

家長走出來，孩子才能走出來/顏純左 專文推薦

(本文作者為台南市副市長)

倩倩的故事讓我非常地感動，她的孩子染上了毒癮，倩倩是一位堅強的母親，在孩子染上毒癮過程中，彷彿讓她上了一課，孩子就是她的一本教科書，這本教科書比別人的還厚、還重，每一頁每一個字都是用親情在讀，用親情在經歷，也造成了倩倩不一樣的人生及她在毒品防治方面的貢獻。我自己本身是一位內科醫師，在過去從醫的生涯當中，看到許多毒癮病人，在 93 年擔任台南縣副縣長的時候，也看到了許多這種現象，94 年初當我們目睹台南縣的愛滋病由 91 年的 26 個、92 年的 60 個到 93 年的 148 個，看到了台灣即將引發毒癮愛滋病的風暴，這個現象代表了毒癮的嚴重性，我們提出了清潔針具及替代療法，成功地抑制毒癮愛滋病的盛行。

在毒癮事件中我們看到的不是疾病也不是貧窮，而是人類面對空虛與壓力的窘境，許多人進入毒品世界中，企圖找到解壓之道，而陷入不能回頭的路。吸食毒品是人性的一部分，人類一定會有空虛、壓力及寂寞，面對這些人性的弱點，發展出不同的工具來處理這些困境，我們看到了藝術、運動與許多正常的消遣活動也成就了人類的文明，但有一部分的人必須進入藥品或者毒品的世界當中，所以毒品是這個社會的現象，只是它的危害相當大。台灣目前的反毒政策防治的重點放

在學校，但學校老師所面對的是龐雜的教學環境以及那麼多的學生，所以校園的防治工作一向做得不徹底，最主要幾個原因為：

1. 如果發現校園裡面有學生吸毒的現象，老師的輔導工作勢必會增加。
2. 如果這件事情宣揚出去會造成校譽受損，學生數會減少，對於目前少子化的台灣是一個很大的挑戰，萬一學生變少、班級減少，老師超額將會使老師被調出去。
3. 現在的學生非常聰明，都知道吸食毒品幾天之後驗尿是驗不出來的。
4. 許多學生也瞭解許多逃避檢查的工具，例如用假尿的現象。

我經常在各學校演講，告訴家長孩子可能染上毒品的五個現象：

1. 作息時間改變。
2. 開支不正常。
3. 功課一落千丈。
4. 身上聞到一股味道。
5. 不希望你去翻他的書包，不願意你去了解。

倩倩在《上癮的治療與陪伴》中談到許多方面，我個人表示敬佩，我想倩倩是因為有一個跟別人不一樣的孩子，所以上帝給她新的使命，是經由她痛苦的經驗才得到的。這本書由孩子的失敗重新出發的心得，我想這本書能夠成為許多家長面對毒品的力量，從預防、處理、面對

復發的經驗跟大家分享，也幫助更多的家長走出孩子的陰影，唯有家長走出來，孩子才能完全走出來。

如果你是上癮者的親友，你可以為「他們」做些什麼？

當我和家屬面談時，幾乎所有的家屬都有一個共同的特質就是「不斷地怪自己」：「都是我以前忙於事業沒有關心他」、「自從我離婚後孩子產生偏差行為」、「都是我不好」、「都是因為我」、「因為孩子失去了父親所以才自暴自棄」……通常我會很快制止他們不要再說了，一方面是因為心疼家屬所承受的痛苦，另一方面這樣的悔恨對解決目前的危機沒有幫助。

當人被「癮」轄制時，心靈是封閉的，用心理輔導幫助不大，必須要等到脫離「上癮的網綁」，再針對內在上癮的原因進行輔導。我會比較關心目前的狀況如：哪一種毒品？什麼時候開始用的？目前的狀況如何？有法律問題嗎？有離家嗎？和哪些朋友在一起？

大部分的家長都不清楚孩子的吸毒狀況，也不知道上哪一類型的網站，只是不斷地責怪自己，讓我非常於心不忍，我總是會鼓勵他們：孩子上癮不是你的錯，因為這是令人上癮的社會，但是讓孩子脫離「癮」的轄制，只有靠上帝與家屬，所以現在開始請停止一切責怪自己，而是要仰望主，並且關注在「上癮者自己必須負擔什麼責任？」同時讓

他們自己承擔結果。

我會這麼回答是因為當我的孩子發生問題時，曾經透過教會的牧者找到一位輔導，她的第一句話問我：「你孩子為什麼會吸毒？孩子成長的過程你疏忽了什麼？」當時的我傷心不已，哭著說：「我真的不知道。」（後來才知道她是婚姻輔導，真是隔行如隔山，輔導不應該隨便接案子）。這樣刻骨銘心的痛苦經驗讓我在輔導開始時絕對不追究家長的過往，而是專注在「從今以後不要再犯了」。

