

香江

大男人

小故事

余非 著



www.cosmosbooks.com.hk

天地

- 書名 香江大男人·小故事
作者 余非
編輯 楊陳素端 博士
出版 天地圖書有限公司
香港皇后大道東109—115號
智群商業中心十三字樓（總寫字樓）
電話：2528 3671 傳真：2865 2609
香港灣仔莊士敦道三十號 地庫／一樓（門市部）
電話：2865 0708 傳真：2861 1541
九龍彌敦道96號（加連威老道口）（門市部）
電話：2367 8699 傳真：2367 1812
- 印刷 亨泰印刷有限公司
柴灣利眾街德景工業大廈十字樓
電話：2896 3687 傳真：2558 1902
- 發行 利通圖書有限公司（港澳）
九龍紅磡民裕街41號凱旋工商中心8樓C
電話：2303 1010 傳真：2764 1310
- 出版日期 二〇〇五年十月／初版·香港

（版權所有·翻印必究）

© COSMOS BOOKS LTD. 2005

ISBN-13: 978-988-211-502-6

ISBN-10: 988-211-502-0

◆ 推薦詞 ◆

男士很少講自己的故事，更何況是一些叫自己感到羞恥的故事。這本書叫我想起 Simon and Garfunkel 的名曲 Boxer 的第一句歌詞：“I am just a poor boy though my story's seldom told”。除了社工的悉心引導外，男士能夠在一班有相同處境的同路人當中，勇敢地訴說自己的故事，是十分有幫助的。小組既能協助他們面對自己暴力的根源，又能提供改變他們對兩性關係看法的契機。但願這七篇曾勇敢面對自己的男士故事，能鼓勵其他有暴力傾向的男士尋求專業幫助。

區祥江

中國宣道神學院講師
前突破輔導中心總監

一個一個大社會小人物的故事，故事中的人物是你我周遭都可能遇過的，但總沒有機會可以如此透視地了解他們的心聲，本書的特色是活生生地把這些有血有淚的人物故事呈現在我們眼前，非但如此，更可貴的是隨後的反省和分析，透過社工細心的觀察，發展出適合每位當事人的有效介入方法，亦令讀者有嶄新的角度了解這些「動粗的人」。

黃麗彰

柴灣浸信會社會服務處督導主任

很高興和諧之家對暴虐家庭的服務又跨進了一大步，不但保護受虐待婦女，而且輔導施虐者。一直以來，社工輔導的焦點多數針對女士，忽略了男士，男士施虐者輔導服務是協助暴虐家庭的鑰匙。

本書以真實個案的生命故事為經，於每個故事抽取輔導的焦點和輔導啟示為緯，內中有笑有淚，有男兒漢面對社會壓力，傳媒性別渲染，情緒自困種種面貌，寫來生動真摯，為助人者社工及想了解施虐者心靈世界的各階層人士一本極具啟發的參考書。

霍玉蓮

城市綠洲輔導室執業婚姻及家庭治療師

在家庭暴力的個案中，施暴的過程，看似千遍一律：施暴者按捺不住自己的憤怒情緒，便出手虐打家人。當旁人聽到家庭暴力個案時，多會傾向指責施暴者的殘暴，而甚少人會嘗試聆聽他們背後的故事。

《香江大男人·小故事》一書卻描述了多個男士的不同施暴和復元故事。當細心閱讀時，讀者不難發覺眾多施暴者皆有其獨特的故事，解說他們施暴的原因。雖然他們從不同的途徑接觸社工，他們卻有一個共同的結局，就是找到他們施暴背後的故事，和覓得離開施暴的途徑。

這本書可以讓社會人士對施暴者有新的看法，社會人士可以不認同施暴的行為，卻可以嘗試體會施暴者的觀點和感受，從而培育一個體諒和包容的社會氣氛，讓「施暴者」能及早醒覺自己暴力的行為，並且尋求專業輔導，擺脫施暴的傾向，與家人建立和睦共處的關係。

黎偉倫

明愛男士成長中心督導主任

目錄

序	9
編者序	12
和諧之家簡介	16
故事一：感性——女人的專利嗎？	21
故事二：「你要他，不要我？」	39
故事三：男人哭了	61
故事四：妒火中燒好年華	81
故事五：陳先生的抑鬱	99
故事六：一個好人	117
故事七：給自己一片天	135
附錄：施虐者的自白	155

序

隨着社會發展和進步，現代人的生活日益繁忙，工作亦愈來愈繁重，每個人都要面對多方面的挑戰。傳統上，男士總是扮演「強者」的角色，因此有些男士會期望自己能獨自面對壓力及困難，不大願意向別人傾訴或求助，或用了不恰當的方法處理壓力和困難，令到問題惡化，帶來種種個人或家庭危機。另一方面，亦有些男士不明白或拒絕接受「兩性平等」的觀念，不懂得尊重女性，以致影響與配偶的關係，嚴重者更會引發家庭暴力。

為協助男士認識紓緩壓力和應付困難的正確方法，以預防或解決個人或家庭問題，社會福利署（社署）及部份非政府福利機構均有為男士提供針對他們需要的服務，例如男士熱線、成長中心、施虐者個別輔導及小組治療等。

和諧之家便是其中一間極具經驗為男性施虐者提供服務的非政府福利機構。和諧之家「第三線男士服務」於二零零零年成立，為面對家庭暴力、曾經或仍有使用暴力解決問題的男士提供熱線輔導、個案面談及小組教育課程服務，目的是終止暴力行為。此外，和諧之家亦為受虐婦女提供庇護中心服務，還設有社區教育及資源中心和家庭暴力危機處理小組。由此可見，和諧之家在預防及處理家庭暴力問題方面，貢獻良多。

我很高興和諧之家的社工能透過《香江大男人·小故事》一書，與大家分享他們寶貴的工作經驗。書中不但輯錄了部份曾接受和諧之家「第三線男士服務」的個案，以簡練的文筆描述男士對家庭暴力問題的看法和他們接受治療的情況；還錄載了一位在暴力家庭成長的男士的現實生活寫照，道出他怎樣處理暴戾行為和工作壓力的方法，以及夫妻相處之道。此外，書內每個故事都加插了「啟示」，藉此幫助讀者進一步體會部份男性施虐者的特點，以及處理情緒及婚姻問題的方法和輔導技巧。所以，本書不單可

供社工界同工參考，也適合服務使用者閱讀。

我相信大家在細心閱讀本書後，均會欣賞和諧之家在
男士服務方面所付出的努力。

鄧國威

社會福利署署長
二零零五年四月

編者序

近年來，香港家庭暴力的數字不斷上升，加上發生了多宗如天水圍天恆邨的家庭暴力慘劇，引起了社會人士對家庭暴力問題及相關服務的廣泛關注，尤其是負責處理家庭暴力的各個政府部門、非政府機構及相關的專業人士。

過去十年來，本港部份非政府福利機構和社會福利署專責處理家庭暴力的保護家庭及兒童課，都先後推出特別為男性施虐者而設的輔導或治療試驗計劃，而和諧之家的「第三線男士服務」便是其中之一。這項計劃是透過 (Man) 男士熱線、個案輔導、心理教育／治療小組及跟進服務等，協助自願接受服務的男士停止其暴力行為。由二零零零年九月至二零零五年三月底，我們已為四千三百九十一位男士提供有關服務。由香港理工大學應用社會科學學系

副教授陳沃聰博士，為我們完成的獨立成效評估報告指出，一百五十四名曾接受個案輔導及／或心理教育／治療小組的男士當中，大部份的暴力行為，尤其是身體暴力和性暴力行為，在三個月後已有改善或完全停止，而情緒暴力行為則需要較長時間才能見效。^① 研究結果實在令我們感到十分鼓舞。

鑒於一般市民對男性施虐者的情況認識匱乏，甚至存在不少誤解，我們特別出版這本書，期望能夠澄清大眾對這些男士的謬誤，並且增加他們對如何輔導施虐者的知識。本書收錄了七位男士的真實個案故事與大家分享，他們大部份都是曾經接受我們個案輔導及／或心理教育／治療小組服務的人士。其實，這些男士都有一些共通的特徵，包括是「雙面人」（即是對外人是「好好先生」，而對家人則是橫蠻無理的暴君）、不肯承擔自己對配偶使用暴

① Chan Y. C. and Harmony House (2005). *An evaluation report on Third Path Man Services - Batterers treatment program*. (Second edition). Hong Kong: Harmony House.

力的責任、是傳統的大男人；抱持男尊女卑的思想、有高的防衛而不願向別人訴說心底真話，部份男士更是來自暴力家庭。^② 這些男士都有他們複雜的、人性化的一面，亦有他們的優點。

書中前六個故事是描述他們對家庭暴力的看法和接受輔導的情況。最後一個故事，是透過一位男士的成功經驗，道出只要憑着勇氣和毅力、對家人的關愛，以及社工的協助，必定能夠尋找到適切的處理問題方法，停止暴戾行為。

這本書得以順利完成，實在要衷心感謝多位人士的鼎力協助，包括負責撰寫故事的名作家余非女士；她以簡練、細膩的文筆、捕捉和撰寫故事主角的生活片段及感想，並且在故事後加插「啟示」，鼓勵讀者反思主角的特點，以及留意輔導方法。另外，我們特別要感謝參與出版這本書的男士。如果沒有他們慷慨的分享，社會人士便很

② 鄭德華（2003）。從認識到輔導。《和諧之家通訊》，第34期，頁2。

難明白他們的家庭經驗及從輔導中復元的歷程。最後，我們要多謝香港賽馬會慈善信托基金贊助「第三線男士服務」，讓我們可以協助男性施虐者停止暴力，共譜和諧樂章。

楊陳素端博士

和諧之家董事局副主席

二零零五年五月

和諧之家簡介

和諧之家於一九八五年成立，經過不斷的努力與拓展，我們發展出一套嶄新及全面的整合模式去處理家庭暴力問題，以期達致零度容忍家庭暴力的最終目標。過去近二十年來，我們先後發展以下各項服務：

* 一九八五年成立全港首間婦女庇護中心，透過提供住宿、個人輔導及小組服務，保護與關懷受虐婦女及孩子，協助他們重建新生，活出尊嚴。

* 一九九二年成立「新家庭社區教育及資源中心」，以社區教育與倡導的方式提升社會人士對家庭暴力的關注與認識。

* 二零零零年底展開一項特別為男性施虐者而設的

「第三線男士服務」先導計劃，作為我們遏止「家庭暴力」的第三種介入方式。

* 二零零一年成立「新希望行動——家庭暴力危機處理小組」。透過跨專業的合作模式，我們分別在屯門醫院、將軍澳醫院及基督教聯合醫院的急症室駐守，特別為受到家庭暴力困擾的人士及其家人提供危機介入服務。

* 二零零四年推行「守望星計劃」，在天水圍區建立全港首個和諧社區，鼓勵鄰舍關心，守望相助及關心社區的家庭暴力問題。

以上各項服務都是互相連結、緊扣的整合工作。從補救性的庇護中心服務到預防性的教育工作，再擴展致主動、外展的家庭暴力危機處理小組，為有需要的家庭提供全面的、適切的服務，有效地遏止家庭暴力。

「第三線男士服務」介紹

根據《和諧之家年報 03—04》的數字顯示，有三成多

的婦女在離舍後會選擇返回家中，再與配偶一起生活。我們認為倘若始作俑者的男性施虐者不正視自己的暴力行為，家庭暴力重演的機會是十分高的。因此，要徹底解決問題，必定要協助施虐者終止他們的暴力行為，從而停止家庭暴力循環發生，才能有效地協助婦女及孩子免受暴力的傷害。

第三線男士服務，除了是我們處理家庭暴力問題的介入模式外，亦是本港特別為男性施虐者提供服務的先導計劃之一。此計劃是透過熱線、個案輔導及心理教育／治療小組課程等方法，協助男士停止暴力行為，再從認知上徹底改變他們對暴力與兩性關係的信念，並學習以積極、非暴力的方法解決個人、婚姻及家庭問題。

Man（男士）熱線是我們接觸施虐者的一個重要「城門」，讓男士可以把抑壓在心裏又難於向人啟齒的說話，在熱線中盡情向工作人員傾訴。

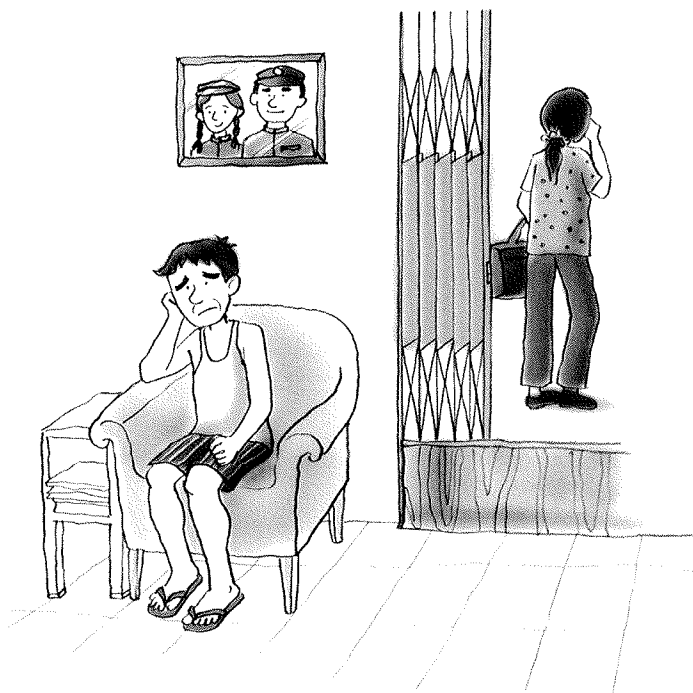
一般男性，尤其是施虐者的求助動機極低，他們很少會主動走到社會福利機構去求助。為了配合他們的需要，

