

星島日報健康專欄《保健至專》- 家庭主導心理

一般人多從學習壓力、父母過度保護或過度溺愛子女的角度出發，理解兒童及青少年行為及情緒問題。其實每個父母都痛愛子女，為何只有一小撮人有問題？人與人的接觸，均被千絲萬縷的關係所牽引，個人的情感、信念及行為的發展，受家庭背景影響，其影響過程更為複雜。作為家庭中的一分子，情緒和行為自然會受到家庭觀念潛移默化，自身卻鮮會察覺。若個別成員出現轉變時，整個家庭的互動與溝通模式，也會因其需要而作出相應改變。

好像有發展遲緩問題的兒童，因需要父母額外照顧，容易導致其他子女被忽略，因而造成兄弟不和。同樣地，當家庭結構有變動時，各成員的相處模式也會有所轉變，最明顯是當父母離異，子女在有抑鬱症狀的母親身邊，每每都會變得「被親職化」，即擔起照顧弟妹的角色。這些孩子往往漸漸忘記自身的需要，最終不能自拔，導致身心疲累。古語云：「修身、齊家、治國、平天下」。要提升精神健康，家庭關係絕對息息相關。

青山醫院精神健康學院病房經理鄺秉森

(轉載自星島日報 | 保健至專 | 2011-03-29)

家庭主導心理

周二：精神科/耳鼻喉科

保
健至專

一般人多從學習壓力、父母過度保護或過度溺愛子女的角度出發，理解兒童及青少年行為及情緒問題。其實每個父母都痛愛子女，為何只有一小撮人有問題？人與人的接觸，均被千絲萬縷的關係所牽引，個人的情感、信念及行為的發展，受家庭背景影響，其影響過程更為複雜。作為家庭中的一分子，情緒和行為自然會受到家庭觀念潛移默化，自身卻鮮會察覺。若個別成員出現轉變時，整個家庭的互動與溝通模式，也會因其需要而作出相應改變。

好像有發展遲緩問題的兒童，因需要父母額外照顧，容易導致其他子女被忽略，因而造成兄弟不和。同樣地，當家庭結構有變動時，各成員的相處模式也會有所轉變，最明顯是當父母離異，子女在有抑鬱症狀的母親身邊，每每都會變得「被親職化」，即擔起照顧弟妹的角色。這些孩子往往漸漸忘記自身的需要，最終不能自拔，導致身心疲累。古語云：「修身、齊家、治國、平天下」。要提升精神健康，家庭關係絕對息息相關。

整理：Chris

今日顧問
青山醫院精神健康學院
病房經理鄺秉森



註：明日由香港醫院藥劑師學會主理