

**家庭議會家庭教育系列 家庭治療篇 (對白稿)**

家庭治療篇 — 希希的故事

主持、旁白：李維榕博士

前言：兒童精神健康是個令人關注的項目，世界衛生組織估計，每十個孩子便有兩個涉及精神健康問題。處理孩子的心理困擾，往往只集中在個人行為和情緒，但是孩子是家庭的一面鏡子，從家庭關係去看孩子的心態，會對問題有很不一樣了解。

主持：希希的故事，不只是一個家庭的故事。任何有孩子的家庭，都可能面對同樣的挑戰。

旁白：第一次見希希的時候，他只有八歲，是個名符其實的反斗星，家人拿他沒辦法。那一次見面，他大部份時間都趴在沙發上不肯起來。

媽媽：起來吧，媽媽試試，起來吧。

爸爸：不要害羞，你做了弟弟嗎？希希，乖，快點，只有弟弟才會躲起來，你當作是平日談話便可，我們不是說你有問題，我們現在全家人一起解決問題，是整個家。

媽媽：是整個家，一起去做這件事。

爸爸：快點，先起來，勇敢些，快點，我們先不說這些，你起來吧。

主持：孩子的問題，已經請教過很多專家，始終找不出答案。但是從媽媽的陳述中，我們開始找到一點線索。

媽媽：他曾經有一次在學校無故罵我，在一個親子關係的講座上，原因是主持人說，媽媽也可以回答這些健康常識的問題，他便轉身對我說：回答吧！這樣叫我，但我沒有搶答，因為有些家長會搶答，但我沒有，我已經告訴他我不答，但他很生氣，很生氣，忍不住，之後，他站起來指著我，說：你叫我主動些，你自己又不主動，又不舉手回答問題，你很壞的，他一直罵我。

主持：媽媽的這段說話，令我們覺得，希希可能是一個十分關注母親的孩子。我們叫這些孩子做 parent watcher，他們常常留意父母的一舉一動，父母之間有任何風吹草動，他們會首先察覺，因此很容易捲入父母的情緒。

旁白：於是，我們邀請這家人參加一項測試，讓父母在孩子面前談論一些他們尚未達成一致的分歧，而我們同時用電腦儀器測量希希的生理反應，包括心跳速度，及手汗分泌，這些都是反映孩子內心焦急的指標。

媽媽：沒有想過是這樣，這樣無助。還有，我不是不教他們，我已經很盡了力，但還是不被欣賞，無論是兒子也好，你也好，都不欣賞，其實很辛苦。任何討論總是沒有答案，「那又如何？那又如何？」，很沒趣，所以其實不想跟你討論。

爸爸：我的接受能力跟你不同，你根本不接受我的做法，認為我很多事都不對，你很矛盾吧。

媽媽：我不是認為你不對，我舉例，你下班回家，我說我們每人照顧一個兒子，你卻坐下看報紙，這樣是每人照顧一個兒子嗎？我看一個兒子的時候，另一個兒子又走來走去，你始終沒做到本份，但你說已經在照顧一個兒子，我認為你不對，是天經地義。至少你要讓他知道應該做甚麼，你不應坐著看報紙，做自己的事，你要幫他，是嗎？

爸爸：你常常執著於一件事來說，如果像你以前，要坐在他旁邊，他才肯做，有何意義？你一定有你的道理，你是對的，別人是錯的。

媽媽：我是說溫習呀。

主持：當父母對談的時候，希希坐在一旁，看似沒什麼反應，但儀器測量出他在情緒上有多處起伏，尤其是當父母有爭執的時候，他的情緒便更高漲。最有趣的是，當做完這實驗，希希要回應父母時，他的話令人完全意想不到。