我們在提供個案輔導方面，採用了多元化、靈活具彈性及外展的介入方法去接觸這些男士，例如，面談時間與地點會盡量遷就他們。

顧名思義，「越過欄柵——心理教育／治療小組課程」是一項揉合教育及治療兩種元素的整合課程，以理性行為治療法為介入理論。整個課程為期十六週，內容包括三個主要範疇：認識家庭暴力、技巧訓練及訂定防止暴力重現的行動計劃。我們亦為完成課程的男士，提供半年的跟進服務或延伸課程，以維持及增強課程的成效。

故事一：

感性——女人的專利嗎？



我從來不知道我是一個充滿暴力的人！

大故事

阿正與阿梅於文革後期、七十年代末認識，八一年結婚。當時阿正三十二歲，阿梅二十二歲。婚後兩年，阿正夫婦得到在港居住的父親申請，成功移民香港。

阿正阿梅捱過文革，並在香港經濟起飛、幾乎人人有工做的八十年代初移居香港，這樣的一個故事背景，彷彿只應該譜寫出美好的情節，難以想像會生出甚麼麻煩。而一個人交上這樣的好運氣，也大概沒有甚麼好抱怨的了。然而，一切就如此簡單順利嗎？世事無絕對，且看故事發展是否符合大家的預期。

阿正在國內是教書先生。文革後期，學校體制逐漸恢復，當時的教學條件、老師薪酬等，當然不能與今天同日而語，但對阿正來說，那總歸是一份正正當當的工作，而且是他鍾愛的職業，他教得很用心。阿正本人只有初中學

歷，高中靠自修完成，於當年而言，已足以升任中學教員。阿正人如其名，人很正派，覺得社會需要教育，教書工作很有意義。幾年教書生涯，阿正的最大收穫是討得好老婆——阿梅。那年代對入學年齡及分班不太講究，阿正在課堂上認識少他十歲的阿梅，阿梅當年是班上年紀最大的學生，以二十歲之齡唸中三。阿正非常欣賞阿梅勤奮好學，課餘請纓替她補習功課。阿梅被阿正的教育熱誠及古道熱腸感動，兩人在不知不覺中漸生情愫。阿梅初中畢業後已算是完成了自己的心願，沒有再升高中。初中畢業兩年後，他倆共偕連理。

婚後兩年，即一九八三年移民香港。

阿正的所謂學歷及教師資歷在香港完全派不上用場。莫說當年國內正規師範大學畢業生的學歷在香港不算，阿正那種沒有教育文憑的鄉鎮老師教學資歷，當然就更不用提了，阿正在香港不可能重執教鞭。三十四歲的阿正沒有辦法，只能跟父親學水電，兩父子合力承接小型裝修工程餬口，生活倒也三餐不愁，幾年下來，甚至有點積蓄，

求得小康。至於太太阿梅憑一雙巧手，在屋邨家中做起無本生意——拿起剪刀替人理髮。那時屋邨流行住家式理髮，有人甚至把它當成正職之後的兼職，賺外快。阿梅的剪髮生意發展得很順利，後來邊學邊做，更把手藝擴展至燙髮、染髮，開始有自己的「事業」。

時光荏苒，好容易捱了二十多年，阿正阿梅的兩名兒子都聽教聽話，長大成人。

故事說到這兒，一切看來盡隨人意，彷彿都順風順水，沒出甚麼差池。可是，偏偏就在一切也穩定下來的老夫老妻階段，二人經常吵架，二零零零年，阿梅更帶同次子離家出走，另覓住處。

阿正阿梅的問題不是第三者介入。阿梅搬走，是認為自己「受夠了」，反正她自己積蓄不菲，經濟條件不俗，樂得搬出來過清靜生活，不想隔天便與阿正吵架。阿梅的搬走，是離家，幾年下來，兩人仍沒有離婚。阿梅非常痛愛兩名兒子。大兒子是她故意留在阿正身邊的，她只帶走次子。

阿正阿梅是患難夫妻，難得守得雲開，故事發展應該是漸入佳境的，為甚麼會出問題呢？表面「死因」，是阿正一直以來不斷怪責阿梅沒有搞好家居的衛生條件。

話說阿梅做的是理髮，雖然已把生意限定於黃昏前結束，好便於阿正回家前收拾妥當，令家居既無外人、也無污物——頭髮。可是，阿梅一個人一雙手，既要做生意又要煮飯，有時難免會走漏眼，沒有把頭髮碎完全清理。夫婦倆就為頭髮問題不時開火，傷感情。

阿正是於阿梅走了半年後主動向區內社工求助的，他孤獨寂寞得不得了。阿正參加了社工的輔導小組課程，可是小組課程卻上得並不如意；他在班上既不健談，也不投入，在四、五節課程後，成效平平。直到近年社工轉而改用單對單的方式輔導他，情況才告好轉。

今天，阿梅雖然仍與阿正分居，夫婦倆卻開始重新接觸，起碼可以一家四口共進晚飯。阿正阿梅一家，在社工協助下嘗試共同面對家庭問題。

細心想

焦點片段一

阿正可能是因為曾當過教師，加上阿梅又曾經是他學生，也許連他本人也不自覺，對已身為太太的阿梅說話、尤其是糾正某些錯誤時，阿正像向學生訓話。

「你看，你真不講衛生，」每次他一回家，在牆角或書桌發現頭髮碎時使他怒不可遏，即時擺出老師款，「我當初沒有教你的嗎？」

類似的說話假如阿梅仍在學校，仍然是他學生，大概是沒問題的。可是，一旦已為夫婦，同一句話會產生不同的感受。阿梅覺得，自己既勤力又賢慧，「理」所當然地應該得到丈夫的體諒和愛護，那是貧賤之家互相扶持的夫妻之道。而於阿正而言，他認為那是純衛生問題，錯了就要糾正。阿梅心想，大家也得工作，而她則工作之餘還要管膳食。當她在廚房忙煮飯忙得一頭煙時，假如做丈夫的

發現家居有何不妥，應該是立即捲起衣袖來幫忙——例如，拿起掃帚把房間掃得一乾二淨——而不應該是蹺起二郎腿等吃飯兼且左右挑剔批評。

阿梅對身份轉變帶來的情緒煩惱很不適應，最初只不斷怪責自己，心想，「結婚之前他就是這樣說話的，為甚麼現在卻嬌氣了，受不住？」她曾經努力叫自己別把阿正的話放在心上。只是，日換星移，忙碌疲憊中聽見他的訓斥，阿梅就會覺得很不公平，「為何工作、煮飯、收拾家居，一一都由她來負責？」再加上工作令她經濟獨立，人又成長了不少，於是阿梅開始反駁。有反駁就有吵鬧，家庭生活開始過得並不稱意。阿梅捱到兩個兒子都長大了才選擇離家，是她盡情盡義。阿梅認為，要反省、檢討的，不是她，是阿正。

於是，當阿正又再吵吵嚷嚷：「你看這一地的頭髮碎！」，阿梅會不甘示弱地反駁，「你又不是癱的，你不會拿起掃帚把它掃掉嗎？！」

氣煞阿正。

啟示：

以為自己很有道理、很講原則，
背後可有原則之外的心理問題。

在焦點片段一裏，我們看見阿正可能因為曾經當教師，既講究衛生清潔，又愛訓人。表面看來，這可能是他的職業病，是有這個可能的。

只是，深入思量，又不見得所有教師私底下也事事擺出老師的架勢，尤其是在自己的家居生活上。於阿正而言，他曾經當教師，又或者是阿梅曾經是他學生，固然可能影響他對阿梅說話的方式及語氣，甚至影響夫妻生活。

然而，社工接觸阿正的過程中，發現令阿正表現得「很講道理」、「很講原則」，除了因為他的老師心結之外，還可能因為他內在有心理矛盾。阿正在國內是一名教員，對自己的身份有點自矜自重。而來

到香港轉職三行，不禁有絲絲虎落平陽的委屈，心理上需要調節適應。試想像他的工作細節，從前即使在窮鄉僻壤教書，他拿的是粉筆，乾乾淨淨。可是現在拿的是鐵錘鐵鉗，修的是生鏽漏水的廁所水渠，又或者者是陳舊塌泥的天花板。無論如何，三行與教書相比，是「髒」一點的苦工作。於是回到家裏，阿正特別希望遠離一身髒的感覺。於是他對家居清潔衛生有高要求。阿正在阿梅眼中的「潔癖」，背後是受心理及實際處境的雙重挾迫。

「你不知道，我可不是一般的三行佬。嘿，他們都說我有潔癖，哪有三行佬像我這個樣兒的。」阿正不止一次如此在社工面前說自己。這句話，令社工覺得阿正對家裏衛生條件特別挑剔的背後，有愛清潔之外複雜的心理因素。他對「三行佬」這身份非常在意、自覺。口中雖然不斷以「三行佬」自居，背後卻不無拒絕接受三行佬身份的意味。

一向以來，男人只予人大情大性的感覺。彷彿

情感上的複雜微妙只屬於女人所有，與男人、尤其是幹粗活的男人無緣。原來不一定是這樣的，男人背後一樣有複雜、需要別人花時間細心琢磨的心理變化。

焦點片段二

焦點片段一提到，阿梅對阿正的忍讓到了底線後，她就開始反駁——「你又不是癱的，你不會拿起掃帚把它掃掉嗎?!」。阿梅的反駁令阿正既驚訝又憤怒，他完全沒有想過阿梅竟敢頂撞他。那次，他動手攔了阿梅一巴掌。而兩個人的關係至此出現裂痕，這也是阿梅日後決定搬走的伏筆。

阿正知道自己是不該出手打人的，在輔導小組課程中，他也承認「那一次」是他不對。但他認為，對妻兒的生活規矩管得嚴，是為他們着想，為他們好。而現在的僵局，出於妻兒教而不善，屢勸不改。出手打人的錯失，也是被他們迫出來的。再者，阿正認為自己手法縱使錯誤但目的正確，而且事後也已低聲下氣陪罪，阿梅是不應該

「記仇」的，甚至不應大動作地搬走。他在小組課程中承認有錯，但總覺得罪不至死，不應吃家庭分散這大惡果。阿正對「犯錯」與「後果」之間的比重很不服氣，而這種心態，基本上是所有對太太輕度施虐者的共同觀點。叫接受輔導的男士承認自己有錯不難，難在他們大多認定自己罪不至於妻離子散，心中有股不平之氣，影響他們客觀全面地檢討自己的行為對夫妻關係的影響。

「比我更差的男人大有人在啦，又不見得他們的妻子都會外逃！」這確是事實，但不等於這可以成為他們解釋個人情況的「藉口」。

阿正在小組課程中很少開口說話，某次在另一組員講述他的處境時，阿正插口表達了自己對兩性的看法。那位組員的虐妻情況並不嚴重，娓娓說出自己的「苦故事」後，換來男人對男人難免帶點性別偏袒的同情。當時阿正便說：「女人比較感性、敏感，她們會把你對她的態度放大，所以特別容易受傷害。」這何嘗不是阿正對自己及阿梅關係的判斷。

啟示：

男人，你並非只是理性的動物。

感性，也不是只屬於女性。

故事及焦點片段一提過，阿正覺得他對兩名兒子管教得嚴，對阿梅要求高，部份原因是他覺得自己在「教」他們做人做事，是很「理性」地向他們講道理。阿正覺得阿梅的反應那麼「誇張」（反駁及離家出走），是因為女人「非理性」及「太感情用事」。

阿正覺得，只要阿梅理性地想一想，心平氣和、講道理地改正錯誤，今天就不會發生家庭問題。阿正覺得，他的家庭問題出在他作為男人過於理性，而阿梅作為女人，又太上心、太敏感脆弱及容易受傷害。

然而，經過焦點片段一的分析，大家也許已知道，阿正本人的內心何嘗沒有他的複雜性，其實也有

很微妙（所謂「敏感」）的起伏。一般人對「理性」「感性」有簡單化的曲解，阿正也犯了這毛病，因而既誤判阿梅，也忽略自己的「病況」。「理性」與「感性」被錯誤地二分對立，彷彿「有你就沒我」，是二選一的抉擇。而在真實生活中，兩者其實混糅糾纏，你中有我，我中有你。人情之關鍵處，不能以「理性」「感性」二分來形容。勉強粗略二分於事態分析一無用處，我們必須學習拋開這定見，細審每一個獨立處境的特殊情況——即是每個人在每件事上複雜的內心感受。惟其如此，才能對應事實，對症下藥。

