

不安全的人際關係(上)



我們如何在人際關係中覺得安全？

其實幾乎所有人際關係都有風險。因為關係無可避免地存在着不被理解、重視、體諒甚至有遺棄等情況。即使是子女與父母的關係也如此。

撰文：吳崇欣 註冊臨床心理學家

雖然世人歌頌母愛偉大，不過天下畢竟有各式各樣的母親，而她們也曾經是需要被人愛護和照顧的女兒。如果她們自己都在殘缺的環境中長大，她們盡了力也可能做不到所謂「無條件」的愛。也許宗教與靈性成長，能令某些人感受到無條件的愛；否則幾乎所有人際關係都是有風險。

而在一些人身上，這種風險之大，他們需要武裝自己成非常厲害的人，甚至不惜貶抑他人的價值，來維持自尊；只有這樣，他們才能感覺安全。

T約見的方法已經很特別，他先讓秘書打電話來，可是他想見面的時間剛巧我放假，秘書就此作罷。然後，他就自己打來約，當助理說我逢周一都放假時，他有點生氣。他約好了周二見面後，其秘書又再打來問我的助理：「你確定心理學家周一不行嗎？」

T被太太迫來見我，因為太太已經搬離了他的豪宅，並要離婚；他思前想後

只好同意來做治療。「我都不想她那麼難過，她沒有我也不會好過的。我就看看是否能挽救我們的婚姻。」

這是他來時說的話。

T成長在富貴之家，不止生來不愁衣食，更習慣了有人被他使喚。他大學畢業後工作了兩年，就去爸爸有份的投行工作，一生人都在做投資生意。

他對於為什麼他有財有勢而太太仍然要離開表示不解。

「我不知道她想要什麼。」他很生氣。

拈花惹草

幾節下來，我才終於明白，他的太太要求離婚，是因為他花天酒地。

他一方面管着太太的社交生活，一方面自己四處拈花惹草。當然他覺得這樣做沒什麼問題，因為男女本來就不平等。他有大條道理維持其生活方式。當我問及他和太太拍拖的經過時，他才稍微放鬆下



自戀型人格障礙的人讓身邊人受苦，同時他們其實自己也不好過。

來：「我喜歡照顧她，她以前很順從我。我們拍拖時我帶她去巴黎見我的好友，送她好多名牌衣物，她覺得跟着我很有面子；她喜歡整天打扮得漂漂亮亮……」他回想起拍拖的日子，會少有地流露平靜和安穩。

「那麼，你太太以前都知道你會睡別的女人嗎？」我單刀直入問他。他挺直胸膛大聲回應：「以前她當然不知道。但現在婚都結了，多少看見蛛絲馬跡，起初可能她有裝作不知道，怎料我的女友打電話給她，事情就鬧大了。」

當我想深入了解他們爭吵的過程，T開始左閃右避。T顯然不喜歡描述他被太太質問的經過。對T來說，他就是需要這麼多伴侶。可是這些伴侶在感情上提供了什麼，他答不上來，轉去談他的性表現如何卓越。當我表示這樣露骨的描述冒犯了我，我不想也不需要聽時，他就突然變得

有點高興：「心理學家不是都想明白病人心理嗎？我是你的病人啊！」

一起受苦

在治療中，T不時會呈現出一種要嚇人(intimidating)的姿態。

T會因各種小事情不順心而發脾氣。例如有一次，司機剛好生病了，他要自駕前來診所，但找不到泊車的地方，他一坐下來對着我大罵，問我的診所為什麼沒有私人車位。

他對於我問及他感受，特別是離婚一事表現得迴避。他非常抗拒感受到任何脆弱感，更遑論去談論它，以致於我們的治療不斷在他覺得生氣之事上打轉。

當我明白他很懷念能夠當他太太的英雄，為她提供各種物質生活，保護她免受娘家欺壓時，他才慢慢地用憤怒來表達受傷的感覺。

「她怎能這樣對我啊？我對她那麼好，結婚後又送樓送車，她還想我怎樣？」這次他激動得眼睛紅了。

「你覺得已經盡了最大的力量來愛她，然而她還是要離開你，是嗎？」

「以往小學時你沒有朋友，你不在乎，因為覺得那些人很『白癡』；出來工作後也沒有朋友，有委屈便跟爸爸說，爸爸就教你不用跟那些人計較，你爸爸認識誰跟誰，他們算什麼？你用視自己高人一等來保護自己免受傷害的方法，在婚姻上不管用，因為愈是對太太這樣，她就愈要離開你。」

T終於第一次眼眶濕潤了。

自戀型人格障礙的人讓身邊人受苦，同時他們很難明白，自己其實也正在受苦。

註：故事中的人物、背景不代表真實個案。



種要嚇人的姿態。個案中的T在治療期間，有時會呈現一