許多藥物濫用者的家屬唯一能做的就是強迫他們去戒毒村，即使勉強去了，生命沒有改變，期滿回家可能規矩一陣子，家屬以為「病」好了，歡喜快樂卻忘了「界限」，以至於沒多久又故態復萌，還是得忍受無盡的折磨。因此當人進入戒毒村，事實上家長也要「戒」，家長要戒的是除去「依附關係」。

華人家庭比起西方社會更加嚴重，單單「讓上癮者自己承擔結果」這一點家長就是做不到，曾經有孩子經常半夜去賭博，家長屢勸不聽，我建議家長不要幫他還賭債，並且實施門禁，家長給我的答案就是：「做不到。」他們擔心孩子被追殺、擔心孩子流落街頭（其實這都是幻想出來的）。事實上這個孩子被上癮綑綁了五年了，家長寧可繼續放任，也做不到讓孩子自己承擔責任，究竟是誰生病了？

前文提及許多家屬為了幫助上癮者脫離上癮，好像身陷在湖中央，在下沉的過程中不斷地抓「浮木」，這個「浮木」可能是機構，也可能是人。到後來才領悟到只有自己學會游泳，才能拯救溺水的孩子，這就是這本書的目的，幫助家屬及輔導了解上癮者及如何幫助他們，也就是教家屬們「游泳」，拯救沉溺在不良習慣中的家人。

首先必須修正家屬們的「錯誤泳姿」，讓家屬以正確的態度面對上癮者，如果你有下列五個以上的徵狀，那麼你有可能產生「依附關係」，也就是「上癮加工者」，以下是華人社會的戒癮狀況：

◆覺得很沒面子

華人很喜歡比較，比孩子的成績、比先生的收入、比車子、比房子，無所不比。認為家人吸毒是奇恥大辱，很丟臉，擔心別人瞧不起。很害怕別人知道自己孩子吸毒或老公有外遇、酗酒等，雖然犯罪的不是自己，卻認為非常沒面子。

上癮是典型的「屬靈爭戰」，卻很少在教會聽見請大家為上癮者禱告。也有學校因為怕影響聲譽，刻意將吸毒的學生開除，以致無法有效控管校園吸毒人口。這樣的情況在有身分地位的家庭中更糟糕，寧可掩蓋也不求助，穿了就是「面子問題」，這些家庭和上癮者產生依附關係的情況特別嚴重，當然脫癮也就更加困難。

◆刻意討好人

用「討好」對待上癮者，非但對戒癮沒有幫助，反而和上癮者產生依賴關係，造成越來越嚴重的後果。因為你的禮物、關愛、禮遇永遠比不上網路遊戲、毒品、酒精、色情所帶來的「快感」。討好的結果只會抱怨上癮者沒有良心，為自己帶來更大的失落感。

請牢記，永無止境地關懷、對他好、讓他開心、鼓勵他，是不會讓他悔改的。當孩子或配偶在外吸毒或酗酒回家，幫他們準備熱騰騰的飯食，忙進忙出，心想：「我這麼用心會讓他感動吧？」坦白說這是天方夜譚！甚至許多孩子只有在向父母索取金錢時才願意和父母說話，於是父母成了「提款機」，不斷地滿足孩子的慾望，用不斷地「給予」維持關係，這樣只是表面和諧，無法帶來真心悔改。

◆模糊的界限

所謂「界限」指的是人與人之間的關係，這個「界限」不只是身體、金錢和歸屬，也包括情感、想法和需要。如果將別人的需要、想法和麻煩當作自己的責任，或者因此責怪自己，那麼你可能成為上癮者的依附關係人。例如：默許孩子在家吸毒，卻不斷地勸他去戒毒，為了維持婚姻關係忍受丈夫家暴、孩子交通違規父母繳罰單、先生外遇太太道歉……等，上癮者沒有承擔後果，反而讓無辜的人承擔，這就是

「界限」問題。界限模糊讓上癮者不斷地測試底線，得寸進尺的結果造成更大的傷害。

◆過度在意別人的看法

界限模糊的結果會讓你過度在意上癮者的意見，但卻是你不同意的。例如：上癮者對父母說：你根本就不愛我、都是你的問題、都是你造成的……等，其實這只是他「個人意見」，雖然你並不同意但是卻將它吸收並且做出回應、產生自責。不僅如此，也會在意身邊親朋友好所說的，例如：婆婆質疑媳婦沒有好好照顧先生、丈夫責怪妻子沒有教好孩子等等，儘管那不是事實，但是為了不斷回應這些人的「忠告」，讓你感到身心俱疲。

◆過度關心而犧牲自己

常常聽父母對孩子說：「我就是為了你才犧牲自己的前途，移民到美國，沒想到你這麼不爭氣……」為你所愛的人犧牲自己是對的嗎？不見得。你的付出可能並不是他所需要的，如同父親為了提供孩子更好的物質環境而努力工作賺錢，但孩子要的可能只是陪伴。

上癮者的家人如果常將「犧牲」掛在嘴邊（雖然那是事實）如：為了救你脫離毒品我多麼地努力……，這樣反而會造成對方的愧疚感，讓他更無法面對人生的困境，加深對藥物或酗酒的依賴。