也惟有具備此認知，男人才不至於忽略自己的情感變化，並知道要尊重太太——大家也是人，都有複雜的內心起伏。一切都不是女人「很感性」、「非理性地過敏」，而男人則「很理性」、「很講原則」那麼簡單。

焦點片段三

社工跟進阿正的個案已有一段時間，以最後這段日子的進展最大。

阿正初到小組時不甚發言，非常含蓄。初期，他來得斷斷續續，進展不大。其後，他來得比較穩定，按他的說法，是「長子已考入大學，住宿舍，我孤伶伶一個人在家，不如來這兒聚一聚，起碼有人氣」。

此時他與阿梅分居已一年多，他開始有濃重的寂寞感，也開始意識到有危機——阿梅極可能不會重回他身邊，甚至可能會提出正式離婚。分居時間一長，阿正開始害怕，並知道事態嚴重。於是，阿正去小組課程去得很勤力，基本上沒再缺課；只是，進展仍然不大。

有一次，小組課程完結後大家一同離開中心。社工正好與阿正都在車站等車，而且就只有他們兩人。車來了，社工忽然對阿正說，「不如等下一班吧？我們再談一談。」

阿正愣了一愣，社工索性改口說：「才九點半，還早，不如到附近喝杯咖啡好嗎？」阿正竟然沒有拒絕。

單對單面晤，阿正果然說得比較多，人比較放鬆。社工於是知道，即使阿正不時說喜歡小組人多，有人氣，然而一談到自己的問題，阿正在陌生人面前始終有所保留，而且有點矜持自貴，不太肯在人前揭自己的短處。也許，除了是個裝修技工之外，他還牢牢記住自己的教師身份，有點放不下來。

自那個小組課程後的咖啡夜話，社工安排他以單對單的會面輔導方式為主，再以小組課程為輔助，一年下來，成效明顯有改善。為了不讓阿正因為改了輔導方式而缺乏「人氣」，社工為他安排了一些義工活動，讓他與人保持一定的接觸及溝通。

啟示：

輔導是小組好一些，

抑或單對單好一些呢？原來並無定則。

輔導工作之難，是難在沒有定則。這本書有七

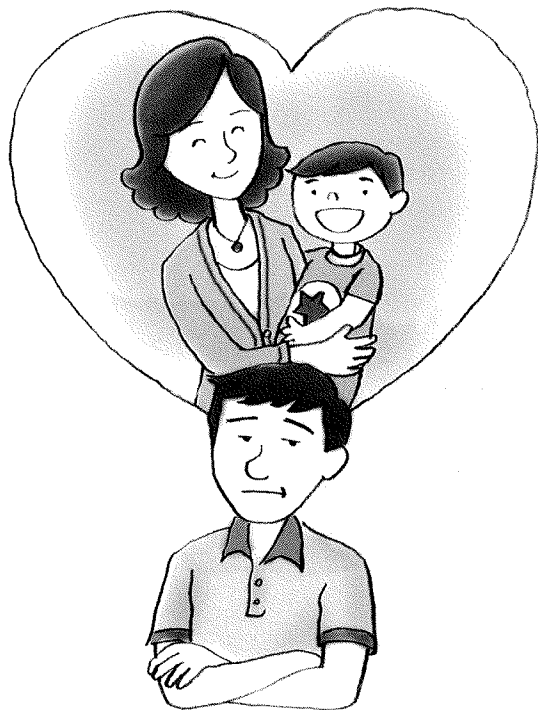
個故事，緊隨七個故事的分析，不是些讓人完全依循的模範答案，旨在與大家分享不同故事、不同處境可以帶來甚麼思想衝擊。重點是按故事中的處境想一次、感受一次這些問題，想想換了是自己又會如何面對，如此而已。讀者可別把分析當作答案，把分析讀「死」了。

任何輔導工作都是因人因事而異，不同個案有不同的處理方法。以阿正為例，原來並不適宜被放在小組內接受輔導，他適宜單對單方式的晤談。可是，又確有另外的一類求助人，他們比較適合透過處境相近的群體經驗來刺激思考。面對這類人，就要安排小組輔導。

人，始終有他的複雜性，千差萬別。因此，輔導工作一直也不會只得一條藥方，一個方案。方法無定則，正正就是輔導工作的定則。

故事二：

「你要他，不要我？」



昔日一掌攬 今日兩分離
願意再學習 預備重聚天

大故事

這是個妻子懷疑丈夫「要仔唔要乸*」的故事。

究竟純屬誤會，虛驚一場呢，抑或男方真箇如此？且讓社工從頭說起。

從七姑婆手上接過照片，阿森像 QC 驗貨般端詳彩照中女子的模樣。三十七歲仍孤家寡人的阿森毅然敲定——飛一次洛杉磯唐人街去相親。照片中的女子林美珍，很合阿森眼緣；而另一邊廂，照片中的阿森，也中阿珍心意，於是雙方同意相親。阿森今天回想起，那已經是六年前的舊事。那時，阿森頭一遭踏足美國。

阿珍與阿森門當戶對。阿森在香港中學未畢業，承父業經營一家小小的五金舖，他沒有高學歷，卻有比學歷更加可靠的謀生專業，擅長家居維修的水電工程。阿森肯定不會大富，可是街坊生意長做長有，根基穩妥。阿珍則十

多歲隨父母由大連移民美國，英語是她的死穴，令她一直也未能融入美國社會，唐人街就是她的主要生活範圍。阿珍父母在唐人街開設一間濕貨店，她幫忙打點，日子簡單平凡。光陰在勞勞碌碌無事忙中虛度，阿珍三十四歲了，仍待字閨中。林父林母等得有點着急，遂四出託人做媒。

阿森與阿珍幾經安排，在唐人街大龍鳳酒樓面晤。當晚大家斯斯文文，客客氣氣，男的不醜女貌不寢，家底也覺相若匹配，一切進行順利。那次阿森在美國逗留了兩星期，回港後稟明父母，再交往約半年，正式向阿珍提親。他們的婚姻，結合得順順利利。

婚後，阿珍在香港住了幾個月，發現有身孕後，即回美安胎，由沒那麼年邁的林父林母照顧。生下兒子家熹之後，阿珍身體孱弱，調理了好幾個月才恢復狀態。家熹要到一歲多，才由阿森帶回香港與阿森父母面見。家熹雖不是長孫，阿森的妹妹早已子女成群，只是兩位老人家對家熹疼愛非常，也為兒子有後而老懷大慰。

家熹四歲前，還不需考慮上學問題，阿森、阿珍及家

熹，就香港、美國兩邊走，這邊住幾個月，那邊又住上幾個月。由於阿珍的身體一直比較虛弱，加上在美國生活慣了，回港居住不適應多塵的濕熱空氣，阿珍每次留港都鼻敏感。於是，有好幾次，阿珍都沒有隨阿森兩邊走，獨個兒留在美國娘家。

家熹四歲半那年，阿森帶他回港，期間阿森父親不幸中風入院，事後雖無大礙，卻令孝順的阿森心繫大石，不敢貿然離開香港。阿森決定，暫時留住家熹，讓年邁雙親有稚孫纏繞膝下，令病中生活增加生趣，阿森更開始為家熹在香港找幼稚園。與此同時，身在大西洋彼岸的阿珍卻思子心切，那邊的外祖父母也愛念外孫。單憑寄回去的照片，不但沒有一解彼岸林家父女的思念之渴，更驚覺小朋友三兩個星期一個樣子，變化非常大，令他們深感錯失了太多看着小朋友成長的機會。阿珍好幾次打長途電話叫阿森把兒子送回美國，但阿森總能找些理由搪塞過去。直至家熹的簽證快將期滿之際，阿森不得不求阿珍幫忙——填好文件、簽名，並從速傳真予他為簽證延期。阿珍當然不

肯，說一定要家熹回美親辦手續。阿森在美國對阿珍動粗，攞了她兩記耳光的一次爭執，即由簽證爭執而生。

話說阿森把家熹帶回美國，住了個多星期後，阿森就想回港。期間，阿森多次哄阿珍簽字，替兒子辦離境手續，阿珍一概不肯。有一次，阿珍被惹火了，怒罵阿森：「這一去你還會回來嗎？沒良心，要仔不要慤。只要我為你生孩子，根本不理我死活、不理我感受，兒子我也有份的呀……」阿森霹靂兩下火辣辣地攞在阿珍面上，比阿珍更兇地反駁，「閉嘴，總而言之，我一定要帶走家熹，我們回香港，你也可以一道回去，是你硬要賴在美國……」。兩人你一句我一句，聲浪愈來愈大，更有擲物聲，阿珍父母怕出事，叫了警察。警察到場，見阿珍面上有清晰的五指痕，即時把二人帶返警署。即使阿珍當場為阿森辯護，說夫妻吵架平常事而已，但美國法律及觀念不同於華人社會，阿森結果因虐妻之名而被扣留警署，在羈留中心難堪地度過一夜。保釋後排期聆訊，阿森雖獲美國法院從輕發落，卻需強制接受數個月的輔導小組課程，並一年內不得

故事二：
「你要他，不要我？」

接觸阿珍。

阿森悻悻然、悽悽然地獨個兒回港。回港後他一直不服氣，覺得自己由始至終也沒錯，而所謂虐妻，不過是攔了阿珍兩巴掌——而已。阿森對自己落得如此下場，心不忿。回港後阿森作賤自己，萎靡不振。某天，阿森愁苦中想起了1083，循電話查詢找到和諧之家的男士熱線。

「喂，可以幫個忙嗎？」……

細心想

焦點片段一

阿森自動打熱線求助，那次電話由社工接聽。社工聽得出阿森非常沮喪。一如其他個案的男士，阿森覺得自己「完全沒錯」，非常不明白緣何淪落至此。夫婦吵架人之常情，盛怒中攔了對方兩耳光，對阿森來說完全找不出錯在哪裏。他真心覺得，雙方都有錯。

社工生怕無助的阿森會掛線，當然不會急急否定阿森

的看法，社工耐心地引導阿森說清楚自己的處境，找出困擾所在。對阿森來說，眼下最懊惱的，是數個月的小組課程，「用不用飛回美國上課的？」「就由你教我可以嗎？」「在香港上課算不算數？」社工得到阿森信任後，阿森就排山倒海地傾出一籬籬的問題。

社工上網與美國有關方面聯絡，終於探知在香港上課是承認的，只要課程由合法、正規機構提供。阿森初步放下心頭大石，香港，始終是他最熟悉的地方，他多怕要到美國上課。由於此次上課是美國法院的判令，阿森從不缺席，希望早日完成課程，脫苦海。很明顯，阿森之所以上課，絕對不出於自願。問題來了，被動上課的效果好嗎？情況不盡相同吧，可是從阿森的個案可見，倒也未必是壞事。

啟示：

法院判令的介入——

被動上課，也可以有好效果

故事二：
「你要他，不要我？」

對社工來說，阿森算不上是個易辦的個案。困難之一，是阿森「非常合作」。阿森願意合作，是因為在香港生不入官門、死不入地獄的他，在美國卻因夫妻吵架小事一樁而要「坐牢」——一晚。那怕只是一晚而已，厭惡感卻深刻得教阿森久不能磨滅。這對阿森來說，絕對是頭一遭，而且絕對不能再犯。阿森要快快與這些麻煩事說再見，愈早完成小組課程愈好，於是他乖乖的準時上課，從不遲到早退。

阿森目標清晰，最初那幾課「合作」得叫社工非常頭痛——你教他甚麼，阿森都會乖巧地自行總結：「明白，明白，我知道你的目的是希望我學會……」。順口開河得旁人一聽便知他並不投入，毫無誠意。要發展至第七八課之後，阿森才漸見誠意，也漸見投入（詳見焦點三）。

很多人認為勉強無幸福，被飭令學習，效果會不理想。事實並不盡然。類似阿森的個案告訴我們，沒有法庭頒令，不少人，尤其是傳統中國男人，是絕

對不會開始第一步的！被動地、被法院判令必須上課接受輔導，是一個開始，予問題家庭一個機會。華人社會有華人的禁忌，一時間不可能移風易俗，外在強制力量的介入，或可解部份家庭的燃眉之急。

當然，受助人的態度不一定因接受輔導而有所改變，但沒有開始就沒有成功，也沒有失敗，甚麼也沒有。由阿森的個案證明，立法或執法機關介入，也許是有必要的。被動上課，也可以有好效果。個案輔導工作，絕對需要得到立法、執法機關的配合和支持。

焦點片段二

輔導一週一次，整個過程接近半年。半年間社工與阿森交往對話，於阿森來說，一如錄影機回帶，不斷地、一小段一小段回溯過去，重播昔日的生活片段，也審視過去的對與錯，是與非。

