

亲子教室：“你讲，我听”力挽叛逆女孩—刘润娇
播音：星星

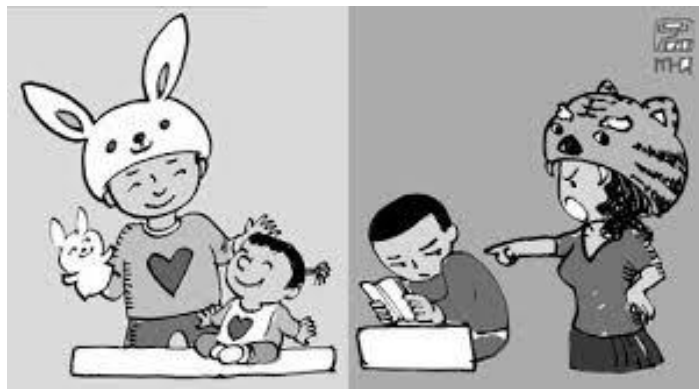
这是我第五次跟恩恩见面，面对这位14岁、笑容可掬、婷婷玉立的女孩，真是不容易看出她患上了思觉失调。记得上次见她时，曾经赞赏过她做的橡皮筋手链很漂亮。她今次便送我这条很特别的橡皮筋手链，真是很贴心的青少年人。我心痛她放弃学习，跟妈妈闹翻至恶劣的地步。



转变期的不适应

恩恩一年前升初中后，不适应跟新同学们的关系，也不能接受自己本来名列前茅的成绩，跌至中下位置；更困难的是，她跟妈妈的关系越见破裂，甚至常有互相推打的状况。她有时可能因为害怕默书或没有完成作业，便以不同的理由借故不上学，情绪也开始容易失控。在学校曾因为害怕老师的责骂或处罚而情绪失控，后期还出现幻听和妄想。因此，医生让她暂停上学，在家休息一段时间，并接受药物治疗和辅导。一个多月后，她曾多次尝试回归校园，但最多坚持一至两个星期，最终还是放弃。最后，医生和社工让她暂时辍学，她因而开始接受心理辅导。

恩恩的妈妈是大公司的高级行政主任，爸爸是装修工人。她从小到大，妈妈工作较忙碌，爸爸的工作却不稳定。故此，爸爸照顾她的时间较多；因妈妈学识较好，在学习上多依赖她的教导和督促。恩恩从小学习成绩很好，妈妈对她期望大，恩恩也很想满足爸妈的期望，以至于被肯定。她努力把书念好，但她的兴趣，如音乐、运动，甚至普通的社交生活却非常缺乏。生活中只有温习书本和看电视，有时偶然和爸爸去公园玩。在她的童年记忆中，只有读书，做练习，常常被妈妈打骂和有时候跟爸爸玩的开心片段；还有的，就是得到好成绩，爸爸会买她喜欢的东西奖励她，但妈妈总是说：“下次可以再做好些。”记得我第一次跟恩恩见面，我问她：“你觉得谁最爱你？”她只答“爸爸”。问她妈妈的位置，她说妈妈应该排第十二。可以知道她跟妈妈的关系有多差！



恩恩升上第一类中学后，发现作业、学习程度深了很多，好像越来越跟不上。除了成绩跌出前三名，连前十名也保不住，她接受不到自己这么差的一面。其实自升中学后，妈妈对她的要求已比小学少很多。但在恩恩看来，在朋友、同学或父母的眼中，成绩是唯一令她看来还有价值的东西，现在她自觉已经一文不值；加上要面对新同学，全是她作比较的假想敌。她怎能有正常社交生活呢？再者，她正值青春期，荷尔蒙改变，整天胡思乱想，猜测别人怎样看待她。她最后选择逃避面对一切，用不同的借口逃避上学；但越是不上学，越是跟不上，成绩越差，她便越要逃避。在这段时间，她爸妈很心痛、无奈和气愤；特别是妈妈，每天威迫利诱她上学，常常拉扯至头破血流；直至恩恩被证实患忧郁症和思觉失调，这些拉扯场面才减少。

恩恩接受药物和心理辅导后，情结渐渐稳定。爸妈经过辅导后，从只跟她谈学习、谈成绩，开始多些明白她的需要及情绪变化。于是努力帮助她学习管理情绪，寻找新兴趣和动力，重建自我形象和身分，希望她能渐渐走出阴霾。恩恩开始上一些特别支援学习班，加上她的爸妈也很努力重建夫妻关系，希望共同帮助恩恩。妈妈不但辞工，留在家中照顾她，还努力学习重新跟女儿相处、沟通。奈何恩恩对妈妈的怒气始终没有消除，仍然觉得自己不值得爱，自我价值、自信心很低。

心窗敞开，彼此宽恕

某天早上，突然接到恩恩电话，她第一次主动打电话给我。她在电话中哭得很严重，原来又因为学习问题；妈妈跟她先口角，继而动武，还忍不住用剪刀把她的头发剪掉一大片。她非常伤心，又生气。妈妈也在另一边厢告诉我，她如何对女儿痛心和失望，当然也有她的怒气。我立刻邀请她们来见我。感恩，恩恩今次终于把多年不愿意，也不敢跟妈妈坦白的话说出来。她很渴望妈妈对她的爱是无条件的，而不是要她做到什么；她也希望跟妈妈说心事，但她从来不敢，因为妈妈总对她所想、所做的事，带有很多批判。妈妈听见后，突然释怀，因为终于听到女儿的心底话。她首先痛哭着向女儿道歉，抱歉给她的伤害。她答应女儿好好跟她沟通，只要女儿愿意说，她便愿意听，也答应女儿不再给她学习压力，只要那是正当职业，女儿想做什么，她都支持。恩恩听后，也痛哭着跟妈妈道歉，抱歉令妈妈痛心、失望。最后，我鼓励她们互相拥抱。我在旁也洒下感动和欣慰之泪。



这次之后，恩恩不是立刻痊愈，或者可以立刻上学，但妈妈跟她的关系完全改变了。她把自己的心事跟妈妈分享，妈妈也学习用更有耐性的态度跟她对话。彼此间的那道墙被打碎了，她重新感受到妈妈的爱，而自我价值也提高。妈妈晋级成为“最爱她的人”第二位。现在她愿意对生命多抱希望和探索，又多发掘潜能和兴趣。渐渐地，那些幻听、妄想再没有出现。

父母要跟青少年度过“叛逆期”，确是不容易。父母如能放下自己的观点和想法，多用同理心聆听和了解子女面对的挣扎和困难，定能与子女一起安然地度过他们人生的最重要阶段。当然更好的，是能小打好关系的基础。那么，遇上什么时期的叛逆行为，也不容易被打倒。

作者简介

刘润娇，个人、婚姻及家庭治疗师，基督教婚姻家庭治疗硕士。

欢迎浏览良友圣经学院网站 <https://lts38.net>，或 <https://lts33.net>，电邮至 school@liangyou.net 联络。