希希：好像水溝油，水溝油，合不來，經常各走極端。

爸爸：誰極端？

希希：你們倆一樣極端，差別很遠，兩個差別很遠，要合得來，一定要嘗試像對方一樣，用別人的方法。例如爸爸，要試試用其他方法。

爸爸：要嘗試用別人的方法。

希希：有甚麼好處。

媽媽：我呢？

希希：你也很難說，不要那麼快就完全說出自己的想法，要先聽聽別人的觀點。

爸爸：那你有甚麼提議？

希希：多些討論。

爸爸：多些討論。

希希：不過盡量不要在晚上的時候，應在早上的時候，或是星期六、日多些討論

爸爸：為什麼不要在晚上談？

希希：因為在晚上的時候，媽媽也說過，專家說，在早上的記憶會較好，所以會記得好些，可以做出來，永記於心。

主持：理論上，我們都知道父母之間的矛盾，對孩子有很大的影響，但是由孩子自己直接說出來，對父母是一種當頭棒喝，令他們不得不面對彼此之間的問題。

媽媽：他的情緒好像一面鏡，如果我們開心，他便開心，希希很喜歡放學的時候，不看路，只是看著我的臉，問我：「你今天怎樣呀？」我說：「為何你這樣喜歡看別人的臉色？」他要看看我今天是否開心，或者說，你今天好像不開心，他好像看醫生一樣，說你好像有點不妥，如果我們能融洽相處，那他便能毫無顧慮地學習。

爸爸：希希實在太疼愛你了，所以．．．應該怎麼說？你小小的情緒波動，也變成他很大的情緒波動，所以這樣下去，我們要更加小心，反而你自己的要求也很重要，你對你自己要求，滿意程度，直接反映在他的身上。

主持：其實作為父親的，很多時候都觀察到母親與孩子之間那種難分難解。但他們覺得自己的意見不會被妻子接納，很多時候為了避免爭執，便不再作聲。

旁白：如何令一個向來逃避的父親，不再逃避，重新負起積極的責任，是十分重要的一步。

爸爸：希希，你要做八歲的你，其實爸爸媽媽疼愛你，便是想你返回你應該去的空間，例如八歲的小朋友喜歡玩甚麼，你便回去做八歲的小朋友，不要常常想大人的事，為他們想這樣那樣，是嗎？不過希希可能怕爸爸取代他的位置。是你欺負我，你取代了我的位置，我現在想跟你競爭，公平競爭。

希希：我認為不是，是你做不到，我幫你做。

爸爸：我現在便取回這個責任，由我去做。你要有心理準備，是嗎？你記住，如果爸爸贏了，也是正常的，是嗎？

希希：一定要，如果你做不到……

爸爸：但你不要讓著我，我會努力做的。

主持：但是爸爸要取回自己在家庭中的地位，除了與孩子溝通，最重要的是夫婦之間的協調，他需要了解，究竟他和太太之間出現了什麼問題。

媽媽：他今日請了半天假，因為怕來這裡時交通有問題，反正他有假期。他上午上班，我很開心，我整個早上做完所有家務，煮了一頓好像晚餐一樣的午餐，希望晚餐即使倉猝，也算吃過一頓飯，吃完午飯他便坐在沙發上睡覺，睡到四時多。

主持：你就很失望。

媽媽：有點失望，一方面他花了半天假期來睡覺，而他倆的情況是……即使你不睡覺，你回來，看看我們戰場是如何也好，我又要裝作像賢妻良母地說：「很睏嗎？睡一會好了」，但心裡已經很生氣！放假回來睡覺？

