

要不要借一雙耳朵？

家事總事公事莫名煩事……誰個肩不是扛着一堆煩惱？MPW 為讀者配對治療師，免費提供兩節專業治療，務求換個角度，重新體認自己、釐清問題。我們將小心隱藏讀者身份，並把治療內容刊登在 MPW 內，讓許多個他和她，也從你的人生課業中有所領悟。
請提筆寫下你的煩惱，以及期望治療能為你帶來些什麼，電郵至 mpw.health@omghk.com。



我的小孩沒攬枕 不肯出街

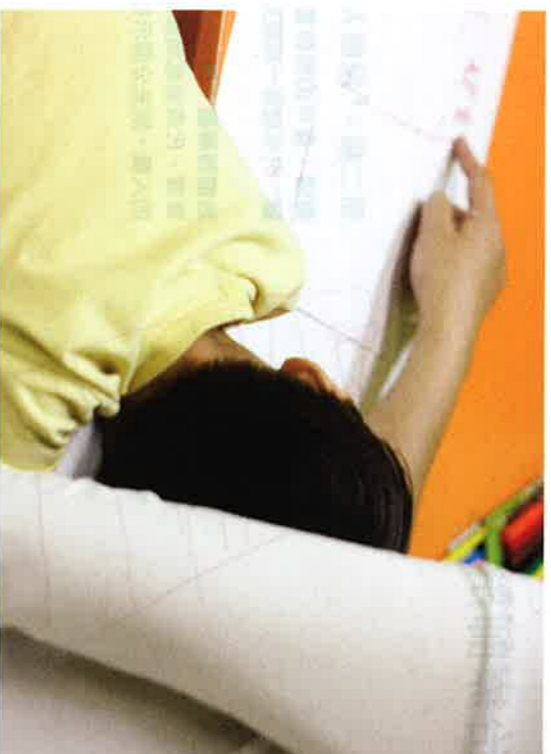
因為孩子太缺乏安全感，所以豆豆（假名）的媽媽起意尋找治療。「沒安全感」的說法有點空泛，理由是人們難免在陌生環境中保護自己，但豆豆媽媽接着解釋，豆豆一些沒有安全感的行徑，已經為一家人帶來困擾。譬如說，這個快五歲的孩子，很抗拒陌生環境和陌生人，出街總要帶個攬枕來壯膽，試過漏帶，一家人不得不打道回府。又譬如說，豆豆鍾愛睡衣質料，穿睡衣應約赴會，熟人見慣不怪。我們為豆豆聯絡上擅長處理孩子問題的心理治療師黃曉紅，她決定先用繪畫治療，來為豆豆的不安理出一點頭緒。

個案資料

年齡：4.5 歲
性別：男
求助原因：孩子缺乏安全感，而且過分墨守成規

誰是治療師？

黃曉紅，心理輔導學碩士，曾負笈澳洲跟隨心理治療大師Michael White及Cornelia Elbrecht等，研習敘事心理治療法及藝術治療法，近期攻讀臨床心理學博士學位，擅長藝術治療、遊戲治療、敘事治療等。現為專欄作家、心理治療師、專業心理教練、香港中文大學客席講師、心靈傳奇訓練中心學術總監及心靈藝術治療學會會長。



心理治療師黃曉紅：黃

豆豆：豆

豆豆媽：媽

15秒，每人各畫了5次。)

黃：豆豆最先畫是哪一幅畫？請問這是什麼來的？可不可以告訴媽咪聽呢？細細聲告知媽咪吧！媽咪很想知。

(豆豆不太願意說話，有時倚偎在媽咪懷內。)

黃：(指着其中一幅畫)是誰來的？(畫中)這三個人，豆豆認得出來嗎？

(豆豆點頭)

黃：可不可以向我介紹(畫中)這三個人是誰呢？

(治療師多次詢問圖畫內容，豆豆始終不願回應，惟有着

豆豆媽媽先行介紹自己所畫的內容。)