阿森被美國法院禁止接觸阿珍一年，雙方關係弄得很

僵。阿森回顧過去，結婚初年，他倆都是快樂的。阿珍喜歡阿森人品老實，有一技傍身，下半生有靠。阿森也喜歡阿珍，覺得她樣貌娟好，而且體貼溫柔。在社工探詢深挖下，阿森才猛然省悟，好些對夫妻生活影響深遠的問題，原來他們於婚前一直未有好好討論，例如，婚後會多住香港抑或美國。「大概是每邊住幾個月吧，也不錯哩。」阿森把一切也想得非常簡單，冬天來了，阿珍可以回香港住半年避寒；炎炎夏日，阿森則可以去美國避暑。而問題正出在雙方也想當然的簡單化。誰料日後的實情是，阿珍生育前後在美國由家人調理，不可能兩邊走。而阿森這邊老父忽告中風，平日孝順顧家的阿森，那會把老父扔下給老母親一走了之。於是，婚後兩個人經常天各一方。

另一障礙是兒子的學習問題。阿森在香港沒有唸完中學，出於自身經驗的局限，阿森回顧過去，承認最初沒有周詳地想過兒子的教育問題。家熹一至四歲之前，固然可以任他兩邊走，可是五六歲要上學了，就不能不定下來。臨屆入學年齡，阿森與阿珍的爭執白熱化——究竟在哪裏

讀幼稚園。阿森父親臥病在床，老人家總覺得自己垂垂老矣，大去之期不遠，對纏繞膝下的小孫兒家熹疼愛有加。阿森實在不忍心把家熹從老父手上帶走。幾次延期後，阿森終於要面對續辦簽證的問題。他打算取得簽證後，就留家熹在香港唸幼稚園。至於阿珍，她也一道來香港生活不就可以了嗎？——這是阿森的想法。

至於阿珍的想法與顧慮，阿森後來透過在美國跟進阿珍情況的社工得知。

阿珍生育後的一兩年，因為沒有隨阿森返港，令她與阿森本來就不算牢固的感情蒙上陰影。阿森留港照顧中風父親那陣子，阿珍獨居美國，思子心切令她鑽牛角尖，猜疑阿森「要仔唔要乸」；加了這個濾光鏡，同一件事物，她也會與阿森有不同看法。阿珍心中生氣，只是壓下不表，沒有宣之於口而已。阿森在長途電話中不斷游說：「你也可以過來一起生活呀，香港其實挺好住的。」這是阿森的一廂情願，在阿珍心裏，她非常害怕阿森「要仔唔要乸」，生怕單身來港，人生路不熟，父母又不在身邊，假

故事二：
「你要他，不要我？」

如那時才發現阿森虧待她，處境就會相當淒涼。於是，阿珍會想：「幹嘛不是你回美國哩，而是時刻『迫』我去香港。」最可疑的莫過於，「你要照顧老父，可以理解，但你總得把兒子還給我，讓我也帶一下，總不成老是由你來『獨佔』兒子啊。」阿珍愈想愈氣，認為阿森有子萬事足。說不定，他在香港已有女人。

啟示：

想家庭美滿，須由溝通做起。

經過數次的溝通，社工開始比較掌握情況，阿森的問題出在「想得太少」，而不是如阿珍想像中的「想得太多」——有計謀地「要仔唔要媽」。

阿森雖然年過四十，卻一點也不老練。廿多年來，阿森做的是街坊生意，為區內住宅維修家居水電，固定的生活模式，簡單的人際交往，令阿森從未碰過溝通問題；甚麼站在對方的立場來想問題，對他

來說委實是「複雜的學問」。接受輔導初期，阿森不斷否認自己有錯，「一切都十分簡單嘛，要不是岳丈報警，才不會小事化大哩」。他心裏的確如是想。有時對社工的說話聽不進耳，但又念及強制性的輔導小組課程的判令，阿森惟有口是心非地虛應故事，唯唯諾諾。阿森認為，生活嘛，那有這麼複雜。而且，依中國人觀念，嫁雞隨雞，不肯來香港與他同住，是阿珍的錯。

直至接受輔導的後期，阿森開始學習循阿珍的角度來想問題，赫然發現同一件事，原來可以有截然不同的理解，「原來這是要學的，而且是可以學習的，嘿，又挺有趣」。阿森後期很有上學的感覺，用他的說話是「重新做學生」。阿森訝異於人與人之間的相處，原來需要學習，充滿學問。

在社工協助下，阿森學習與阿珍溝通。溝通技巧包括，認真對待阿珍的反應。第一，當阿珍對阿森的提議默不作聲，阿森要警覺，這絕對不表示完全認

同。正如阿森所說，最初看中阿珍，是覺得她斯文沉靜，說起話來帶七分靦腆，彷彿非常溫順似的。社工說：「由於她靦腆而怯於表達，你就要注意她不語背後的反應，譬如，面部反應。」社工教他注意太太不置可否時的表情。很不情願、或面帶猶疑的沉默，絕對不等於完全認同。

阿森也向社工說，回想起來，最初談及婚後兩邊走一事，阿珍確實只是「默然以對」，而不是欣然地說：「好呀。」

社工教阿森細想當中的各種可能性。例如，阿珍是女性，心思細密，可能阿珍當時已隱隱然覺得兩邊走有不妥之處，落實起來沒想像中簡單，於是最老實的反應就是沉默，不置可否。阿森認為社工的分析有道理，他聽進去了。

阿森今天回想過去，承認當初確實把問題過份簡單化了。他以為兩地往返交通便捷，而他打理自家五金舖，要走便走，根本沒有請假困難。因此，雙方

最初完全沒有認真的談過婚後居住地的問題。再加上人算不如天算，老父及阿珍的身體都出毛病，令問題節外生枝。

阿森不斷「回帶」，站在對方的立場重看過去，才知道一切原來真的可以有不同版本的理解。由於婚前沒有搞好溝通，令事情往後差之毫釐，謬之千里，日後阿珍不肯再遷就他，阿森今天明白，事出有因。當中即使不是阿森本人全部都錯，也起碼得承認，是溝通出了問題，阿珍也沒有全錯。

其次，阿森衝突當天認為阿珍不對，是他不滿意阿珍「深藏不露」，「使詐」騙他帶兒子回來，回來了又不肯依約辦簽證，那是不老實。

經社工的溝通技巧輔導後，阿森才明白，生活中的行為不是單一、分割的，社工讓阿森檢視與阿珍相處時的強弱對照，阿珍一直相對溫文，婚後一直由阿森掌控話事權。於是在阿珍的角度，她的任何決定也是沒份量的，說了等於沒說。於是，為了奪回兒

子，她惟有「情急智生」，「使詐」讓阿森把兒子帶回美國。由於一直以來雙方都沒有「談判」基礎，而且有不平等的主從關係，於是回來再算，在阿珍的角度，是惟一的選擇。

經輔導後，阿森用新的方法來框架「溝通」的意義，那就是凡事不可以想當然；原來換一個角度，循另一個方向望過去，光景自是不同。其次，生活是連貫性的，近因之外，還有遠因。

阿森更明白，從前孤家寡人，每天不是對着漏水的抽水馬桶就是漏電電線，懂不懂溝通根本不是問題，頂多少接幾宗生意。可是，成家立室後，生活圈突然由單數變眾數——太太、兒子，以及雙方家長的感受都需要照顧，溝通遂成為生活中的必然考慮。

這些，就是阿森的上課心得。

焦點片段三

在輔導的後半階段，發生以下一些趣事。

某天，阿森打長途電話予家熹，問他的近況，也探聽太太阿珍的心情。家熹雖然只有四歲，卻很喜歡看書，與父親溫馨地聊家常時，忽然問阿森一個字怎麼唸。阿森順口反問：「怎麼要問爸爸呢，你媽咪、你公公沒教你嗎？」阿森問者無心，可是分機「竊聽」的公公聽者有意，即時也順口插入：「我怎麼沒有教他呀，你別含血噴人。」阿森完全沒料到與兒子的對話會有另一把聲音監聽，錯愕後即時反駁：「要不是你當天報警，我也不用搞成這模樣啦，岳父。」翁婿間刀來槍往，衝撞起來。

幸而阿森已接受了十節小組課程，學懂留意自己的情緒變化，於是知道自己的狀況後便速速掛線，「岳父，今天氣氛不好，改天再來電了。」

阿森事後向社工發洩，狠狠地數落岳父種種不是。社工不回應，就聽他罵、聽他怨。半小時左右，罵得阿森自己也沒氣了，像隻鬥敗了的公雞，「哎，早知今日，又何必當初呢，——可是，即使當天沒有出手，以我當時的態度，明天、後天、某一天，還是會出事的，關鍵是我們的

故事二：
「你要他，不要我？」

相處出了問題，一開始時沒有好好溝通。是嗎？」阿森試探社工的反應。社工不作正面回答，「你認為呢？」

社工其實暗自高興。單憑阿森發嘮叨的全過程——起先誘過於人（岳父），最後歸罪於己——已叫社工測知阿森的學習已有進展。

另一樁叫社工意外的「趣事」，發生在某次的輔導小組課程，期間有學員對自己的太太大加踐踏，批評她如何不體貼丈夫，如何整天沒完沒了的喃喃埋怨，「一邊燒飯也一邊嘮叨，叫我連電視也不能好好的看一陣。辛辛苦苦的捱到下班了，也難得清靜……。」

阿森忽然打斷對方的投訴，「請問，你太太也要上班嗎？」

「當然要啦，手停口停，嫁我，她早就知道不是享清福的。嘿。」

「唉，唉，你看你那口吻?! 為甚麼大家也要工作，而她下班後卻事必要屈在燠熱的廚房裏做飯給你吃。好啦，你辛苦，她不辛苦嗎？她嘮叨些甚麼，你有關心過嗎？」

阿森老氣橫秋地教訓那學員，「夫妻間要溝通，你明白嗎？想當日，要不是我……」

社工看得會心微笑。就這樣，阿森成了小組課程的學長級人馬，以過來人身份做起「社工助理」。

啟示：

起點再低，只要肯邁出第一步，

一切就有希望

跟進阿森這個案，社工是開心的。

對社工來說，最難搞的其中一種個案，是對方一開始便「非常合作」。也就是受助人一開始即打算隱藏、迴避。本章焦點一的啟示也曾提到，阿森最初便非常合作。幸而，當阿森對環境不再陌生，對社工建立信任之後，阿森便撇開心靈地吸收，並懂得自我總結。

焦點三描寫的兩個片段，是阿森內在轉變的明

證。

然而，社工知道，即使阿森有所覺悟及轉變，也不表示他有能力挽回阿珍對他的信任；問題只解決了一半，以後就要看另一半的反應，一切仍有待下回分解。只是，假如沒有法院的判令，阿森永遠也不會踏出第一步——找輔導小組課程去上課。而邁開了第一步之後，阿森就有機會為自己的生命注入新元素。日後，別說阿珍了，他肯定會是個比較懂得與兒子「溝通」的父親。起碼，他已知道溝通在家庭關係中的重要性。

* 「乸」字，是廣東話，指與「子女」相對的「母親」。

故事三：

男人哭了



**以前的我不知道這樣會傷害到她，
參加了小組後令我明白了。**

大故事

在一個微冷的冬夜，負責熱線電話的同事接到一位男士打入求助。這次電話之所以令大家印象深刻，是因為電話長達三個多小時。每次同事以為可以掛線了，——就有「你聽我講」、「我還未說完，你聽我講」之類語帶哽咽、急躁的阻撓。他，叫王展強，掛線後，同事頗肯定他甚至明早就會再來電，他聽來急於找人認同，而且缺乏傾訴對象。

這男士終於約了面見，由社工跟進。第一次見面對方便遲到，大遲到得以為他改變主意不來了。來到之後，仍然是急切的、幾乎要哭出來了的——「你聽我講」……

那就聽他說好了。

在王展強角度下的故事：他不過動粗打過妻子一次，他鄭重強調「一次罷了！」妻便報警。接下去，是妻兒搬

走，他被刑事起訴，當下在候審之中。在他的角度，妻是壞人，貪圖財帛，忘恩負義。他做地盤工，每月工資幾乎悉數予妻子作家用。某次工傷重得要休息幾個月，幾萬元的工傷賠償，也整筆給予太太。好啦，到現在他失業了，妻子外出工作，經濟支柱主客易位，她就來作威作福，時常跟他頂撞。展強說，「夫妻吵架平常事」，難免初則口角，繼而你推我撞。那次，是妻子先動手，他又再鄭重強調，「我不過是還手罷了」。他覺得，「男人出手未免會重一點，無情力嘛。這樣就可以告我、拉我了嗎？」就是這麼一次，「一次罷了，用不用這麼大反應」，搞得無端端家庭破碎，子女也被搶走。

他的分析是，「說來說去，都是錢作怪。這幾年地盤沒工開，由她攞家用，她有錢就想飛了。」展強的太太是內地人，結婚十六年，最近四年才成功申請來港，「來了香港，會賺錢了，就想飛。」

