

你的志願？我不自願！

偉名今年16歲，是家中獨子，父親是地產經紀，媽媽在律師樓擔任秘書工作，財政狀況穩健，屬中產家庭。自偉名升上中四，他開始出現不斷重複地洗手和檢查物品的習慣，開學兩個月已經缺席了20多天。縱然他知道自己雙手已經因為過度洗手而出現損傷，但他總覺得每隔15至30分鐘洗手一次才能心安。

經學校轉介，輔導心理學家開始分別約見偉名及其父母。甫進輔導室，母親告知輔導心理學家說：「我們只得一名兒子，他是否患了心理病？你快點醫治他吧！」父親則表現嚴肅地告訴輔導心理學家，他認為兒子是在逃避上課及引他們注意。母親認為她已經盡了最大能力給予偉名最好的學習環境，她對兒子現況感到十分失望，情緒也接近崩潰，同時亦不敢將這事告訴其他家人和同事，擔心其他人會取笑和標籤兒子。

父母管教嚴 孩子恐懼未來

偉名表示父母一直對自己充滿期望，自小為他安排各式各樣的活動，對他管教甚嚴。父母不斷向他灌輸將來要「光耀門楣」、「出人頭地」、「買車又買樓」等等他們認為是一些非常「基本」的概念。偉名直言，他對將來充滿恐懼，覺得自己一定會讓父母失望，每天不能自控地做出怪異且重複的行為。

經過一段時間的輔導和家庭跟進，父母了解他們對兒子成長上的各項影響，並在輔導心理學家的引導下了解兒子的真正意願，各方展開坦誠的溝通，偉名焦慮的情況亦日漸改善。其實，偉名欠缺了的不止是自信，而是自主（autonomy）和足夠的心理成熟度（psychological maturity）去作任何抉擇。直接一點說，他從小到大也不能選擇關乎自己將來的任何事情，而他卻根本沒有察覺。選校、選科、選活動，沒有一樣不是被父母安排。假若一個人過度習慣「被安排」而失去了自主，永遠只按他人的意願做事，最終可能會出現一種依賴性人格（dependent personality），遇上逆境時也沒有獨立的處理能力。當然不是說不自主一定導致依賴和焦慮，只是凡事過了態也不是好事。

生活不自主 令人喘不過氣

這種「父母的志願，孩子不自願」的畫面，筆者相信不止在輔導室內才會出現。還看我們的社會，我們的生活，正正是被一層又一層的權威包圍着，迫使人喘不過氣，心內很不好受，唯有再往下一層壓下去。筆者真心相信，個案中的父母也是身不由己，只是他們沒有自省的機會、沒有與制度及文化抗衡的勇氣、沒有膽量向金錢和權力對弈。幸然，他們最終也願意放下自己對兒子的操控，並及早求助，兒子的問題亦得以紓緩。🌱

郭倩衡

輔導心理學家，現從事心理輔導及評估等工作，擅長處理兒童、青年及特殊學習需要學童之個案。