

全是为你好

父母的焦虑，少年的困境

王浩威 / 著

王浩威·青春门诊系列



中信出版集团

全是为你好

父母的焦虑，少年的困境

王浩威 / 著



图书在版编目 (CIP) 数据

全是为你好: 父母的焦虑, 少年的困境 / 王浩威著

北京: 中信出版社, 2017.8

(王浩威·青春门诊系列)

ISBN 978-7-5086-7759-0

I. ①全… II. ①王… III. ①青少年教育—家庭教育

IV. ①G782

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第 143396 号

© 王浩威

本书经由心灵工坊独家授权, 限在中国大陆地区发行。非经书面同意, 不得以任何形式复制、转载。

全是为你好: 父母的焦虑, 少年的困境

著 者: 王浩威

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)

承印者: 三河市西华印务有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 7.25 字 数: 125 千字

版 次: 2017年8月第1版

印 次: 2017年8月第1次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号

书 号: ISBN 978-7-5086-7759-0

定 价: 42.00 元

版权所有·侵权必究

如有印刷、装订问题, 本公司负责调换。

服务热线: 400-600-8099

投稿邮箱: author@citicpub.com

十岁的成人，四十岁的少年

结束在复旦大学举办的国际研讨会，离开上海没多久，我就驾着车快速奔回台北。同车的同行前辈笑我精力旺盛，下飞机就立刻回诊所看个案。我有些哭笑不得：“是呀，何必将自己忙成这样，这样的工作节奏已经有十多年了！”

飞机在浦东机场起飞前，耽搁了半小时；出关等行李又延迟了一会儿。每一次些微的延迟，就要将慌乱的心情调整一下，免得不必要的着急涌上来。我和个案约好的下午四点，似乎只剩半小时的休息了。才正担心时间的匆促，没想到机场连接北上高速公路的这段路，又堵塞了十来千米。

S和J是两个我当天非看不可的个案。特别是S，下午四点是两人好不容易约好的时间，否则又要等一个星期后。

S刚被大学退学，开始咨询没多久。S很敏感，而我们的治疗关系还没有稳定建立，我希望不要有任何迟到之类的事发生，让他对我的信任动摇。

而J是一位父母许久以前就离婚的重度抑郁症少妇。我外出开会前的最后一次会谈将结束时，她缓缓伸出右手，腕上有前一晚新划的伤痕。这次出去开会最担心就是近况又恶化的她：“我应该通知她爸妈吗？”可是，这次恶化就是因为爸爸开始受不了照顾她的压力，表示：“如果再住院，就送你住疗养院，不再养你了。”我知道其中有部分是情绪性的话，但也知道因着她妈妈避不见面而最近才把她接到一起住的爸爸，其实是对病情不甚了解，也不愿了解，只是愿意付钱给所有的治疗。

对J而言，生命就是一次又一次地被抛弃。出发前，我承受着比平常还沉重的她可能自杀的危险，只因为担心J以为住院却又被治疗师抛弃了。这次希望能立刻见到她，是要让她放心，也是要让J深信我并没有抛弃她。

当车子近乎超速地穿梭在车阵之间，两位同仁都紧张地停止交谈了。直到下了高架桥，确定时间是三点四十分，车内凝固许久的气氛才终于轻松下来。

这是刚刚发生的事。但就在前两天，我还趁上海会议之余，偷闲到杭州游西湖呢。

我们中午前抵达，在湖畔的旅馆安顿好，然后，慢行到楼外楼用餐。4月初的西湖，正午有点热，有一条小船停在岸口，我们便搭船消暑，轻轻慢慢只是晃着。旧西湖是钱塘江的水，有些波荡；穿过苏堤到了新西湖就是泉水，平静许多，也清净许多。这是划船的阿嫂告诉我们的。没多久，微霭逐渐变浓。初春苏堤，青柳嫣桃，鸟鸣叫声时远时近，整个人随着缓慢的水波静静荡下来，是许久都不曾有过的感觉，几乎就要忘记这一刻以外的所有时间，以及那些时间里的所有行程。

这感觉才是两天前，现在却已经迅速恢复，也绷紧了心情，仿佛刚才开车上高速公路，一下子就切换到快速跑道了。

青少年的工作是很容易陷入焦急的。然而，更难的是，虽然着急，一切还得从容自在。一来，只有耐心等待，才能让少年的主动性最终显现；二来，任何大人或权威在承受不住焦虑时，他所显露出来的表情或语言，都可能影响少年的情绪，被少年视为一种压力：“又来了，又要逼我……”