社工跟進王展強的個案整整一年，找出另一角度下的故事碎片。

律師方面——王展強被刑事起訴，政府安排了免費律師為他整理個案資料。

「你到現在還否認打人?!」某次，律師按捺不住了，沒好氣地說。

「不是否認，是一次罷了。」

「你還敢說一次?!」律師無奈地攤開文件，指指上面羅列的「事實」，「你叫我怎樣做下去。」

王展強很怕律師，他怕「官」。扯上兩三句，就不敢再瞎說，他把頭垂得很低很低。

律師手上的資料如下：過去三年，妻子報警指稱被丈夫毆打的次數共九次。而未驚動警方的次數不得而知。其妻還向控方律師指出，王展強在家中有極嚴重的語言暴力。……

兒女方面——王展強兩名分別就讀同一小學三、四年班的子女，現階段跟媽媽生活。展強掛念子女，有好幾次在小學校門外等他們放學。誰知子女遠遠望見他，登時調頭就往校內走。據老師所述，小孩都給嚇哭了，怕被他強

行拖走，也怕他打人、罵人。結果，由於事件仍在刑事候審階段，未到談離婚、撫養權、探訪權等問題。懸空靜候時期，沒有任何外在程序阻止他面晤子女；反過來，也沒有程序敕令任何人需預留時間他探望子女。這階段訴諸人情，關鍵在子女想不想、敢不敢見他。答案是，子女不想，也不肯見他。

社工方面——社工第一次陪王展強上庭時遇上了展強太太。這是確認指控的第一次應訊，之後，展強太太不需要一定出現。

社工知道，上庭一事不容小覷，而阻止丈夫再騷擾太太是社工的首要任務。他們雖然跟進的是男士一方的個案，背後目的之一，無非是希望令女士一方免受侵害，只是工作在男士一邊進行而已。社工怕展強會騷擾太太，也怕他的行為被法官扣印象分，於上庭前及當日對他再三警誡，讓他知道不可以對妻子有任何「行動」，明的暗的也不可以，眼神敵視也當作威脅恐嚇。誰知原來展強怕法庭，他真的不敢造次，比任何社工處理過的男士更聽話。

社工走過去跟展強妻打招呼，遞上卡片，誰知——「你還算是人麼？你立甚麼心腸的?! 這種衰人也幫，他不是人，當老婆子女不是人，……未見過這樣衰到底的男人……」一輪狠疾厲色的搶白，社工當然不會放在心上，卻側面反映女方背後深深的受苦淒涼。展強太太的憤恨，肯定不是來自「一次而已」的毆打。

大故事，所謂比較接近真實的故事，就靠各種側面碎片折射。

社工在事件膠着期間，嘗試教他認清、面對自己的狀況。

這事說易行難。社工為他安排單對單的輔導，既聽他申訴，也嘗試教他從另一角度去面對自己真正「犯」過的錯處。可惜，進展不大。王展強的「你聽我說」之後，仍然是「我不過是打了她一次而已」。

社工在輔導期間嘗試了不同的輔導方法，可惜成效並不明顯；直至有一次，社工沒好氣地拉來一塊大黑板，把他三年多以來「犯」過的事項逐一詳列在黑板上。那個夜

晚，花了好一段時間，最終，兩人面對一塊給粉筆字填得滿滿的黑板——「噢，又真的不少啊，呵？」王展強赫然愣住了，傻乎乎地對社工說。那場面，社工到現在還記得。那是惟一的一晚，展強沒有再用「你聽我說」來纏他；也是第一次，他終於在黑板白字面前緘默無言，那是一個燠熱夏夜。

社工由冬天跟進至夏天，整整用了半年時間，才叫王展強看清楚那可以填滿一整塊黑板的「事項」。

細心想

焦點片段一

社工初見王展強那天，就是他遲到得令人以為他已改變主意的第一次。甫見面，王展強即拉住社工到附近公園滔滔不絕地傾訴——哭訴。身材健碩的展強，首次見面即大灑男兒淚，哭訴妻子忘恩負義，訴說自己如何委屈。談話中，社工看出王展強對落案被刑事起訴一事心存莫大恐懼。

「我會不會被拉去坐牢的？不過是夫妻間動手動腳罷了，要告上法庭的嗎？」他完全不知道司法程序為何。茫然不知所措的空洞，加深了他的不安恐懼。程序不過是一些實務，三兩下功夫就可以說清，那天社工讓他知道第一步會如何，第二步又如何，而且答應每次會陪他見律師及上庭應訊。

到正式第一次出庭應訊那天，社工按過往經驗，怕男方激動，令已暫時分開的太太受騷擾，如言語上的傷害，於事前特別提醒健壯魯莽的王展強，千萬不可在法庭範圍內對妻子粗言相向，要尊重已提出分居的太太。平日在社工面前對太太多多投訴的王展強，當天表現出乎社工意料地聽話。甫踏入法院範圍，不過在大堂等候升降機而已，展強已開始發抖。到達3號法庭，他不但沒有當眾罵太太，根本迴避與妻子有眼神接觸。看得出，他庭裏庭外判若兩人——他非常非常害怕司法重地。

到第二、第三次上庭被盤問時，他更怕得語塞，說起話來結結巴巴，舌頭像打了結似的。

啟示：

小孩怕大人，學生怕老師，大人怕誰？

——司法制度的心理威力

對天不怕、地不怕，在家中慣了大男人的王展強來說，十多年來，這個世界除了地盤就是家庭，都是他憑力氣可以操縱的世界。他從未失手，天下也就沒有甚麼好怕的。

平白無事，他不會作姦犯科惹官非，這個社會惟一可以抓人、把人關起來的司法系統，根本不會在他的視線範圍內出現。在他的世界裏——地盤與家庭——面對自己的生命、個人事務，他就是土皇帝。更何況跟太太吵架驚動警方的那幾次，警方在沒有人被重傷的情況下，對王展強只作口頭警告便離去。他更確定——夫妻吵架，平常事矣，與官非無涉。於是，他一直滿有自信地用自己的定義來界定生活、以及與

妻子相處時的對與錯。當然，他幾乎永遠都是對的。

直至暴力虐妻的習慣天天坐大，終於在「那一次」極重手的傷害中伏法。那是「惟一的一次」，他承認曾傷害妻子。而「事實」比他「承認」的嚴重：他與妻子在房中發生口角，妻駁嘴，他憤而到廚房拿起菜刀，回房中示太太以刀光。他打太太，嫌房間窄，一手拿刀，一手扯住妻子的頭髮要把她拉出起居室。太太怕自己有生命危險，拿起小型電風扇砸他……，最後驚動鄰居報警。

即是說，「那唯一的一次打太太」的狀況，真實詳情比他肯承認的嚴重百倍。

被警察實實在在地帶走、帶到警署去——而不是如往常口頭警告了事——王展強才開始驚覺事態嚴重。入過警察局錄取口供，「坐牢」，就紫紫實實地打入他的視野。他終於懂得害怕了。他開始知道，自己已陷入不由他控制的領域。

在落案之後，妻兒在警方陪同「保護」下回家收

拾細軟，正式離開一手建立的家庭。而他，得面對他從未想像過的審訊。

就在等待審訊的日子裏，他終於徬徨了，無助中打電話向外求救。

對土皇帝慣了的王展強來說，動用到警察、到警署落案、上法庭等一連串行動性的司法程序，才實實在在地把他從自己塑型、定義的世界裏拉出來，叫他在陌生的處境下重新審視生活，並在有所懼的心理狀況下重新面對自己。

小孩怕大人，學生怕老師、校長，成年人又怕甚麼呢——原來怕警察，怕坐牢。司法系統的權威性，遠遠不止於實質（譬如能否成功起訴等），還在於心理，讓野蠻的一方（無論男女）如被撲面澆了盤冷水般忽然驚醒。這一驚，迫使他開始去想一：「究竟發生了甚麼事嘍。」

法律，除了很「外在」地可以抓人去坐牢，還可以製造一種無形的心理壓力，迫使很「私人」的婚姻

關係中的橫蠻者，嘗試謙卑地面對一切。沒有謙卑之心，把自己從錯築的神壇拉下來，下一步無從邁出。

焦點片段二

王展強的「頓悟」，表面看來，突然發生於一個燠熱的夏夜，在一塊大黑板的面前。

那晚他們約好了八時多見面。談話過程中，社工發現他「記性不大好」，昨天才跟他談過，令他明白那是不對的東西，再提及時，他又「忘得一乾二淨」，他總是用他的方法來詮釋事件。都半年了，王展強仍在「面對」與「不肯面對」之間徘徊。當時，社工留意到身邊有一塊黑板，憶起三個月前教他找工作時用過，而且成效顯著。靈機一觸，他決定照版再辦，實行黑板白字地與他溝通。

先說三個月前找工作的一次輔導。社工想王展強從頹唐中奮起，促他好好地找份工作。上上班，人就不會無所事事，胡思亂想。

「我十幾年也做地盤，現在地產市道低迷，哪裏找到地

盤去開工呢？」

一提起工作，王展強只會聯想到地盤。

社工於是「你懂些甚麼開始」，逐項問他：「你懂不懂？」。

當晚他們由換水喉、換電線插頭、更換抽水馬桶的抽水器等逐項檢視，他答「懂的」，就寫在黑板上。結果，十多項技能分類排列，社工找出了三四種可能性，讓王展強知道，沒有地盤工，他可以與電器行掛鈎，接家庭裝修或替人更換發霉水管的散件，甚至可以做看更，他健碩。那一次之後，社工才意識到，王展強沒有系統性的思維能力，不懂得有條理地、全面地去整理混亂處境。

至於令王展強忽然頓悟的那個夏晚，社工面對大黑板，「讓我們由三年前開始」。社工把以前談過的，再問他一遍；確認了，就在黑板上寫下來。一項一項地寫，一條一條地「認罪」，兩個鐘頭下來，粉筆字已寫滿整個大黑板。

他們確認了些甚麼呢？太太未來香港之前，他在香港有過「女朋友」，此事雖說已跟太太坦白，而太太也「原

故事三：
男人哭了

諒了」——展強的說法——也算是過錯之一。他承認，失業後閒在家裏也從未負擔家務，一切仍然由早出晚歸、在快餐店做侍應的太太操持。他承認悶在家裏就喝酒，喝多了，就打老婆罵子女。他也終於承認，令太太離他而去的那一次「打」人，是出動了菜刀……。一件一件的承認，一件一件的挖深，一件一件的擺在面前；那一夜，一切加起來的總量，真的令他愣住了。

在那一瞬間，王展強第一次面對三年來犯過的錯誤。是無可遁逃地，每一條同時呈現。那些粉筆字聯合起來，成了一幅非常有份量的、「他做錯過甚麼」的總量圖，嚴正地鋪開的一幅「惡行」總圖，提醒他對所做的事該負甚麼責任。

啟示：

點點滴滴重新定義，水到渠成全面觀照

——一塊黑板的作用

你也許會好奇，假如社工早兩三個月用黑板與展強總結他的所作所為，他的頓悟時間有可能提前兩三個月嗎？很難說，不得而知。也許，我們不能忽視「頓悟」的前奏——法院震懾下的謙卑，以及社工耐心的長期跟進。而道理明白了還得消化，到一定時刻才會水到渠成。

輔導初期，王展強去過警察局、上過法庭，知道自己並非可以完全「為所欲為」。有了冷水撲面似的澆醒，社工的跟進努力才有所承托——對方在心態上不敢不配合，不得不面對另一種定義下的世界。

王展強在過程中不斷「諉過」，跟社工承認過的東西轉頭又改口，類似的行為，很難以王展強「說謊」、不肯合作來形容。沒有那麼簡單。假如真的只是出於說謊，倒有針對說謊的具體方法。

很明顯，王展強有他作為男性的自我塑型。在自我塑型之下，男人可以做些甚麼，他有一套「定義」，譬如男人就是家裏的土皇帝，男人可以逢場作

戲，男人對太太可以稍為粗魯一點——那不算打。在他的定義下，真正的「打」，確實只得那一次。因為那次出了刀，委實誇張了一點。

到後來，在社工的輔導下，他開始改寫他的定義，知道從前那些「粗魯」也叫「打」，於是他曾經心生悔疚。但是悔疚過後，他就會對自己說：「我都知錯啦，你們還想怎樣」，於是反過來怪責對方「得勢不饒人」，沒量度的是對方，他又把自己已承認為「錯」的東西減為「不怎樣錯」。如是者一來一往，本來已清楚的又變為模糊；而更重要的，是王展強對自己的過去及未來，沒有總體式的、全圖式的宏觀思維。黑板方法，令一切無從含糊，而且全面具體，對王展強一類人尤其有用。

這不一定與學歷有關。小學畢業、憑自己的腦筋創立家業者大有人在，問題是如王展強的一類人，習慣了以武力解決一切，壓倒對手，恆常的習慣令他喪失了某方面的思想能力。社工的黑板圖解，正好

對症下藥，針對了他的盲點，令他能力不足的抽象思維，得以借助黑板粉筆字的具象呈現來補拙。而恰好，一切在那一夜水到渠成。

深入一點來說，法院與社工所做的，表面上是令他承認錯誤，面對自己；實際上，是改變了王展強舊有的思維模式。沒有改變思維在先，橫蠻自我的大男人塑型也無從打破，即使面對同一塊黑板，也不會有那一個晚上的了悟。一切在於方法，也在於過程與時機的配合。