黃：唔，跟着由豆豆講喎。你介紹(畫中)三個人給我認識吧，你認識他們嗎？

(豆豆不願回應，撲入媽媽懷裏。不一會兒更索性站起身來，離開座位。)

治療師見勢是難讓豆豆「開金口」了(編按：據豆豆媽說，豆豆平日已不多話，加上治療當天有點發燒，故狀態不佳，更不容易跟陌生人開口說話)，故提出獨自跟豆豆媽對話，以了解豆豆的生活。

黃：豆豆平時是怎樣的？

媽：會怕醜，會完全不說話，曾在房內默不作聲，之後出來跟我說：「我頭先在房裏關了自己個口，鎖住咗！」每面對一個新環境，他要 involve 很久，曾試過我不在房間，他便喊，有pillow會好一點。我們



黃：我們首先畫一幅「我的家庭」，你的家是怎樣的？把它畫出來。媽咪又一起畫喎！

(豆豆開始畫畫，約兩分鐘後畫完。)

黃：畫完未？

(豆豆點頭)

黃：我想豆豆畫一幅自畫像，豆豆覺得自己是怎樣的呢？媽咪又一起畫一幅自畫像。

黃：好，在這紙上，你們兩人合作一起畫畫，喜歡畫什麼都可以。

黃：完成了嗎？按着我們畫最後一幅，也是由豆豆和媽咪一起畫，但我會計時，當我說「轉」時，豆豆便要把畫交給媽咪畫，我再說「轉」，又再交回豆豆畫，OK？可以開始了。

(豆豆先畫，由每次畫一分鐘，逐步遞減至

“ 豆豆：「我頭先在房裏關了自己個口，鎖住咗！」 ”

黃：他返學情況怎樣？

媽：兩年前左右。

黃：何時的事？

多事先跟他說好，會到那裏去，做些什麼事等。

黃：何時開始抗拒陌生環境？

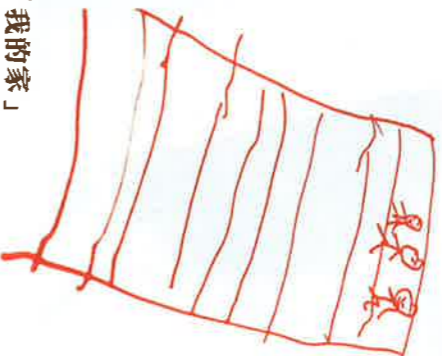
媽：一直都比較難適應新環境，無特別留意從何時開始，試過一次姐姐遲了接放學，之後他比較記住究竟有沒有人跟他在一起。

媽：OK，肯說話。

但試過報讀暑期班或新興趣班，他返了兩三日便跟我說不想返，又或跟

我bargain可否放pillow進書包，甚至較熟習的主日學，有時都說想帶攞枕。他返主日學兩年了，比學校熟悉，但對一些事情仍然較堅持，例如某些校服的質料，他不喜歡便不肯穿，黑色鞋也不願穿，因為不喜歡黑色，但不知原因，有時說怕黑，但有時說不怕，所以真的不知道何故。曾有段時間，如果不是他自己揀的衣服便不出街，你威嚇他，是不可能的。例如最近一次，見他放暑假納悶，約了去表哥家玩耍，之前一晚問他好不好，第一次還答好，第二、三次卻說不好，問他何解？他說：只想留在家裏跟姐姐(家孭)一齊玩，不想出街。理論一番，到了指定時間要出門了，他都不肯離開，即使說姐姐也要一同去，只留他在家，他也不肯出去。結果是沒去。問過他為何不喜歡去別人家，他