青少年个案临床上比其他年龄层更容易迅速变化。只是，身边的大人只能坦然面对，不能将担心形诸于色。

青少年在生活里的状态（不只是临床上，在一般生活中也是

如此)，也比其他年龄层更容易迅速变化。这些年来，我们看到越来越多的新疾病和新难题出现在青少年身上。甚至，连什么是青少年，究竟是几岁到几岁，也很难区分。

在督导精神科住院医师时，一位年轻的女医生提到新接的个案：一位四十多岁的男人，他觉得十多年来都被帮派老大欺骗了，强烈的愤怒让他陷入忧郁。年轻的女医生无法理解，这样的男人怎么有一些不可思议的幼稚？我用马西亚（James Marcia）的青少年认同过程结构图[他老师埃里克森（E. Erikson）是提出青少年认同论点的大师]来解释：这个个案不是有一些幼稚，而是整个人生一直没长大，除了躯体。

同样，在儿童心理门诊，我们也看到一个十岁的小孩，不只言谈举止老气横秋，甚至是比单纯的妈妈还更焦虑地考虑着爸爸被裁员后家庭会出现的经济困难。在这个家庭里，这十岁的小姐姐，比妈妈还像是照顾这个家庭的、爸爸的得力帮手。

如果我们将少年、青少年和青年，定义为小孩到成人的几个阶段，指的是大部分需要他人照顾的状态，从少年到青年则是这个过渡期。这样一来，在变动越来越大的家庭结构下，就可能出现“四十岁的小孩”和“十岁的成人”了。

青少年工作是不容易的，但也因此十分迷人。

1979年，完成精神科住院医师工作，我离开台北到花莲发

展自己的专业，选择东部新成立的医学中心，是为了学术研究。当时，除了精神医学，我还喜欢文化、人类学和社会学。我以为在精神医学和这些学科之间，可以开拓自己的学术生涯。

后来，我没做成学者，倒是对临床工作和文学创作越来越投入。特别是心理治疗，慢慢变成我的主业。

当时关于教育，台湾有个新政策，要在原来的中学辅导网加入精神科医师作为团队的一员。东部辅导网包含了宜花东三县，几乎是半壁台湾了。东部的负责学校是花莲女中，辅导室的唐永丰主任和温嬛椿老师邀我一起加入这项工作。很幸运，我开始遇见更多的青少年，也透过他们而遇见更多的学习和成长。自然而然我开始找更多的书籍来看（当然，能找到的都是英文的），也开始为这一群个子高大但却暗哑无声的隐性弱势族群而着急。于是，在着急的情况下，陆续写了几篇评论。

开始以这些青少年为对象，写一些侧面反映临床的散文，则是1995年回到台北以后的事。一开始有这样的想法，则要特别感谢当时《幼狮文艺》的主编陈祖彦。在毫不相识的情况下，她邀约了我开辟《EQ诊疗室》专栏，让我尽情发挥。我选择了青少年内心世界为焦点，用文学的方式来做进一步的呈现。

1998年，在幼狮出版社当时的总编辑孙小英和编辑李文冰的帮忙下，出版了《台湾少年记事》一书。好友陈义芝帮我写

了序（见本书“诊疗室絮语”部分），也侧面反映了当时的我。而我自己也在序中这样说道：

开始将创作视为人生职业之一也是1991年到花莲以后，遇见青少年的那一年。也许是这样的机缘吧，让自己将同一年发生的两件事结合起来，用散文手法来表现青少年的内心世界。然而，我也明白地感觉到，对于这类思考，文学恐怕才是最好的呈现手法。内心世界的运作是不容易有逻辑的，理性的评论或研究报告只能理出一些让人更容易捉住的原则，却不容易让人体验到那些感情。

我想谈的却是这些感情，这是可以让我们接近彼此心灵的唯一途径。

许多年过去了，台湾少年究竟变了多少，恐怕难以计量。

许多老问题还是教人忧心忡忡的，许多新问题却又源源不断地涌来：拒学、自伤、厌食和暴食、网络成瘾、宅男……

在《台湾少年记事》出版11年后，我们删修、改写部分作品（例如《街头与家之间》是部分改写自《青少年戒严时代来临》，又《丰富我的天使》是改写自《无法遗忘的沉重》），再加上几乎等量的近年来发表的相关文章，并将前述义芝兄的推荐序与我的自序放在《1998台湾少年前事》，让这次的出版在心灵工