焦點片段三

王展強令社工留下印象的，是這個男人會哭。

每次苦口苦面，贅絮冗長地說着說着，有幾次他真的哭了出來，流下幾滴男兒淚。

另有一次，王展強找到一份工作，社工見他心情不錯，就跟他抬槓，「人逢工作精神爽，看上去氣息不錯呀。」

誰知，王展強即時苦起口面說：「老婆走了，子女不認我，有甚麼好開心的哩。」他唉了一聲之後又說，「此刻我的心如哭泣的森林，有苦自己知。」

啟示：

想像與現實之間的落差

——男人敗陣中的迷茫之淚

社工被王展強經常掛在口邊的金句「哭泣的森林」搞得哭笑不得。

「哭泣的森林」是電視節目名稱，講述大自然及動物生態如何受人類破壞及威脅，是個宣傳環保意識，談動物生態的資訊節目。社工知道，王展強看上了「哭泣」這個字；而「森林」令人聯想起陰暗沉鬱、密密麻麻、深而無底等感覺，也許正合他的某種情緒狀況。字義與情緒如何配合生發，真的只有他自己才明白。

總而言之，他哭，而且不諱言「哭」這種狀況。識字不多，又想挖深時，他便忽然文藝腔地借來一句「哭泣的森林」。

很難說這完全是他妻離子散下的哀痛之淚；也許，是堂堂一個大男人落得如此下場的自我憐惜；種種原因也有可能混糅其中。

大概，一個已決定找社工幫忙的人不會有太多要把戲式的隱瞞與掩飾；他透露的，是真心感受。偶爾耍性子不肯面對，大多出在一時間的不肯、沒能力接受現實。面對已七零八落的現實，他何能不哭。

在舊的塑型勢將敲碎，新的塑型未建立的過程中，也許，不知如何是好的迷茫才是他的最痛。他的哭與淚，會不會是驚覺心目中的世界、自己錯築的神台，與真實狀況原來有鴻溝般的距離。那淚，也許是驚起卻回頭下的迷茫之淚。

忽然乍醒，健碩的男人也有迷茫落淚的一刻。

故事四：

妒火中燒好年華



不知從何時開始，暴力就和我扯上關係，理智上我知道暴力是不對的行為，我要逃離它的制肘，重建和諧關係。

大故事

假如喜歡古天樂、鄭伊健這類男偶像藝人的外型，你一定喜歡阿杜。阿杜二十二歲生日剛過，面貌俊朗，外型英偉，表面狀態正處於大家也渴慕的美好年華。要是他會唱歌、可以演戲，絕對具備入娛樂圈的基本條件——外型討好。

年輕、俊朗的阿杜跑到小組上來，混在一群中年、總之是比他年長的男士當中，難免惹起社工的興趣與好奇。

阿杜參加的是輔導小組課程，一組六人。每次各人都會順着討論議題挖掘個人內心深處的困惑、釋放暗藏的性情扭曲；社工導師在討論中會相機而行，順勢對各人予以輔導，傳授一些合情合理的人生價值觀，以及是非判斷的準繩。以家庭暴力為例，社工導師除趁機回應各人的具體處境，更會教授一些控制情緒的方法，讓他們學習疏導激

動暴躁的情緒，理性面對夫妻、兩性相處上的疑難。

多次交流，阿杜在班上點點滴滴地訴說了他的故事……

阿杜中五畢業後做過一兩份工作，也學人買賣股票、期貨等證券投資。他是典型的港式「醒目叻仔」，投資很快便上手，每月也有斬獲。家庭狀況雖非大富，卻衣食不愁，父母健在。兄長兩個，關係平平常常，不親不疏。在身無掛慮下，阿杜活得瀟灑自在，直至認識了女友依玲，生活才變得苦痛起來。

與依玲交往三年後，阿杜這樣形容期間的情緒狀況——開始受「認真、執着於愛情」的困擾，最磨人心神的，是經常妒火中燒。

阿杜認識依玲之前交往過三兩位女朋友，與依玲固定下來後，開始對她有不同於過往的緊張執着。依玲今年唸中五，阿杜一有空便接她放學。未暇接放學，阿杜就期待女朋友一下課便給他電話。阿杜倒也非常坦白，在小組上曾說過，要女友刻刻保持電話聯絡，與其說是擔心她的安

危，不如說是怕她有事隱瞞。「她挺漂亮的，怎知道有沒有人追她，而且她唸的是男女校。」同組的男士都大笑他「老土」，而且想不到「年輕貌美」的阿杜也會這樣沒自信。

「我『年老色衰』，還以為妒忌心是我的專利哩。」中年發福，而且有點禿頭的肥楊笑阿杜自討苦吃。

而令班上男士大開眼界的，是某次談到兩性角色時阿杜的發言。

年紀輕輕的阿杜，男女觀念比班上任何男組員都「老氣」。阿杜心目中的太太，結婚後必須留守家中相夫教子，管家務兼管兩餐。

「她第一胎一定要生仔……」，阿杜此語一出，頓時全班起哄，男士都拱手大叫「佩服、佩服，真的要叫你一聲『英雄』」，肥楊更不敢相信自己的耳朵，「你是說真的？老哥。」阿杜要太太一切以家庭、以丈夫為重。阿杜不以眾人反應戲謔，繼續說得眉飛色舞，彷彿依玲就在眼前受教。阿杜說時不太像個男朋友或丈夫，倒有幾分像粵語長片中的惡家婆黃曼梨與譚蘭卿，對眾人來說，相當「搞

笑」。更甚者，是阿杜原來打女友，初則口角，繼而必然動武原來是家常便飯。

「嘩，真看不出來你這樣大男人。」中年組友李高明忍不住開口說，「小兄弟，比我們還差勁，你怎交女朋友呀。」

那天的大組辯論出奇地進行得異常激烈，社工萬萬想不到，因為阿杜的存在——一個好眉好貌的年輕人，卻發表比任何中年人也要保守的言論——令在場各式「問題中年」頓成開明派，紛紛聲討、批評阿杜的保守、大男人。當然，座中男士大多自身難保，知易行難，言行不一致，否則也不用接受輔導；只是，當他們把問題當作一道題目來討論時，既因為抽離自身實況，又因為始終已接受了好一段時間的輔導，他們大多能夠「抽象」地「知道」，活在當下社會，兩性角色需要平等交往、互相尊重、雙向溝通。

阿杜與依玲的結局不幸被李高明言中，以分手告終。十六節輔導小組課程中，阿杜前十多節都準時上課，女友被他的努力感動，對他的粗暴、嫉妒稍予原諒。阿杜也記

取了社工教他的「抽離法」，透過遊戲訓練，學習抽離最暴烈的處境，例如細審由「罵」到「出手打人」其實不如想像中的一觸即發，可以分為若干進程，阿杜要學習在戾氣升級至出手打人之前，就壓住火氣。社工教授的方法很多，包括非常簡單的來一下深呼吸，也可以是暫時調頭走開；總之，由發火到出手之間，會有及時戛止的位置。

有小組課程的帶導下，阿杜與女友的情況是好轉過的。可惜，善經營的阿杜後來開舖創業，忙碌中再沒有來大組上課。沒有了社工從旁牽扯，阿杜的妒火又如脫韁野馬，任意奔騰。

社工有一次按他留下的店舖地址找他，一問之下，才知道阿杜在沒有上課的日子裏不時故態復萌，最終令依玲正式向他提出分手。分手初期，阿杜非常傷心，甚至服食安眠藥自殺，幸而及時被發覺，送院洗胃後保住了性命，卻怎也保不了一段感情。

畢竟，阿杜才二十二歲，屬於他的故事才剛剛開始。他的愛與妒忌能否分袂，以後的愛情故事能否愛憐加重，

妒火淡出，一切端賴他的個人努力。阿杜的故事發展如何，有待下回分解。

細心想

焦點片段一

輔導小組課程中，大家眼看外型仿如古天樂加鄭伊健的阿杜述說「打女友」的狀況，大都登時愣一愣。俊美與暴戾，一時間配對不起來。

大故事中輕輕一句帶過的「初則口角，繼而動武」，實際發生時並不如班上其他學員感到的「搞笑」。赤裸裸的事實發生起來不無幾分可怖，嚇壞依玲。

細節一：語言暴力。

阿杜請女友吃飯，「民主」地徵詢女友意見，可是依玲說甚麼他也嘲笑一通，「請你吃也不懂得給個好提議，沒 taste、無腦。」依玲光火，說不吃了，他才懂得賠罪，拉着女友去吃「很貴」的日本菜。到點菜時，阿杜又左罵

右罵，說依玲不懂點菜。好好的一頓飯吃得大家黑口黑面，很不開心。

細節二：繼而動武。

不開心地結賬後，阿杜惱恨女友「請你吃飯也黑口黑面」，到依玲忍無可忍反擊了，說：「都不明白你因何總愛罵罵咧咧的，人家珍妮花的男友便不像你火爆……」不提別的男人還好，一提起其他人，而且是男人，阿杜即時妒火攻心，無名火起。依玲也憤怒得正想調頭就走之際，阿杜一手把她扯入無人後巷，把依玲按在牆上。這突如其來的反應阿杜從未做過，把依玲嚇得雙腳發麻，她從未如此心寒。阿杜咬牙切齒地說，「以後不可以這樣對我說話，不可以用這種態度對我。」然後是狠狠的一巴掌，叱喝道，「我要你 say sorry」。

在大組氣氛的引導下，而且大家都是男人，阿杜不自覺地披露了上述這段往事。

那在阿杜的「印象中」，這是他自己也承認的、一次打女友的記錄。而第二次也是口角後把女友扯入後巷掌摑，掌

攔後更不許她眼紅紅地回家。阿杜把依玲「羈押」在後巷，直至表面狀況看不出任何被打過的異樣才讓女友回家。

社工愈聽愈覺得不對勁，這再輕也是刑事罪行——禁錮。

在阿杜承認的記錄中，他就「只」打過女友那麼的兩次。

啟示：

比誰都「老」的「年輕人」

——原來一切不在於年齡，在乎觀念

一般人誤以為保守、大男人，只出現於某類型男士身上，如年長或幹粗活者，甚至貌寢者。原因是一般人以為中年或老年男子「年老色衰」，年輕妻子易招風雨，丈夫也因而易生怨妒，婚姻及家庭從而出現問題。誰知原來一切並不盡然。當然，反過來說，也不一定是年輕的、好樣的就必然靠不住。只能說，生活無定則，真實生活需要凡事當下判斷，想生活上

少生疙瘩，就要多聽多想。

在社工的經驗中，阿杜這類故事在真實生活中並不罕見。只是，年輕人的暴力言行，多發生在結婚之前，雙方未有婚姻及家庭束縛，「不合」即分手，問題便隱沒在「拍拖失敗」這表面故事之下，不易被人察覺。

從阿杜的故事可知，原來嫉妒與暴戾之形成，不一定在於你是中年、老年人，成因在於你懂不懂得尊重兩性關係、你對異性抱持甚麼觀念與態度。

焦點片段二

阿杜成長於「正常家庭」，社工查知阿杜父母及兄長的婚姻關係中，並無出現暴力狀況。於是大家難免好奇，阿杜打女友的癖好究竟從何而來？

答案竟然是——港產片、港產電視劇。

社工對這答案很感興趣，於是有意從中深究。社工細問阿杜他口中「那些電影」的內容，而阿杜的答案竟然是：

「哪還記得這麼多哩，看完便忘記，看港產片時你不會太在意地記住些甚麼，純粹是想娛樂一下罷了。」

社工還是不明白，「既然連內容都記不起來，那麼不在意、不重要，『那些電影、電視劇』又何能影響你去打人呢？」社工想的是意識層面對人的影響。

「哪裏需要記得內容啊，甚至戲名我也沒記住，只是，你會看見、記得一些畫面，畫面會『入腦』，於是你就會自自然然想自己也真的去試一次。」

社工恍然大悟，知道原來港產、港播（在香港播映）的搞笑片、黑社會片，都充斥着侮辱女性、打罵女性的鏡頭和場面；連彷彿是合家歡式的電視肥皂劇《皆大歡喜》、愛情劇《流星花園》之類的軟性劇集，其實也不乏男女動粗的片段。《皆大歡喜》那些「搞笑」化，抽去痛感的喜劇式暴力動粗，更叫人忽略打人的真實痛楚。而古惑仔系列某明星打女人時的動作設計，阿杜更用「有型」來形容。

凡此種種，不一定要連住內容才發生影響的影像，就

深深地殖入阿杜的心靈深處，令阿杜不時對動粗於女人身上一事躍躍欲試。

阿杜說，「光是那些誇張得來又很真實的場面，已叫人印象深刻——好酷、很型，很誘惑。」

的確，這是個影像先行的年代。

啟示：

不可低估流行文化對心靈的濡染

只要稍稍關心社會狀況的人，都會為近十年傳媒的反智、低俗化、暴戾化而憂心忡忡。

前兩項暫且按下不表，單就暴戾化而言，阿杜在大故事中談及的，是與影像、畫面有關的暴力濡染。其實，還有非影像化的語言暴力渲染。近十年由於某類「烽煙」節目的影響，搶先說話、打斷別人的話語、有自己說沒人說等等，已靡然成風，淫染了社會風氣及大眾的心靈。這種風氣近年大多用來罵政