主持：而你當時可能最渴望的是一個午睡。

媽媽：他反而邀請我，吃完飯，全家四個人一起睡午覺，便最好了，他們也有聽到，也有邀請他們，但我感到都不是這麼現實，因為……

主持：我也問你，為何不是？

媽媽：一起睡午覺？

主持：是呀，起碼睡完大家精神都好些，不用心裡又儲起另一股失望。

爸爸：其實，我哪能真的睡覺，一直聽到很多聲音，不停有投訴的語氣。

主持：你指你太太？

爸爸：是，又是講汝希，汝希回來，做完功課了嗎？最後發現原來沒做完，還有很多功課。我想至少有四十五分鐘，不停說這個問題。我可以理解，她只

是在發泄，說她也沒用，又搞到氣氛不好。

主持：所以你就更加想去睡覺。

爸爸：他便拉牛上樹，越寫越慢，我也知道，他寫一個字，便擦三次，或寫得不好，又擦又寫，所以，每做這些，我便不想看，我知道沒有結果，又週而復始地發生。

主持：你有沒有發覺你丈夫，今天改變了很多呀？

媽媽：因為他睡醒了。

主持：所以我告訴你，睡覺有好處的。

主持：安排家庭活動和教孩子做功課，往往都會做成夫婦矛盾的導火線。父母必須尋求共識，而不是各持己見。這道理很簡單，但很多父母都不願意接受對方的意見，才會各自為政。

爸爸：每計劃一些事，總是沒結果，我的感受是這樣。她不肯跟我合作，或者她覺得，她有她的計劃，要做她認為有用的事，不聽我說，她會說浪費時間，諸如此類。

媽媽：我很想有人替我計劃，當我否定他的計劃的時候，我會告訴他原因的，我有原因給他的。

主持：他是否接受你的原因？

媽媽：我認為我的原因都很充分，例如.....

主持：但他是否接受？

媽媽：我不知道他是否接受。

主持：你要問他。

媽媽：例如我說，天氣冷，入長洲很危險的，冷病回來就不好了，還有問題迫近我，考試近，只有很短的時間，聖誕節又有很多節目，我很想爸爸做個龍頭，去訓話，我很想，因為我的聲音實在是.....

主持：我知道，我想你也很知道你太太想甚麼，我想她不知道，因為你沒向她說清楚，雖然她很想你做龍頭，但當你想做龍頭時，我聽到的是她很快又把你推回龍尾，是否這樣？

爸爸：其實也沒有很強烈這種感覺，但我認為你.....我不覺得你是喜歡聽別人計劃的人，你始終有你的想法，我想這是重點，無論計劃好與壞，你都是喜歡跟自己的計劃行事的人，問題是大家的如何討論，才是問題。

媽媽：這視乎你有沒有很精彩的提議。

爸爸：我認為你很多時，都是想的和做的不能配合。

主持：夫婦的思維和處事形式不同，往往是因為他們來自不同的家庭背景。

媽媽：爸爸在我小時候，教我們做功課讀書，都是很有問題的，很沒耐性，所以我奇怪，我不知為何，我好像學了他一樣。



主持：學了誰？

媽媽：學了我爸爸一樣，教他讀書時，我的脾氣，耐性，很像爸爸，還有，我不喜歡我媽媽那種大女人，對老公不應該這樣，但我結婚後，我便這樣對他，你爲何不讓我作主？在外我給你面子，但在家當然是我作主，這特點不自覺便出來。

爸爸：年紀很小我們已經是自己照顧自己，沒甚麼人理會。

主持：你這年少時候的經驗，如何影響你做爸爸的心態？

爸爸：我很想他快點有自己的個性，有自己獨立的思想，自己處理事情，所以自己沒有細心想，影響會是如何，是否這樣最好。

媽媽：我跟他很不同，所以當孩子出生，我感到他很奇怪，經常問他，他這麼小，你爲何整天問他，你想怎樣呀？你覺得怎樣？所以當時大家感到不知如何是好，因爲教法不同，或者我提議多點帶他去圖書館，他便說：「每個孩子都不同，怎可以聽別人說便照做？」很多衝突都是這樣產生的。

主持：有人說男人來自火星，女人來自金星，其實無論他們來自怎樣不同的星球，都要在地球學習相處，學習互相包容和互補。當父母可以站在同一陣線，孩子不用擔心他們，自然便會做回孩子的角色。

希希：爸爸回到家，又不理我們，立刻衝進房間，脫鞋，放下錢包，看報紙，看完報紙，便吃飯，吃完飯，便叫媽媽洗澡。

弟弟：有時候吃飯也在看報紙。

主持：吃飯還在看報紙？

希希：繼續看，看幾則

主持：所以爸爸看報紙，你便看著爸爸？

希希：是。

主持：兩個都是這樣？

媽媽：但不是事實。

主持：讓他們說。

弟弟：有時候，喝完湯還立刻看報紙。

希希：看完報紙便責罵我們，「洗澡吧，還不洗澡？」

弟弟：又要溫習。

希希：是，還要叫我們，「溫習啦，明天默寫呀！」

主持：孩子投訴父親看報紙，以前母親便一定會責怪丈夫，現在他們立場一致，就開始知道孩子這種行爲，以他們的年齡來說，其實是很正常的，無需要過份緊張，這樣孩子便真的變回孩子了。

