父母種一顆種子，讓他們認識到自己是個什麼樣的人。說不定哪天天氣好就發芽了。」

與青年人溝通需要建立一個過程，很艱難地才把話說得出口，更重要的是有沒有真的被聆聽？種下的種子能否發芽？