

筆下心澄：從性格到人格障礙

心穎是一名外表秀麗，清秀脫俗的二十歲少女。美麗的軀殼下，雙手衣袖下卻是一道道新新舊舊、縱橫交錯的鏹手痕跡，看起來有點像貨品的電腦條碼。兩年前，心穎因為服用過量藥物而被社工帶到急症室，在急症室留醫數晚，情緒冷靜後，被轉介到青山醫院明心樓門診，從此與精神科結下不解緣。

起初，心穎總是有所芥蒂，有時候不回答問題，或只有簡單一句「嗯，係啫，冇咁」，草草回答。她的情緒如過山車一樣大起大落，彷彿一句別人耳中平平無奇的說話，足以引致核爆。泛濫的情緒掩蓋一切理智，一發不可收拾。心穎身邊的親人和朋友一方面感到被情緒勒索，另一方面則提心吊膽，彷彿不小心會踩中地雷。每當情緒海嘯湧到，心穎便會以不同方式傷害自己一服用過量藥物，鏹手，鏹大牌，叫人擔心不已，亦不知那一次心穎會「玩大咗」，走上不歸路。

隨着時間過去，慢慢開始與心穎建立信任，這兩年漸漸走進她的內心，理解到她童年複雜的家庭背景。她父母離異，姊妹爭寵，情緒被漠視，不被諒解。因而對身邊的人、事及世界失去信任，覺得世界充滿危險、身邊的人機心滿滿。矛盾的心穎一方面渴望別人的關注，另一方面害怕身邊的人會離開自己，拋棄她。她亦習慣以扭曲的價值與身邊人建立關係，這些長年累月積下的創傷便形成她今天的性格障礙—邊緣人格障礙。

每人的性格都是獨一無二的。性格障礙往往能追溯於複雜的家庭和成長背景，多年累積的不愉快經歷，複雜的情緒沒有被疏理，漸漸形成扭曲的價值觀。雖然藥物能減輕抑鬱情緒、降低焦慮及改善失眠。然而，藥物不能改變我們的所思所想和與人建立關係的模式。因此，藥物亦可以配合有系統的心理治療，令性格障礙患者重新學習和建立對人的信任。試想想，假如心穎以二十年的時間形成了今天的性格，又怎能在數次覆診，或者短短兩年間將一切逆轉？在心穎的治療路上，她只是剛剛起步，要走的路還有很遠……

撰文：青山醫院精神健康學院副顧問醫生何瀚寧

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2024-10-22)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/1068573>