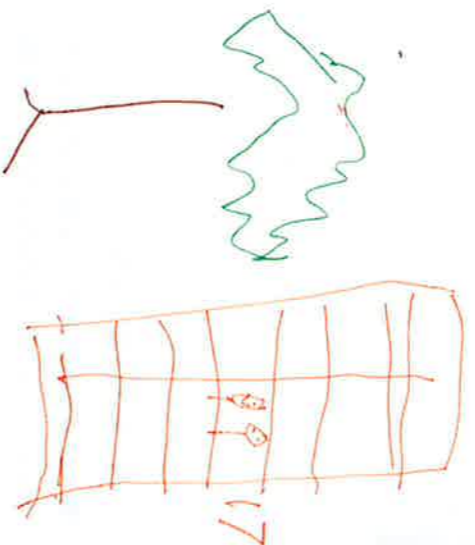
治療師解畫



第一幅：「我的家」

描述：豆豆用了單一紅色繪畫出一座高樓大廈，當中有三個人，也是用紅色畫出來的。

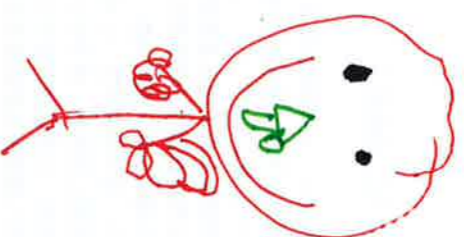
治療師解畫：在繪畫治療的解讀上，一幅圖像可以有數個可能性，治療師必須了解治療對象的背景後，才能準確解讀。豆豆全用紅色繪圖，表達了他內心有一股很強烈的情緒。所以我不斷問豆豆媽，豆豆在什麼情況下會憤怒，就是想追溯令他憤怒的源頭。



第二幅：「屋樹人」

描述：畫中的樹幹畫得很單薄，人物卻沒有手腳，只有簡單一條線支撐頭部。

治療師解畫：樹，代表媽媽。但兒童中的樹幹很單薄，代表他感到媽媽不能保護他。至於沒手腳的人像，則充分顯示他對自己的無力感。



第三幅：自畫像

描述：基本上以紅色畫筆勾畫自己的模樣，以綠色畫出很大的鼻子。

治療師解畫：紅色，代表豆豆充滿憤怒。鼻子代表權力和男性性器官。豆豆所畫的鼻子很大，也很似男性性器官，是同齡孩子中少見的。這反映豆豆稱爸爸為專做對象，而爸爸的權力是無法抵擋的，但同時對爸爸也存在恐懼感，即一方面仰慕他，一方面卻怕他傷害自己，豆豆就是被困在這個內在矛盾裏，影響表達自己和與人溝通的表現。

說過，（特別指某個朋友）在別人家中玩遊戲會輸。我跟他說，不是吧，你也贏過很多次，但你也只記住自己輸的一次。也會在朋友家中，跟其他小朋友爭玩具，因為他不喜歡，便嚷着要走；但也試過爭到贏為止。

至於說話呢，他真的怕醜，在家中也少說話，現正接受言語治療，三歲開始做，評估主要說他言語發展遲了少少。

一個星期前，跟爸爸一起睇 video，他突然罵爸爸：「你成日睇自己喜歡睇嘅嘢，就唔俾我睇我鍾意嘅嘢！」這是他自己講的句子。

也試過去旅行，需要走很多路，他就說：「點解成日行行行，唔係要去 Thomasland 咩？」啲嘢唔啱我玩嘅。」有時有些情況，他講得到，所以要他說話，要很多時間。不知是心情關係還是什麼，試過睡前講了一句：「今日跟小朋友哋交，我激到佢嘍！」但他只講這麼多，只說一次，再問他，他就會說：「我講過嘍！」他不多講自己的事，試過爺爺跌傷了，家人致電家中找不着我，跟豆豆對話，豆豆後來說：「媽媽去了爺爺家，爺爺跌傷了，冇流血……」他也會主動報道這些事，覺得這是很大件

“ 豆豆對爸爸說：「你出去啦，我唔使你擺度劇！」 ”

他曾回應說：「你唔可以逼我」。其實我們讓

他好自由去選衣服，但有些情況，例如夏天揀了冬天衫，我們會說不可以。甚至經常出現的情況是，他愛穿睡衣出街，因他喜歡那睡衣的質感，也試過穿睡衣出發去新加坡旅行，怎樣都不肯換，結果穿着睡衣到機場，直至清醒時，才肯更換。

