

(中正國小輔導處提供分享)

文章摘錄自《Listen PSY / 陳志恆 諮商心理師》

當孩子不被允許長大時……

在我從事心理助人的生涯中，總會遇到一些不被允許長大的孩子。

他們的父母，常見的是，嘴裡總說著：「要是你成熟點就好了！」，但實際上卻過度保護，不敢讓孩子放手去嘗試與做決定。不過，也有些父母本身一直處於不夠成熟的心理狀態中，而無法放手讓孩子長大。


沒跟上孩子成長的腳步

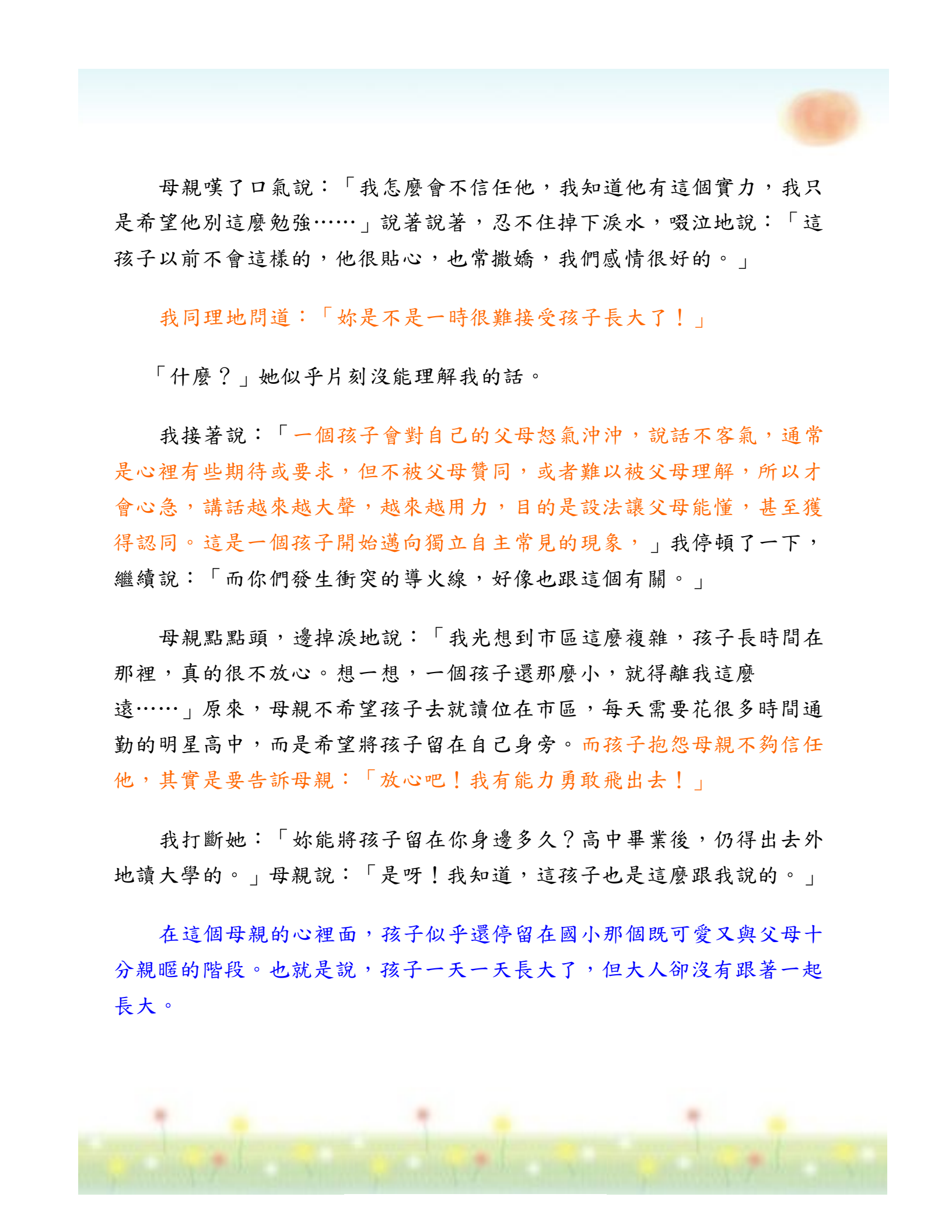
前一陣子，有位母親前來諮詢孩子的狀況。她告訴我，兒子上了國三之後，尤其到了會考前，時常情緒失控，在母親面前暴怒，並口出惡言。

我相信，事出必有因，孩子若對父母出現激動情緒，通常有著固定的模式，一定與某些事有關。於是我進一步問，孩子說話不客氣，都是為了什麼事情呢？

母親說：「這孩子曾說，若能考到第一志願，就要去念。我要他留在家裡附近的社區高中升學就好，沒想到，他就生氣了。」

「有一次，我們又談起這個話題，他說，他覺得最近的讀書狀況不好，很擔心自己考不上第一志願。我告訴他，考不上沒關係呀！可以留在家裡附近唸書就好。沒想到，他竟然很生氣地回應我：『媽！為什麼妳都不信任我呢！』」