府，表面上與阿杜一類打女朋友的故事無關。事實上，影像上的暴力，與語言論述上的暴戾(慣於諉過於人)，合成了香港社會的整體「精神」。不知你有沒有留意，香港人近十年粗魯了，行為舉止魯莽粗卑，而且不限於幹粗活的藍領，衣冠楚楚的白領，以至哪怕是大學生，不少人不開口還可以，一開口即粗鄙不堪，而且說話者本人不以為恥，若無其事。

大故事中阿杜回答社工的提問最有啟發，讀時不宜忽略。流行文化對人的影響，原來不用去到意識層面那麼深入(阿杜看電影甚至記不住內容)，即可發揮驚人「作用」。很表面的觀感刺激，以及很氣氛式的濡染，原來已足夠左右一個人的行為。於是，阿杜潛藏起來的某些弱點，在流行文化感染催化下，與愛情妒火一觸即合，塑造出一個家庭背景沒有暴力傾向，卻輕易出手打女友的年輕人。

面對龐大，水銀瀉地般的流行文化，涓滴細流的教育、輔導的確要有明知不可為而為之的毅力，才

可以繼續下去。一切，是小毛對大毛之戰。是救一個，卻倒下十個那種虛耗戰。

對社工來說，革命永遠尚未成功，同仁永得上進努力，不斷地對社會予以提醒。

焦點片段三

大故事中提到，最初阿杜因參加了小組課程而與女友的關係好轉。可惜，一離開小組課程，阿杜即故態復萌，最終也留不住一段情。分手之際，阿杜更傷心得服食安眠藥自殺。

啟示：

輕生之念何來？——因愛而恨，

抑或自我性格上的整體問題

阿杜一向視女朋友為「低他一等」、沒有taste、沒有頭腦的一種人。他曾經批評過女友貪錢，再打她

喝她，只要送她一條手鍊，一件貴價衣物，她便甚麼也可以原諒。事實是否如此，要問過女友一方才知道，只是，從阿杜的描述中，我們知道阿杜並不尊重女友。

不知道讀者有沒有發覺，賤視女友的阿杜，竟會因女友提出分手而自殺？中間未免有點說不過去。感覺就像一幅大拼圖，缺了好幾片，湊不成一個合理的整體圖像。

社工曾為此而探問過阿杜。阿杜說，「失戀，令他覺得自己好失敗。」失敗的感覺籠罩了所有感覺，令他絕望得服食安眠藥自殺。

社工留意到，在阿杜的思想深處，失戀、失去依玲，無疑是一大憾事，他是真的傷心。更何況，這一次他是認真的，真正喜歡依玲；也恰恰因為他要認真了，他才會輕易嫉妒，妒火中燒，才會出手打依玲……。這是阿杜故事其中一部份的情感邏輯。在失戀的情緒中，社工感到，阿杜還傷感於自己很失

敗——被一個他瞧不起的女人甩掉。阿杜不斷向社工重複一句話——「覺得自己好失敗」。

以阿杜為例，二十二歲已會投資，而且開舖創業，是典型的港式「叻仔」，理應自信心爆滿才對。可是，由女友與他分手即自殺、即覺得自己很失敗這「邏輯」可見，他的「自信心」其實並不紮實牢固。失去依玲，他覺得自己連一個「比自己低一級」的女友也留不住，的確叫他充滿挫敗感。講到底，阿杜類的年輕人，活在消費文化的聲色物慾中，自信心看來頗來自外在的肯定——包括成功投資攞錢、成功創業，以及成功攞住一個臣服於他的女性；阿杜的真正內心，並不如表面般充滿自信。

這正正是裏外不一致、役於物的現代人寫照。現代人要靠擁有一些東西來建立自信。阿杜其實不自覺地把女友「物化」，女友成了用來「擁有」、「自我證明」的一部份，用以建立自信。失戀，於是等同失去擁有物，就是「自己很失敗」。

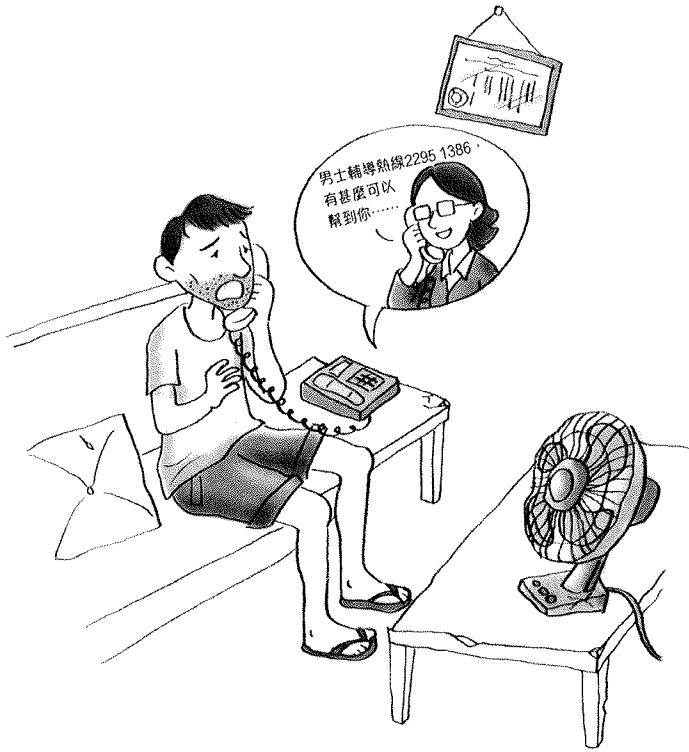
繞這個思想分析上轉圈，旨在說明，年輕人會把「戀愛」孤立開來看待，其實，戀愛是整體情感的一部份。思想、情緒不成熟的人，很難擁有一段美好的愛情。而「愛情出問題」，有時不一定真的來自愛情本身，你要檢視的，可能是你自己的整體人格、性格，而不是孤立起來的「小情小愛」。

總括而言，妒忌，看似來自「盲目的戀愛」，背後卻可能植根於個人自信心的不足或個人性格上的某些缺憾。於是，如阿杜般的年青人，要檢視的，與其說是愛情，不如說是個人的整體人格。戀愛，只是整體問題的其中一小角。

妒忌，也不是戀愛中必然出現的情緒。

故事五：

陳先生的抑鬱



出拳後悔前路茫，回頭求助新希望。

大故事

陳先生的家有一個「特色」，就是物件無分輕重大小，都難得完整。

物件砰啪的亂摔，紙片窸窣的撕碎，是陳家的家常便飯。電風扇外罩復修後不完整的弧線，結婚證書橫斜着勉強黏回來的惡痕，在在說明這個家於某方面已出問題，一切都難得完整。

失形落魄的陳家之所以還未「破碎」，是陳先生的太太仍珍惜挽救，力促一家人合力克服種種困難，尤其是共同面對陳先生的抑鬱症，以及由抑鬱而來的暴烈舉措。

陳先生現年五十二歲，一九七五年結婚後的生活一直過得稱心如意。陳先生是地盤判頭，地產市道暢旺那陣子，家庭經濟條件甚至頗見寬裕。直至九十年代中後期，地產市道走下坡，陳先生的手頭工作開始日漸萎縮。而更

糟糕的，是在外判制度下，大地產商層層外判，只要二、三判立心不良，存心欺騙，四、五判判頭經常會錢「材」兩失，而且追討無門。陳先生處於分判制度的最下層，是個處於第五六層分判的小判頭，近七八年經常被上層判頭拖欠合約工款。久而久之，小判頭有工開比沒工開風險更大；因為最終如沒機會收齊尾數，工程完成後，他們便落得拖欠材料費、工人工資的下場。近幾年，陳先生的確因為「有工開」而陷入經濟困境，搞得欠下一點小債。

「有工開比無工開更慘，這是甚麼世界?!」陳先生心情抑鬱，把酒消愁，與一眾沒工作的判頭、三行工友就這樣無奈地聊起來。

風平浪靜的那段日子，陳先生閒來沒有甚麼壞嗜好——他在判頭行中算是個好品的男人——平日只小賭一二百塊，略嗜杯中物，捨此一無別事，生活一直過得舒泰安穩。陳先生整個人有往下沉的感覺，是近四五年的事。他對一些「道理」耿耿於懷，很看不開，他始終認為：「自己是正正經經的判頭，正正經經地工作，嘿，卻因為有工

開而債台高築（是四、五萬元的債務），嘿，這是甚麼世界?!」他不知道這種日子還有多長，內心鬱悶迷惘。

對一個只欠點小債的失業者來說，生活的苦悶壓抑，開始時並不來自金錢，而是百無聊賴中的空虛寂寞，以及苦悶中的胡思亂想、鑽牛角尖下的精神困擾。陳先生對世道感到困惑及不理解，深深不忿。他苦悶，抑鬱，而且真的鬱出個病來。沒工作六七年下來，經醫生診斷，陳先生患了輕微抑鬱症，需以藥物輔助，處理他由抑鬱而來的自毀、毀物傾向。

由於一家人都明瞭這個大背景，陳太太及子女對陳先生的暴戾一直予以忍讓。好些明明是他不對的行為，家人都盡量息事寧人，不與陳先生斤斤計較。陳先生的橫蠻「霸道」，不見於對家人嚴重的身體傷害，乃見之於精神。

且看看一些事例。

陳先生的一子一女已十八、九歲，兩人非常懂事生性，不但在家境出問題時沒有反叛學壞，反而更努力讀書，希望將來找到好工作，減輕母親負擔——陳太太成了

家庭的經濟支柱。已屆成年的子女平日用工讀書，假日偶爾做兼職，不做兼職時，難免會與朋友同學散心夜歸。陳先生「自己覺得」應該為家庭出點力，例如好好愛惜子女、管教子女。於是，假如子女說好晚上十時回來，他就等門直到十時，要子女都回來了才去睡。年青人在外玩耍，回家的時間沒拿準也很正常吧；可是，落在一整天也呆在家中無所事事的陳先生手上，卻成了不可原諒的壞行為，他要「管教」子女，負起做父親的責任。

子女夜歸，且沒有在事前說好的時間準時回家多次後，某夜，陳先生竟然換鎖。子女回來後怎樣拍門他也不答理，也不讓陳太太開門。吵鬧發生在晚上十一時多，搞得左鄰右舍都知道，乖子女無端被鄰居視為「壞孩子」，兩姊弟心中生氣之餘更感面目無光，當晚索性在公園留連，沒有回家。陳太太對此非常擔心，知道傷了子女的尊嚴，比打他們更慘；也即時意識到，藥物抗抑鬱只舒緩了陳先生的生理、心理痛苦，卻扶正不了他因長期失業而來的心靈扭曲。找社工幫忙，成了陳太太絕望中的救生圈。

陳先生後來由社工跟進，即陳太太一手促成。

子女之外，陳太太有實際需要令她非找外援不可。那就是，陳先生的小債，已因悶在家中不停賭博而變成大債，欠債由五萬躍升至三十萬；而杯中物，也由淺嚐變為酗酒。太太愈勸他，他愈加沉溺，以「報復」太太對他不理解、不體諒。

「你就好啦，整天在外快活，我悶在家中，就連喝一兩杯酒的權也沒有了？」陳先生性情轉趨抑鬱之後便減少外出。相反，本來困在家中操持家務的陳太太，外出工作後整個人也變得開朗活潑，因為精神有寄託之餘，又可賺取家計，比陳先生失業初期大家坐困愁城來得心境開朗。

「是不是我現在要伸手問你要錢了，你就大得可以管我！」陳先生則相反，心情愈來愈低沉，自我形象愈來愈負面，心情抑鬱並未因藥物治療而稍減。

有一次，陳太太給罵得氣煞，出門上班後下了班也不回家，與同事打麻將發洩憋了一肚子的悶氣。就是那一次，陳先生打999說想自殺。陳先生把太太的手機給999報

案中心，由警察通知陳太太陳先生要尋死。陳太太在警員陪同下即時趕回家，開門一見，陳先生好好的坐在沙發上，沒有真箇自殺，陳太太氣得直瞪眼。陳太太就在那一次、惟一一次說過——「離婚吧」，警察走後她就發火，「連透口氣的機會也不給我。」那一趟，陳太太氣得即晚回娘家，數天不回。陳先生沒有說清，他是真的想自殺才報警的，抑鬱情緒一來，藥力一過，他真的萬念俱灰得想死。最終沒有真死，是他突然想起，明天接了舊工友的修渠工作，死不得。他從前是個守信的判頭，一想到已答應人家去工作，就沒有上吊。陳太太沒有注意，睡房牆壁上的掛鉤，的確繫着一條尼龍繩……。