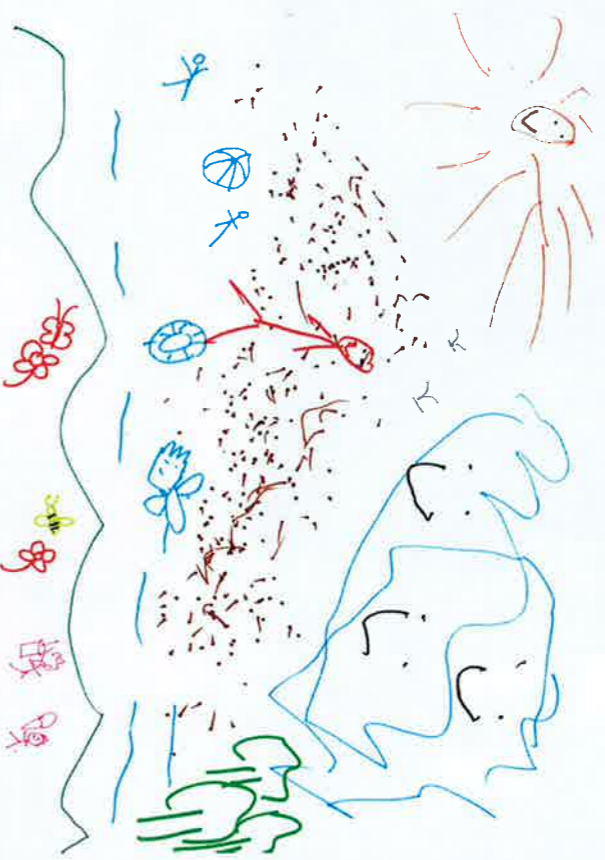
實：除了穿衣，還有什麼會惹怒他？

媽：其實我覺得他不容易憤怒。

實：他不容易憤怒，就是這個緣故，才想知道多一點（什麼情況會導致他憤怒），他的怒火是怎樣來的？

媽：記得老師曾跟我說，叫他做功課，他回應說：「我好忙咯囉！」但其實我覺得這些話是學爸爸。例如有一晚，豆豆想等爸爸回家，但爸爸那天返夜班。他十時許已問爸爸幾點返屋企，我着他致電爸爸，爸爸說約十一時回來，直至十一時，他又問為何爸爸尚未返。我告訴他，爸爸是指十一時才離開公司，回來需要時間。待爸爸回家後，大家着他回房睡覺，但他叫爸爸入房在他的牀上陪他入睡，但爸爸卻推說：「唔得呀，唔得閒呀，我好忙呀，好多嘢做呀！」……所以，這些說話是 copy 爸爸的……後來，那晚爸爸出了去玩槍，沒有陪他，他聽到屋外澎澎的槍聲，嚷着要出去，結果兩母子一齊出房找爸爸。我跟爸爸說，不如先等他睡着才出來玩，結果爸爸不太情願地入房陪他入睡，但也罵了阿仔幾句：「邊有小朋友學你咁麻煩？」