母親嘆了口氣說：「我怎麼會不信任他，我知道他有這個實力，我只是希望他別這麼勉強……」說著說著，忍不住掉下淚水，啜泣地說：「這孩子以前不會這樣的，他很貼心，也常撒嬌，我們感情很好的。」

我同理地問道：「妳是不是一時很難接受孩子長大了！」

「什麼？」她似乎片刻沒能理解我的話。

我接著說：「一個孩子會對自己的父母怒氣沖沖，說話不客氣，通常是心裡有些期待或要求，但不被父母贊同，或者難以被父母理解，所以才會心急，講話越來越大聲，越來越用力，目的是設法讓父母能懂，甚至獲得認同。這是一個孩子開始邁向獨立自主常見的現象，」我停頓了一下，繼續說：「而你們發生衝突的導火線，好像也跟這個有關。」

母親點點頭，邊掉淚地說：「我光想到市區這麼複雜，孩子長時間在那裡，真的很不放心。想一想，一個孩子還那麼小，就得離我這麼遠……」原來，母親不希望孩子去就讀位在市區，每天需要花很多時間通勤的明星高中，而是希望將孩子留在自己身旁。而孩子抱怨母親不夠信任他，其實是要告訴母親：「放心吧！我有能力勇敢飛出去！」

我打斷她：「妳能將孩子留在你身邊多久？高中畢業後，仍得出去外地讀大學的。」母親說：「是呀！我知道，這孩子也是這麼跟我說的。」

在這個母親的心裡面，孩子似乎還停留在國小那個既可愛又與父母十分親暱的階段。也就是說，孩子一天一天長大了，但大人卻沒有跟著一起長大。



不讓孩子長大，父母內心能保有安全感

父母沒有跟著孩子一起長大，或不願意看到孩子長大，或者打從心底不允許孩子長大，通常與父母自己的心理狀態有關。父母在成長過程中，因為某些原因（通常與來自家庭中的情感創傷有關）而在情感連結上有很大的恐懼與不安全感，到了成人後仍無法有效化解或處理時，便可能透過「不允許孩子長大」來照顧父母本身的心情，此刻的大人，是處在一種未充分成熟的心理狀態中。


於是，大人會希望孩子永遠停留在最貼心與聽話的年紀。如此一來，孩子就可以永遠陪在父母身邊，父母就不會經歷到分離的痛苦了；而當孩子一直處在年幼階段，父母便需要一直擔心與照顧孩子，父母會在這過程中，感受到自己時時刻刻被需要，進而證明自己的價值。


因此，一想到孩子長大後便要離家、獨立，不再需要依賴父母時，父母便會焦慮不安，於是，拒絕在心理上與孩子一同成長。直到有一天，當孩子出現對立反抗的聲音時，父母先是受到驚嚇，接著是完全無法接受。

走鐘的孩子，原來是要維繫父母的感情

當然，也有一些孩子，為了照顧父母在情感上的不安全感，以及內心的恐懼、匱乏或不安，會讓自己的行為退化，永遠以一個稚齡的面貌與父母互動。

曾遇過一個大學生，念了一年大學便因為出現精神症狀而休學在家，這讓父母及家人感到很頭痛，復學之路遙遙無期，但又不敢給他太大壓力。





他心裡面永遠惦記著母親的聲音：「要不是因為你，我早就跟你爸離婚了。」於是，他不斷在內心深處提醒自己，自己是維繫父母婚姻與感情的重要關鍵。為了保全父母的婚姻，他必需留在家裡。所以，他的身體透過發病或在課業學習上失敗，讓他名正言順地回到家裡；他以這種方式來照顧父母，甚至想幫助父母解決問題，讓這個家不至於分崩離析。

這也是一種家人之間愛的連結，只不過是會帶來痛苦的連結方式罷了！

自己的人生自己照顧

生命系統永遠是往前進的。當下一代耗費了太多力量在上一代身上，便會使系統中的每一個成員都處在痛苦之中。一個不被允許長大的孩子，目光的方向便是往後的，看到的都是父母的需要，而無法把自己的人生給活好，這正好讓父母有了他擔心的理由，就更不能讓孩子獨立自主了。

因此，父母必須有著自覺，上一代的任務便是支持下一代成長茁壯，讓生命系統有效延續。當父母不願意孩子成長獨立，這份訊息也很容易被孩子接收到，為了與父母保持情感連結，也會不允許自己長大。

成長過程中難免會遭遇一些與情感連結有關的受創經驗，深刻影響到成年後的情緒與人格發展；然而，這需要由自己負起責任去面對與處理。當你知道自己可能是個壞掉的大人時，請負起自我維修的責任吧！如此，你才能確保孩子健康成長，邁向成熟，而不會成為下一個壞掉的大人。

