

## 無形的傷害

臨床心理學家陳綺雯女士

如果用一種東西形容你的孩子，那會是什麼？試想一想，再寫下來。這不是一個心理測驗，但如果你細心看看自己的答案，你會發現，這件東西可能或多或少反映了你的孩子某些特質，也可能反映了你對孩子的期望，或是形容了彼此的關係。

有沒有想過，你對孩子的觀感、期望是如何影響他的成長，以及你們彼此的關係？

二十五歲的阿怡個性豪爽、不拘小節。她自少便有很多朋友。朋友都認為她有義氣樂於助人。別人覺得她也是個很好的聆聽者，使人樂於親近。珊珊的鄰居都認為她善解人意心地善良。每當媽媽發脾氣時，她會靜靜坐在一旁，等到她平靜下來時為她收拾殘局。阿婷從小讀書成績都很好，一直被老師及同學認為是一個品學兼優的好學生，是一塊不可多得讀書材料。到大學畢業時，她也不負眾望，取得一等榮譽的成績。

她們都因為不同的原因來接受心理治療。

阿怡認為自己是一塊豬頭骨。因為媽媽從小就告訴她，如果當年沒有懷着她，便不會跟她爸爸一起，故從小到大，他都覺得自己多餘，是破壞母親一生幸福、叫父母迫於無奈接受的孽。阿怡和媽媽見面時總是互相埋怨、甚至惡言相向，可是，即使關係如何惡劣，她們仍堅持住在一起，不肯放棄。

十歲的珊珊被媽媽形容為烏蠅，原因是媽媽認為她說話時總是在其耳邊唧唧噥噥，就如烏蠅般討厭，巴不得一掌拍死它。珊珊和媽媽一塊時老是誠惶誠恐，彷彿一不留神會真的死在她手上。媽媽也承認，無論珊珊做什麼，她都總覺得不合心意；其實，說得更確切一點，是連媽媽自己也不清楚什麼會令她感稱心。

阿婷的媽媽曾對爸爸不忠，爸爸在她年紀還少時離棄了她們一家，說她們是臭髒出臭草，而媽媽也因此得了精神病。爸爸的離棄，和隨之而來阿婷媽媽的精神崩潰，令阿婷對家的感覺十分負面，從小到大家裡的各種混亂也令她相信她的確來自“臭髒”，無論自己如何努力，有什麼成就，她依舊是一棵難登大雅之堂的一棵臭草。

以上個案有一個共通點：縱使她們在其他人眼中是如何正面、出眾，她們的自我形象基本上仍源於父母對她們的評價：負面、沒有價值。另一方面，父母評

語背後亦展示了他們與子女之間的互動和關係的素質：矛盾、抗拒。

現在，阿怡沒有再動輒鬧自毀，也不再老和媽媽對着幹；珊珊尿床的問題得到根治；而阿婷也不再抑鬱；在我與她們見面期間的其中一些轉變是：阿怡發現了只要換個環境，她其實可以是一個滋補可口的豬骨湯煲，雖然以往的那個蹩腳廚師仍會令她引以為憾；珊珊的媽媽明白了，令自己煩躁不安的，不在外物的縈繞，而在內心的紛亂，在這期間，她也確實拿出了勇氣，去面對自己的問題；阿婷有了一個新的希望：當她繼續成長，她總會有一天，綻破她的臭罌，植根在外面的泥土……當人能把已放在身上的標籤重新闡釋，你會發覺，生命會有更多可能！