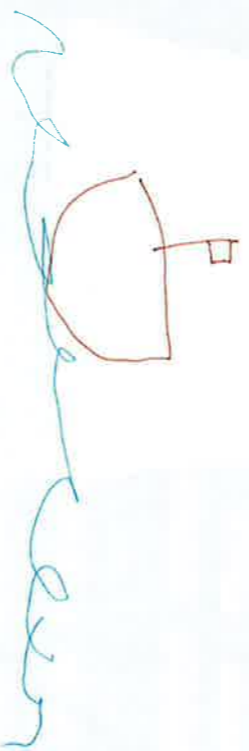




第五幅：母子合作畫（二）

描述：因為是計時的，可看出豆豆很投入、很認真和很期待去畫這幅畫。他畫個沙灘，用紅色畫了小人仔，也畫了很大的太陽和很大的雲。

治療師解畫：太陽，代表爸爸，畫了這麼大的太陽，很貫徹爸爸在豆豆心目中的重要性；至於雲，代表焦慮和擔憂，如此大的雲，顯示他的焦慮感很強。



第四幅：母子合作畫（一）

描述：豆豆畫了一艘船在海面浮游，但風浪很大。

治療師解畫：合作繪畫之目的，是透過互動看出大家的相處問題和矛盾所在，其實最理想是一家人一起繪畫，可以看得更多和更全面。豆豆在畫紙上，畫了幾艘船，船在海中遇上大風浪，顯示豆豆很無安全感。而海，代表命運感，反映他對目前的东西，有股很大的力量令他抵擋不了。這幾幅畫，都完全對應了豆豆目前的情況：恐懼、不安全感 and 憤怒。

人哋果啲咁易湊！」阿仔也跟他爸爸說：「你

出去啦，我唔使你嚟度劇！」

實：其實他的 anger 可能有一部分跟爸爸

有關。如果說，爸

爸對他的影響很大，

你怎樣看呢？

媽：同意。

實：會如何影響他？

媽：例如他會說很喜歡 Ironman，因為爸爸也很喜歡，我覺得他很多對答，都是 copy 爸爸的。

實：他們之間的關係如何？

媽：是好的，他很纏爸爸，兩人玩耍時會

擲頭擲頸，但玩的遊戲……試過把 pillow

擲來擲去，有時會

在牀上玩掙角，爸

爸向豆豆說過：「如

果你曳曳，我夾你

條刷牙！」我同爸爸講，你這樣說，其實

影響着他也不自知，因為豆豆跟表妹玩時，突然捏住表妹的頸，其實原因是爸爸曾經這樣跟他玩，雖然當時只是玩，我自覺不

危險，爸爸也覺得好玩，但問題是，小朋友

會用這些方法跟其他朋友玩……爸爸純粹

for fun，但小朋友不懂分哪些是不可以

玩的。

實：那爸爸怎樣處理？

媽：說了之後沒有再玩，但有時也制止不了，有時要我出聲喝止，才能停止。

（首次治療完結。下次治療師將以遊戲治療方式跟豆豆對話。）

治療師的話：

一般來說，不論對象是孩子或是成年人，首次治療多採用投射繪畫法（Projective drawing），因為這是探知個案潛意識的一個理想方法，畫中元素，正是透過潛意識反映出來的圖像，從而了解他的內心世界，然後再調校用哪種方法作跟進治療。

不過，繪畫的圖像，只是一種提示，實質要透過對話，去加深了解個案面對的問題；但這次的個案豆豆，在首次治療期間一直不肯說話，幸好他的畫作清楚反映他的內心世界——即仰慕爸爸的同時，對爸爸也存在恐懼。過往豆豆爸爸曾恐嚇說要夾他的舌頭，這些對大人來說，可能是不經意的說話，但聽在小朋友耳裏，會令他們恐慌，從心理學的原理講解說，這叫做「閹割焦慮」。根據佛洛伊德的說法，三至六歲屬於「性蕾期」（Phallic stage），這時候的男孩，大多像豆豆那樣，對母親特別依戀，過多的黏着，形成所謂的「戀母情意結」。由於擔心被父親發現，便可能產生「閹

割焦慮」。此外，豆豆一方面很想如爸爸那麼有能力，卻被爸爸抑壓着；很想親近爸爸，卻又被爸爸拒絕。若小朋友長期接收這種矛盾信息，會影響社交生活，令他不懂與人相處，對陌生人和陌生環境，產生很大的恐懼，因而拒絕與人相處。

另一方面，在豆豆與媽媽合作繪畫的過程中，看到豆豆媽媽常常主動幫豆豆，例如豆豆畫得有什麼不足之處，隨即補充一番，顯示豆豆媽媽過度保護豆豆，這也是豆豆缺乏自信的源頭之一。

由於豆豆極度缺乏自信，故下一次將進行遊戲治療，讓豆豆釋放內心一直抑壓着的情緒和不安，並增強他的自信心；如果可以的話，更希望邀請豆豆的爸爸接受繪畫及跟進治療，以便更透澈準確地了解了豆豆與爸爸相處而產生的問題。