

新事與舊情：新移民的路

臨床心理家陳耀基先生

「初到貴境，人生路不熟」，「茶是故鄉濃」，「人離鄉賤」... 似是新來港人仕的內心寫照。在從前土生土長的故鄉，跟家人，親戚及朋友已建立了緊密的連繫，身邊的事，也在自己的理解與掌握下發生，一切都是那麼熟悉。遇上問題，亦有自己一套有效的解決方法，無論是尋找別人幫忙，或採用自己的辦法，問題終不致失控，因為這畢竟是屬於自己的地方。

一下子離開這片的土地，會有一種無形的焦慮，就好像孩子跟母親分離的惶恐。面對陌生的面孔、語言、生活方式，價值觀及世界觀，不但感到隔隔不入，更覺自己迷失於一個異類的世界，重新懷疑自己的身份。既不能即時「歸隊」，融入主流社會，也不能重回故鄉的懷抱。在這「兩頭不到岸」的困境，只覺孤獨及迷惘。唯有重新定義自己，在新環境中找到自己的位置及角色，建立新的人際支援網絡，亦從故鄉連繫中獲取精神上的依傍，才是通往「落葉歸根」的正確方向。

相反，終日緬懷往昔故鄉的好日子，自怨自艾，將自己孤立於眼前的挫折，不肯面對現實，只會延長過渡期的困苦，無助邁向新生活的步伐。其實，無論身處任何環境，自己只要肯作出相應的改變，「這裏是我家」的感覺亦會在心裏生根。