媽媽：有一天他們說肚子餓，那是星期二，我便說：「好吧！買個熱烘烘的麵包給你們吃。」我便留他們在家，自己出去，在附近，在灣仔，買麵包。到下午四時，我接到爸爸電話：「你在哪？」我說：「我出去買麵包給他們

吃」他說：「你在麵包店等，我下班了，現在過來，想跟你談談。」我想：已下班？四時多？跟我談？我自己的經驗告訴我一定有事發生，公司一定有問題。但很奇怪，當時我心情十分平靜，我想是沒問題的，一切都可以解決。他來到時，跟我說，那時他木無表情，爸爸說：「公司要搬去新加坡。」我說：「不要緊！」他說：「他們叫我也一起去。」我說：「不用了，大前提是，如果你想去的話，我們便一起去，如果你想吃肥雞餐，便慢慢打算。」但爸爸說：「禽流感呀！不吃肥雞餐。」已經決定了，是把事實說出來。於是我們回去和小朋友一起商量，一起祈禱。

主持：一起決定去新加坡？

媽媽：是，我們便決定去新加坡。

主持：這對你的家庭有很大轉變。

主持：由於父親工作改變，希希一家人移居新加坡，期間他們來探我們，事隔幾個月，希希已經成熟了，是一個青少年。

主持：你覺得爸爸媽媽要做甚麼才幫到他們的孩子？或是孩子需要甚麼才會成長得開心些？

希希：其實說實話，全個家庭的主要是個爸爸，他好像一個引擎，如果他不啓動，全部都不運作，他啓動，甚麼都順利。

主持：現在你如何評價他們？

希希：水和糖。

媽媽：水和糖？！

主持：那便變了糖水？粘在一起？甚麼意思？很甜的嗎？

希希：是，可以這樣說，粘在一起。

主持：你喜歡看到他們變了糖水嗎？

希希：好似湯圓。

爸爸：糖水，還有湯圓。

希希：蕃薯。

媽媽：你才是蕃薯。

主持：後來爸爸中風，一家人又搬回來香港，但是他們充滿信心，更明白要一齊面對病魔的挑戰。

主持：你怎樣看你自己這四年裏的轉變？

希希：基本上動作一樣，但對象不同了，和方式不一樣了。該怎麼說？動機一樣，做法不一樣，對象不一樣。

主持：很好，動機是怎樣不一樣？

希希：關心家庭，關心家人。

主持：是一樣的，對象怎樣不同？

希希：以前對象只是關心媽媽，但也要關心爸爸，不是百分百對著媽媽，是有不同的人和對象的，方法便是對不同人有不同的方式。

主持：很好，你真是長大了。我想爸爸媽媽聽到也很開心，是否這樣？你們如何回應他剛才的說話？

媽媽：他真是改變了，經過家庭治療，他剛才有個字眼「轉捩點」，其實是他醒了，他知道這樣做不對，不應該管太多家事，不應該只望媽媽，自從爸爸中風之後，他整個人因環境迫使他長大，而長大得很正面，正如他剛才說，不是負面的，他把他在家庭治療學回來的，即時用出來，所以如果沒有來做家庭治療，又發生家庭這件事，可能不知如何，所以好像做了預習一樣。我們不需要再記掛他何時測驗，催促他讀書，已經放手了，所以便可以專注做多些康復治療的工作。

主持：這個故事教訓我們，親子並不等如只是看著孩子。父母關係不好，孩子也不會開心。因為很多人不知道，父母當然會保護孩子，但孩子其實一樣在保護父母，要孩子成長，家人必須要陪著一起成長。

旁白：希希現在已經十四歲，他的弟弟也已經十二歲，隨著兩個孩子進入青少年階段，這個家庭又要面對新挑戰。這個過五關斬六將的過程，其實是每個家庭的故事。