

# 邊緣與逃避型人格障礙



「來時剛自殺不遂，情緒非常低落。他覺得被好友遺棄了。」

三十多歲的男士因為好友不理他而傷心自殺。我心裏感到疑惑。

他說他不想來見我，但他面見多年的精神

科醫生極力邀請，他只好試試。

「我看不出談天有什麼用。」那是他第一次來時首句說話。

撰文：吳崇欣 註冊臨床心理學家

「談天當然沒作用，可是心理治療不是談天。我需要你嘗試告訴我關於你的事，你可以回答我的問題嗎？」我們約定見面4次，4次之後他覺得沒用，那他就不用來了。

T說出了他的故事。一個非常孤單的故事。

T出生在一個很熱鬧的家庭，他有一個姐姐和兩個哥哥。他們全都比他大上一大截，年紀最接近的哥哥也比他大7年，所以從小他都自己一個人玩。媽媽和爸爸關係不佳，經常吵架，他的大姐、二哥都有不良嗜好——賭博與吸毒，三哥很小就離家出走。T從小就跟任何人



像男子T的人格障礙患者有時情緒很冷靜，但有時卻突然哭得很厲害。

人都毫不親近。可是，T不知道這種感覺是那麼「特別」，他以為所有人都是這樣。所以他談起自己時，總是一種「就是這樣」的感覺。小學時他的同學就是他朋友，會一起玩一起打機。男生們都鮮有談心，爸媽又忙於工作。「基本上，爸爸和我的溝通就是他罵我。」「他為什麼常罵你呢？」「他什麼人都罵，我笑了他會罵，我拿了東西沒放好他又罵，而且每次都粗口橫飛。」

他說爸爸跟他近10年說過的話，打出來不會多於一張A4紙。

至於媽媽呢？媽媽總是太忙碌，沒時間。T小學時，姐姐和哥哥們都是青少年，哪有興趣照顧小弟弟？T所有難關都是自己渡過，包括被高年級學生欺負，他曾經被幾個男生用垃圾扔他，偷走他的書包掉出校門外等等，家裏誰都不知道。「你有想過要告訴家人嗎？」「沒有，他們大概都沒興趣知道。」

T告訴我這些時，好像在談別人的故事一樣，一點情緒都沒有，非常冷酷。可是當我跟他做影像回溯時，他好像打開水龍頭一樣哭得很厲害。我心裏很驚訝，雖然只是5分鐘的練習，也急急停下來讓他回到正常狀態之中。

因為這種極端情緒流露，對於他那習慣冷漠關係的人來說，大概太刺激太不舒服了。果然到第二次見面，他說他不會再來。

然後，他又出現了。一臉讓人難以理解的神色。

## 被看不起

「我答應了來4次是吧？」他一坐下就說。我讓他意識到，他的情緒總是在「沒感覺」和「極端」之間遊走，這一定讓他很



個案中的男子從小就幾乎跟任何人都毫不親近。

懊惱。他搖頭嘆氣，「人際關係都是令人煩惱的東西。」我好奇追問，他顧左右而言他約40分鐘。「他們都看不起我。」

「誰看不起你呢？」「我的朋友、同事……好朋友。」

T只有一個兒時好友還在聯繫，因為他們都喜歡打某一款電玩，經常上網一起打，邊打邊聊天，慢慢就熟落起來了。「我告訴他從沒告訴別人的事，包括我哥哥因吸毒入了戒毒所，姐姐經常因賭債而問爸爸要錢。」

他頓了頓，看着我。「然後呢？」「然後他把我的事告訴了我另一個舊同學。我很生氣，去他家樓下揍了他一頓，之後他就不接我電話了。」他流下眼淚。「那真的很讓人難過和生氣啊！」我說。「以前有過生氣得要揍人的時候嗎？」

「我都是揍自己比較多。」T小時候覺

得心裏難受，他就會用打火機燒自己手臂，他給我看了手臂上各種疤痕。

## 如履薄冰

對T來說，他從未跟人那樣親近，把自己的心事跟對方談，那用上了他有生以來的勇氣，因為從小他都被拒絕和欺負，常覺得自己被同學老師看不起，因為他總是校服不整潔，甚至還曾經有頭盔被學校要求暫時休假。他很習慣人家對他的冷淡與拒絕，家人對他的關注也以責備居多，所以他絕大部分時間都和人保持很遠距離，甚至可以說，他盡量不想有人注意到他。

「那你會不會覺得很寂寞？」我問。他板着脸說：「那還比較輕鬆。」

孤單對他來說，是最舒適和安全的狀態。家人的冷漠也讓他很習慣，有人對他

熱情和表達關心，他反而非常不舒服，而他有能耐把所有情緒都收在心裏盡量不流露出來，他的秘訣就是一感到不舒服就離開。所以，我每次見他都如履薄冰，不能表現得太關心太肉麻，又不能表現得過於事不關己。

當我想到他可能有邊緣人格障礙和逃避型人格障礙時，跟他明確提出，我們要集中讓抑鬱症狀得以舒緩。第四節，我請了三哥和他一起來，因為他的面談費用都是由這個早早離家出走的三哥在付。當三哥在他面前說：「我就只有一個弟弟，我們的家庭很麻煩，還請你照顧照顧他。」我聽了忍不住眼眶泛淚光。

T看見了，他提出：「我們再多的8節吧。」

註：故事中的人物、背景不代表真實個案。