

遊戲治療癒合幼兒精神疾病

撰文：陳善美(善美老師)

孩童精神疾病

很多精神病患都與環境壓力有關。在當今步伐急促，尤其是中產家庭，著重早教培養孩子成材，從報讀 pre-N 班經已在籌劃未來入讀大學的路徑。與此同時，孩童出現精神疾病的數字上升，甚至幼兒也可能有精神障礙。一項在美國北卡羅來納州開展的研究工作發現，美國約有 10% 的幼兒患有焦慮、抑鬱或其他精神疾病，而這些兒童的年齡僅為 2~5 歲！

這教我想起很久以前看過的 "Dibs In Search of Self"。這本書在 1964 年出版有關遊戲治療的名著，是臨床心理學家 Virginia Axline 將她與一名五歲孩子整整一年的遊戲治療歷程，以細膩的筆觸記錄。這書翻譯成中文，叫《阿德找阿德》。這本書讓我們深刻看到遊戲對孩子心靈成長的成效，但內容另一個潛藏的議題是文中主角的父母的教養方式，竟然令年幼的孩子發展出自我否定，以及讓人以為他是智障孩子的的怪異行為。

資優兒變自閉孤僻

按特殊教育需要 (Special Education Needs) 的定義，資優也是其中一個類型，高智商但情緒智商低和人際關係差，往往是資優兒童的特徵，過去就有智商研究者認為，天才往往受焦慮、挫折及孤獨所困擾。智商高達 168 的五歲幼童阿德正是最佳例子，他感覺敏銳，卻是情緒受創傷的小孩。

儘管生長在富裕的家庭中，他的出生是母親意外懷孕的結果。阿德的父親是數學家，母親是教授，他們本來不打算要孩子。母親感覺到他有資優的跡象，於是不斷用不同的方式去測試他.... 這個有著深藏智慧的孩子，感受不到父母全然的接納和純粹的愛，柔弱的自我被父母壓抑著，於是他心存憤恨，變得性格孤僻。在極度缺乏安全感的心理狀態下，他把自己困在孤獨的世界中，情感上處於嚴重的封閉狀態，拒絕跟別人接觸，經常躲在桌子下，又在地上爬行，默默地觀察周圍的狀況。

遊戲治療神奇療效

這麼年幼的小孩能有甚麼創傷？在遊戲治療的過程中，他在自主遊戲過程中構建的情景，往往出現激烈的火燒、打鬥和傷害甚至死亡。透過自主的遊戲，

他逐步將受創傷的情緒，按著自己的步伐，盡情披露.... 這些情緒創傷主要來源，原來就是因為父母沒有從心底接受他，母親不同的方式的測試他是否資優兒，為敏感的弱小心靈，構成巨大的壓力。

在遊戲中他進行深度的自我探索，把各種負面情感充分表達出來，在內在找尋對應的力量---化解內心的鬱結，掙脫情緒上的枷鎖，把恐懼變成勇氣，把憤怒及憎恨化作諒解，並從傷心難過及失望中，尋覓到夢想與盼望。結果，阿德重建健康性格發展所需的自信及安全感，蛻變成為一個活潑開朗、尊重自己同時尊重他人、並能自如地與人溝通的孩子。

無條件的愛，讓孩子做自己

書中是一部專業的個案紀錄，沒有作個人評論或針對孩子偏差行為的成因來分析。但顯而易見，年幼的阿德，生活的互動就只有家人和幼稚園，高智商的阿德對周遭的感知，尤其深刻。當母親無時無刻都在測試評估他的能力時，當父親不能接納他的行為，他就逆反的走向自我封閉。

孩子需要無條件的愛，父母是孩子生命中最重要的人，他們之間的連結（bonding）是孩童成長的根源。但可惜在這個高級知識份子的家庭中，卻付諸闕如。過去在美國華德福學校教學多年的培訓老師，就曾舉例說：「孩子能閱讀我們的內在意念，就好讀一本書一般。」他們感知到我們自己也不覺察到的意念，為孩子的前途著想，潛意識中會否希望孩子完成自己未竟的夢想，或者出人頭地，光宗耀祖？高智商心思細密的孩子尤其敏感，能察覺深藏的意念，他們於是會問：「究竟您們是愛我抑或是愛我的表現？」

書中的阿德正是如此當他被他的母親不斷地測試觀察和評斷的時候，他不確定是否自己是否完全被接納，進而出現保護自我的倒退行為，這樣他的父母更加益發走向極端，幸好他們尋求了恰當的幫助。書中作者是遊戲治療師，以孩童主導的遊戲來協助去協助阿德表達自己的感受和困難，如恐懼、憎惡、孤獨、覺得失敗和自責等情緒來呈現他內心的狀態，得著內在自我療癒的力量，我們在下篇繼續探討遊戲和孩子自我的療癒能力。