

筆下心澄：看不見的忠誠

第一次在門診會見阿欣，是她第三次從精神病院出院不久。20 多歲的女孩，不像一般年齡相若的女士，她頭髮鬆亂，面色蒼白，一臉愁容。我簡單介紹會面目的後，便問她：「需要甚麼幫忙？」她躊躇低聲道出：「我想知道現在的家庭狀況，想改善與妹妹的關係，媽媽欠姨媽很多錢，我不知如何面對姨媽，我感到內疚，好辛苦，我想離開！」

阿欣於 2023 年初入院，因借款償還母親的賭債而出現輕生念頭。2023 年在中途宿舍服食過量藥物再次入院，原因是未能承擔回家的壓力。2024 年因不滿母親忘記了父親的生日而情緒失控。從阿欣的訴求及病歷，不難發現困擾阿欣的事情，都離不開家事或家人關係。然而，是暗藏在這家裡的甚麼情況，令阿欣陷入如斯的情緒絕境？

今次是第三次家庭會面，開始面談時阿欣坐在父母中間。我問大家想談甚麼？阿欣說想談弟弟的皮膚問題。媽媽說欣甚麼都擔心，爸點頭。欣說弟弟雙手出現紅疹，爸爸買過多支藥膏替弟弟抹手，但都沒有好轉。媽說應該帶弟弟去看醫生，但爸爸不同意。父母開始爭論起來，媽用手肘碰阿欣，欣的情緒開始高漲，表現憤怒，眼帶淚光，一一數出爸爸過住頑固的事件。我問阿欣為甚麼傷心起來？弟弟是否對你很重要？欣哭著說：「是弟弟一直以來陪伴著我，父母時常爭吵或互不理采，剩下家中事務都留給我處理。我自小感到很孤獨，如果沒有弟弟，我 15 歲時經已自殺了。」

家庭成員角色轉移

家庭治療的先驅 Minuchin et al (1967) 及 Boszormenyi-Nagy (1973) 提出親職化 (Parentification) 概念，這是指孩子在家庭的角式調換了，因為父母沒有擔起該負的責任，孩子在生理及心理還未夠能力承擔時，便承擔起了家庭內的各種責任，甚至要找方法處理包括經濟、家務及家人情緒等問題。讀者或會想像，被親職化的孩子可能會受父母寵愛，然而情況卻相反，他們往往會被忽略，欠缺成長期的基本身心需要。這會引發各樣反應，如內疚感、情緒波動、憂鬱、自毀、停學，孩子衝突、濫藥等等。

從阿欣的覆述，她被親職化的跡象似乎也明顯 — 父母無法處理問題、直接或間接要求她介入及處理，多年來讓她扮演家中父母的角色 — 照顧孩子，處理家務、家人賭債。那麼我們可如何協助她拾回一個女兒的角色？

親職化有多種治療目標，包括協助家庭成員重新建立健康的角色及界限 (Role and Boundary)，引導夫妻正視彼此的問題，察覺及停止對孩子的依賴；此外，亦需協助被親職化的孩子處理積藏已久的情緒反應。

在第三次的會面中，我讓阿欣的情緒安穩後，便問她「何不把握今日的機會，一起幫助爸媽找出一個幫助弟弟的方法？」，阿欣雖然仍在低泣，但也默默點頭。經過這三次家庭會面，成功協助阿欣的父母看到女兒的情緒問題與父母及姊弟妹關係有關。接著的治療目標是改變這家庭成員的相處方式，從而協助阿欣 — 這位默默地守護家人的忠誠孩子，令她能像其他一般子女正常

地成長，這亦是我能幫助阿欣達成第一次會面時她哭著提出的要求「我想離開 — 離開這個不屬於我的角色。」

撰文：青山醫院精神健康學院精神科資深護師蕭國雄

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2024-07-30)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/1042841>