

邊緣人格障礙

心之旅程

撰文：吳崇欣 註冊臨床心理學家

W是美國人，由家人帶來面見，他看來冷靜而內斂，甚至有點冷酷，有問必答，卻也點到即止。如果他不說，大概沒有人看得出他一個月前才企圖自殺。

他在大學念心理學，會頗準確地提供資料，例如從什麼時候開始覺得情緒持續低落，不想起床，完全沒動力上班，慢慢地變成隔離自己，而且滿腦子想着死亡。他30出頭而獨居，卻很少很少朋友，也從沒有親密關係：「孤單是你很熟悉的感覺嗎？」他點頭。

他服用抗抑鬱藥一個多月，感覺稍微好了一點，從美國回港與在港長居的姐姐同住後，也開始了運動。可是，要了解他不容易，因為他幾乎沒有形容心情的詞語。有時候，即使我提供選擇題來問他，他也會猶豫不決，不知如何回應。

可以非常冷靜

但除了心情以外的事情，他都可以超冷靜而詳細地描述，也展現出超強的自我覺察，包括他如何透過網上遊戲認識了幾位境外的朋友，大家如何邊打機邊聊天，當他把自己自殺大計告訴這些「網友」，他們撥了長途電話去報警，就這樣救回那個服藥過量而昏迷在家的W。可是接著W不但沒感謝他們，反而神經質地經常質疑他們，懷疑他們其實不想再和他一起回港打機，他會突然推說自己不想玩，卻仍留在電腦前面看他們打，心裏升起非常孤單的感覺而流淚，然後又刻意擦弄是非，虛報自殺讓他們再報警等，直至朋友們開始逃避三舍，他就逐個跟他們大吵起來，最終有兩個絕交了。

他能夠明明白白地告訴我上面的故

事，猶如一個旁述員一樣。但是，他需要引導才能說出他為什麼這樣做。

「我心裏就想，早就知道你們靠不住，會遺棄我。」W先生平淡而清晰地說。

「你意思是說，你既明白自己的行為把他們嚇跑了；可是心裏卻覺得自我證明了，我早已知道，到最後都是會被遺棄的？」

他點頭。

極端自我形象

W當然患有抑鬱，但同時，他有邊緣人格障礙（Borderline Personality Disorder）。他對自己的自我形象很極端，有時候覺得自己很自信，頗擅長跟同事相處，工作順利，雖只是在藥房配藥，生活卻自得其樂。可是有時候，他覺得自己是天底下最沒用的人，沒一技之長，又沒女朋友。他幾乎把所有人都隔得遠遠的，表現冷漠；乍聽頗平靜，一點不像抑鬱。但如果深入探索，他的心裏孤單得不得了。

他不知道的是，在那物質豐富的童年中，他嚴重地被情感忽視，他生於富裕家庭，但父親因另有家庭而經常不在，他是第四個，也是最小的兒子。他說他從小要什麼有什麼，讀貴族學校，去最豪華的Summer Camp。「爸爸和我說過的話要是打出來大概不會超過兩頁紙。」媽媽總是說讀書盡了力就好，他覺得自己的童年超無憂的。



W患有邊緣人格障礙，他的自我形象很極端：有時覺得自己很自信，有時又覺得自己是全世界最沒用的人。

聽起來很夢寐以求吧？可是一個沒被要求又沒指引的童年是令人迷惘的。他從小以為自己比人笨，因為讀書好像怎樣都讀不好，直至在高中時遇上一個師兄，教了他用Mind Map總結所學，他忽然恍然大悟：「原來我不是笨，是沒有好方法！」W成績突飛猛進進入大學，媽媽大吃一驚：「真沒想過你會讀大學！」

沒被期待的孩子都以為自己本身就沒什麼價值，才沒什麼值得別人對自己有期許。

不想與人交流

沒人注視他的感受，回饋他，讓他難以學會表達自己的感情，慢慢連和人深入交流的意願都沒有，因為那是他從未有過的經驗——直至他自殺獲救了。他從沒有

親密關係，性關係都跟情感親密無關；過去遇上問題從不求助，他高中時是個很不受歡迎而富攻擊性的男生，後來因為傷害了一個女生被趕出了校；到了新學校就被欺凌，練就了把自己包裹得更密實。

記憶中媽媽總是忙她自己的事情，也許生了4個孩子後對照顧孩子的耐心都花光了；爸爸又不在，姐姐們都比他大10年以上，正忙自己的生活，他在學校種種被欺凌的遭遇，都是過了至少一年他才去告訴母親。

幾節之後，W才告訴我，其實他獲救後覺得很溫暖，畢竟打電話的朋友根本不在美國本土，而他也愛上了其中一個女生；但他不知道為什麼，就是覺得很難回到這班一同打機的朋友當中。我們做了一些影像回溯，他閉著眼把心底的羞愧

感說出來了。他以自己自殺為恥，心底覺得朋友們嫌棄他，心裏焦慮不安，就說很多話來試探他們，怪責他們，刻意激怒他們，無非想證明：「他們會不會離棄我？」

W欠缺父愛，而母親對他溺愛還就有餘，但界限設定得不夠。我們一起回顧他那心靈貧乏的童年，他終於感受到自己所受的苦，他極少感受到跟別人連繫，更遑論覺得他人可靠，所以他沒有動機跟人分享自己。

當他在與我的治療關係中被穩穩地接住，包括他的種種試探和言語上的攻擊，也學習了尊重我的界限，他才終於比較能夠了解自己，並看見人生有更多的可能性。

註：故事中的人物，背景不代表真實個案。