坊雅媚和玉立前后的帮忙下，编辑成一本更完整的书。

我自己十分满意这本书，不只是因为前一书序中所讲的“这些年来学习心得的炫耀”，也包括对这领域比较满意的呈现吧。

感谢两本书的编辑，也感谢为我推荐的朋友们。当然，更感谢书中出现的所有的主角。虽然，基于专业伦理的原则，没有一个真正的临床个案被直接写进去；但是，严格来说，他们面貌的片段，我还是忍不住在加工变形以后，偷偷使用了。

在这文章结束的地方，我还是要沿用上一本书序文的最后一段话：

“遇见了青少年，而有了这本书；也希望因为这本书，可以遇见更多的青少年。”

前言 十岁的成人，四十岁的少年 // V

篇一

在我们的屋子里

勇于梦想 // 003

独唱少年 // 008

变身 // 011

沉默的呐喊 // 017

面具 // 024

怨愤少年 // 031

虎父如何教出虎子？ // 038

快压垮了我们的家 // 043

街头与家之间 // 047

篇二

家庭和家庭之外

- 青春的呐喊 // 057
- 不敢开口问 // 066
- 追风者的指引 // 069
- 家里的秘密人物 // 076
- “偏颇”的平衡 // 079
- 还给孩子一个应有的成长环境 // 082
- 透明化的存在 // 086
- 沉默的瘟疫 // 088

篇三

校园生活的竞技场

- 标签 // 105
- 消失 // 110
- 纸飞机迎风飞翔 // 114
- 自杀的共犯结构 // 119
- 社会用很复杂的方式谋杀了她们 // 122
- 新新人类更幸福？ // 124
- 开启杀人之门，释放内心的困兽 // 131

篇四

在社会的跑道上

- 爱丽丝不愿离开仙境 // 141
- 善意的囚房 // 145
- 男孩不要哭！ // 151
- 菟丝与大树 // 154
- 惊险历程 // 159
- 走进另一个世界 // 165
- 活着，其实有很多种方式 // 169
- 自我放逐 // 173
- 失去梦和理想 // 177
- 我的勇气遗留在爱琴海 // 179
- 未来，属于走向四面八方的傻子 // 182

篇五

诊疗室絮语

- 丰富我的天使们 // 187
- 我的朋友王浩威——读《全是为了你好》的一点随想 // 212
- 遇见青少年 // 215

篇一
在我们的屋子里

勇于梦想

我还记得，在窗口斜射进来的阳光里，第一次见到的志弘，有一种教人困惑的安详。

每一个人现身的那一刹那就诉说了很多的故事。他的表情，他的神采，他身体的节奏感，还有，他眼神流露的焦虑。

通常，陌生的诊疗室让人感觉压力十足，特别是对初诊的个案而言。他们来到一家大型的医院，穿过不熟悉的走廊，找到门诊所在处之后便焦躁地挤在人群中等待。突然听到叫号，轮到自己了，等待的情绪终于释放的同时，却又跨进了另一个更有压迫感的诊疗空间。

志弘是妈妈陪着来的。他微笑地在我面前坐下，看不出一点羞涩或慌乱。甚至我还来不及开口，他就直接说了：“我觉得自己应该找个心理医师，所以就让妈妈陪着来了。”如果不是刚刚变声的尴尬嗓音，还有嘴上初冒的青嫩胡须，这样成熟的开场白

一定让人误以为是个成人，而且是性格相当成熟的人呢。

通常，来到我门诊的青少年看起来都是不太愉快的，我所谓的不愉快，是指被迫来求诊的过程。也许是爸妈要求，也许是辅导老师，他们总是处在气氛恶劣的被押解状态。志弘的情况却相反，他既主动又乐意配合。

志弘来门诊的原因是关于自己的上课状态。他今年已经高三了，全班都在冲刺，志弘却觉得自己提不起劲儿，总觉得效率永远慢人一拍。之后到了晚上，睡眠变得越来越浅，仿佛不曾全然放松。志弘说，他知道书上说这样的情形是压力太大或有心事，只是自己无法自我分析。

志弘的功课其实不差，他在这所公立高中的成绩约是中上，考上大学一定没问题。他在班上的表现甚至可以称得上杰出，永远都是大家最信任的同学，几乎每学期都无异议地被推选为班长。他对人总是彬彬有礼，既礼貌又不做作，学校附近的商店老板，包括卖便当的小贩或眼镜店店员等，几乎都认识他，并且随时给他优惠。

陪着来的妈妈乍看只是一个寻常的妇人，却也是难得的安静，一点抢话的行动都没有。反倒是我自己忍不住问说：“妈妈觉得呢，志弘的问题你有什么看法？”

原来妈妈是大学教授，而爸爸在某知名研究机构担任高级