當然，陳太太最終都沒有提出離婚，只是更積極主動為他找社工，而且要陳先生保證不會「蹺課」——與社工輔導見面。

社工經過半年跟進後，終於令陳先生的情況有所改善。

細心想

焦點片段一

陳先生的確不時想到自殺，抗抑鬱藥最現成的作用，就是減輕情緒過度低沉，間接減低陳先生尋死的意慾。給陳先生配藥的心理醫生提醒他，假如某陣子整個人的情緒無來由地非常抑鬱低迷，甚至想自毀，連吃藥也起不了作用，則陳先生必須向外求救，讓人知道他想死。

陳先生緊記醫生的吩咐。陳先生真的有若干次打到太太上班的公司告訴她：「我想死。」陳太太每次都即時掉下手邊工作，向老闆請假回家照顧他的情緒反應。而與陳太太吵架、陳先生用 999 報案的一次，陳太太懷疑陳先生是藉自殺來唬她，要脅她回家，這叫她非常氣憤。

然而，陳先生事後向社工坦誠地談及此事，他強調，再窩囊也不會以死來威嚇太太。那時，他真的是想起明天有工作，才沒有上吊。陳先生說，那種感覺，像在迷路中

忽然認出個熟人，茫茫然的心忽然有所安頓。陳先生向社工強調，每一次打給太太的求救電話都是真的。他是個守信的判頭——這是他做人的底線。

而社工也發現，與陳先生談話，他在言語對答沒有試探式的口吻——這在其他男個案身上倒不難找到。依社工的判斷，陳先生是個直性子的人。當然，他也會一如其他男士，將問題推在太太身上，埋怨太太明知他有抑鬱也不遷就他，也投訴太太只懂在外面快活，不多留點時間在家中陪他……，他也認為「自己完全沒錯」，錯只錯在失業後屈出個抑鬱症來。

而不斷否認自己有錯，正是一般問題個案經常出現的狀況。

啟示：

否定，不同於否認

家庭生活出現問題，不分男女，一般人都會否

認錯在自己，情況一如上述。而男士虐妻——身體創傷或精神虐待——一般來說，都會誘過於太太。而類似陳先生的個案，也實在並不鮮見；問題不外是中年危機、經濟危機引發家庭暴力。而且，大多是家庭經濟支柱由丈夫轉到太太身上，出於種種大男人自尊自大逆反過來的自卑心態，很多男士都發洩為虐待配偶的補償心態。

上述是了解男士虐妻個案的一般看法。在類似的大框架下，陳先生的故事有一點點的不一樣。那就是，社工深深地感到，陳先生是個老實人，他的否認，看來出於「真心」認同自己的判斷及看法，多於是誘過太太的託詞。

舉例說，陳先生感慨太太在外工作後愈來愈開心，自信心愈來愈強，強得不把他放在心上，工餘也不多留家中陪他……，這都是陳先生發自「真心」的看法；社工發現，陳先生接下去的想法是……「也罷了，誰叫自己沒工開，沒錢給家用，對家庭一無貢

獻，形同廢物，沒用得連人家欠你的合約酬金也無能力追回來……」。他投訴太太之後是自怨自艾，而且是漫無止境地擴散開去的自我否定。自怨自艾得久了，就變為抑鬱。陳先生抑鬱低迷中自我評價沉至谷底，要發洩了，就毀物、自毀。陳先生打太太的記錄並不嚴重，陳太太感受到的「虐待」，是與陳先生坐困愁城下的家庭張力，多於是陳先生對她經常嚴重動粗。

因此，陳先生的否認，帶點對整體生活、世道人心及自我的全盤否定，與抑鬱症有關。他的不斷否認，社工總覺得，不純粹是想諉過於人，以及逃避責任。

盡責的社工，會為表面相似的個案找出個別的、微妙的特殊性。惟其如此，才可以定出合適的輔導計劃。當社工稍為確定陳先生的「否認」，頗大程度是來自抑鬱症的自我「否定」時，就循這方面來開展輔導工作。對症下藥，是輔導工作的成敗關鍵。

焦點片段二

社工並不冒進，跟進陳先生個案兩個月之後，徹底讓他「盡」訴心中情之後，開始為陳先生尋找新話題。

「你猜我昨天是怎樣過的？」陳先生問社工。

「你又悶在家中喝酒吧……」

「你一定又要訓我——多喝酒傷身呀，而且影響抑鬱藥的藥力呀等等等等。哎，無工開又無人理，做人無意思，好不好轉又怎樣呢……」

陳先生的口頭禪是「我知道，甚麼也知道」，「哎，你一定又想說我……」，又或者是「又有甚麼用呢」。口頭禪之後，是一連串確實是即時解決不了的生活困境。

社工接手個案初期，是雙方的熟習期。一切無捷徑，社工知道必須任陳先生說，讓他道盡抑鬱背後藏起來的一切事。其中一類抑鬱症病者極需要訴說，他們需要可信任的聆聽者，然後不斷訴說。社工任由陳先生說盡了、呻吟盡了，才摸得清陳先生的底細。兩個月之後，社工覺得基

本資料已掌握得七七八八，遂轉而不再任陳先生主導談話內容，不給他帶着走，嘗試在談話中開關「新天地」，挖掘各種可能。

舉例說，假如某天社工見陳先生心情不錯，他會說：「你看來氣息很好哩。」

「太太多留家中陪我嘍。」陳先生說。

「光是太太對你好你是不會如此高興的，一定還有其他事。」社工即時追問並帶開話題。

對於舊話題，社工一句起兩句止——他早就從陳太太身上得到一手資料，不必經陳先生轉述，社工與非常合作的陳太太保持聯絡。「一定還有其他事的。」社工一再追問，目的是驅策陳先生多「發現」身邊事，讓他知道生活還存在各種可能，只是他一直沒去注意罷了。

啟示：

謹記，須讓對方盡訴心中情，
然後才好施行各種輔導方法。

上述的方法讀者看後也許會說：「你不說我也知道吧。誰不懂得帶開話題，讓鬱悶的受助者轉移視線。」

表面看來，你說得很對；但——讀者千萬要小心，一切並非如此簡單。

以上述陳先生的個案為例，社工並不能一開始便使用話題帶開法。

「唏，別去想它吧，我們談別的。」

「不談這些不開心的，樂觀點，讓我們談點別事。」

像上述的轉話題方式，並不一定適用於任何人身上，尤其不適用於連他自己也覺得情況不妙的受助人身上。這種談話方式會令對方覺得你不尊重他，又或者是因為你不認真的「扮樂觀」，令對方把原想好好整理、說出來的重要內容吞回肚裏，失去一次檢視問題的機會。

社工是在兩個月後，已比較掌握陳先生的整體狀況下，才開始以轉話題方式拉闊他的生活視野。接觸個案的初期，必須讓對方盡情地「講個夠」，以便自己「聽個夠」，時間與投放的心機節省不得，一切也沒有捷徑。

焦點片段三

一般體力勞動階層都略好杯中物，陳先生一直也有淺嗜啤酒、米酒的習慣。此外，閒來無事也小賭，上落大多一千幾百。

在順風順水的日子裏，小飲小賭固然不成問題。可是，生活過得不順心，小飲小賭就會變為潛藏危機的大飲大賭。以陳先生的故事為例，悶在家中，又沒有工作，他是想過靠賭來贏回小債的。於是，陳先生賭多了，也賭大了。最終不但沒有賺回小債，更令債務似滾雪球般愈來愈大。

陳太太必須外出工作的當天，陳先生的債務已由五萬

故事五：
陳先生的抑鬱

累增至三十萬。幸而陳先生還有親友可借，未至於要向「財務公司」或高利貸伸手。可是金錢問題在陳家已界危險邊緣，因為可借的親友已七七八八。陳先生的三十萬，幸而都是欠親戚朋友的人情債，最壞的發展也不過是斷六親，未至於要受高利貸長期吸血。在向好或向壞的臨界點上，陳太太意識到情況嚴峻，於是毅然找社工幫忙。這幫忙很現成，陳太太最起碼的心願是——陳先生戒賭，之後再戒傷身的酗酒。

啟示：

小賭、小飲，不容小覷

中國人有句俗話，小賭可以怡情，小飲可以養性。

此語其實不常對，而且帶一定風險。賭與飲一旦養成習慣，要戒起來就有一定困難。而賭與飲又最容易在人們生活苦悶時「發揮作用」，彷彿可以藉以

忘憂。誰知一時不慎，賭與飲都過量，就會鑄成大錯。

因此，小賭、小飲，無傷大雅？看情況吧，而且因人而異，還是不要小覷為妙。

故事六：

一個好人



現在我懂得如何給予女友空間，選擇是否與我再次一起。我願意尊重她的決定。

大故事

時間：晚上八時多。地點：會議室。

「好，就這樣決定。把剛才提到要修改的地方改好，明天一早交我簽名再速遞美國。會議結束。」

主任一句改好明早送他簽名，即是八時多、工作會議結束後，他可以離開，但四名「下屬」就得把手尾處理了才可下班。

阿John知道三位同組同事有的住得遠，有的要回家做飯、照顧子女，他主動提出：「我今晚沒事，手尾由我處理，你們先走吧。」

「Hurrah，人人都說阿John好人，多謝晒。」

阿John的確是一個好人，在公司人人都這樣說。

各人走後，阿John留下來獨對電腦修改文件，也打電話給同居女友雯雯。

「喂，雯雯，還有工作，今晚不回來吃飯了，你自己吃吧。」

電話傳來雯雯的聲音——明明說好今晚一起吃飯的啊，我弄了你最喜歡的……

好人阿John登時心煩氣躁，「吃有那麼重要嗎？重要得連工作也可以不做了。」粗聲粗氣地拉扯幾句，阿John便很大男人地掛線。阿John平日在公司對同事客客氣氣，卻不怎樣「禮遇」女友，甚至把所有壓力瀉到她身上。雯雯指出過阿John這毛病，但阿John心中搪塞：女友嘛？都熟得同住了，自己人用不着討好，也不用太講禮貌；禮貌是對外人的舉措，不是用來對自己人的——阿John如此認為。

於是，在同事心目中，阿John有義氣又懂得搞氣氛，名副其實是「一個好人」。然而，好人阿John卻用近乎相反的態度來對待女友。

阿John與雯雯同居五年，五年間兩人經常因小事吵架。雯雯在郵政局工作，她體諒阿John在廣告界壓力大，經常對阿John的無理取鬧予以忍讓。可惜，雯雯的忍讓並

未守得雲開，反之，阿John由沒禮貌進而惡言相向；再往後發展，更變本加厲由口及於手，開始偶爾對雯雯動粗。近年飛剪刀、扯頭髮已夠雯雯難受了，令她提出分手的一次，是阿John憤懣雯雯竟然比他夜歸，醋勁濃濃地逼問：「你去了哪裏？吃飯？跟男的吃還是女的吃？」

雯雯沒好氣搭理，逕自更衣梳洗。誰知阿John就是纏着不放，硬要她回答。雯雯給惹怒了，「答，答，答，有甚麼好答呢？不就是跟女同事吃飯囉。你還想知道些甚麼！神經病。你不信我，分手好了。」

一聽到「分手」二字，阿John的盛怒如火上澆油，竟然亮起餐刀來斥罵，把雯雯嚇個半死。那夜，雯雯不敢刺激阿John。可是第二天下班後卻沒有回同居的住處，返回自己老家住了好幾天。那一次，阿John費盡唇舌才把雯雯勸回去，條件是，由雯雯選擇輔導機構，阿John需要接受輔導。

結果，雯雯找到和諧之家的輔導小組課程。和諧之家社工與阿John約晤了一次後，建議三十歲上下、看上去年青有為的阿John參加由一男一女社工主持的小組輔導課

程，課程以十六節為一單元。

小組進行初期，社工對阿John簡直不知從何入手。原因不是阿John不合作，而是阿John「過份合作」——要移枱加撈，阿John第一個站起來幫忙；同組組員有困難嘛，阿John一定設身處地為別人想辦法。阿John的合作與合群，儼然「一個好人」，令社工束手無策。一如眾多其他個案，輔導工作從無捷徑；經歷一段時間的交流，阿John眼見新加入的或原有的組員都在小組內坦白說出各自的困境，他赫然意識到，其實也沒有甚麼好隱瞞的，「原來大家都有『這樣』的過去，反過來說，沒事人也不用來這兒輔導吧。」於是，在大夥都說的氣氛感染下，阿John也開始一點一滴地挖掘深藏起來、有意識與無意識的心事。阿John在小組上開始一點點地放下「一個好人」的面譜，坦坦白白地做回自己——一個有童年陰影、脾氣暴躁，性格上有種種局限的阿John。

在接受輔導期間，阿John的情況是好轉過的，雯雯因而十分開心。雯雯知道起碼阿John肯嘗試，嘗試改變打人

罵人的惡習。這也顯示阿John珍惜她，珍惜他們的一段感情。可惜，阿John在公司一受壓，回家後人一放鬆，情緒就會煩躁失控。要是雯雯受不了提出分手，阿John就會由失控變成「失常」，對雯雯作出異常暴戾的身心威脅。

十六節輔導小組課程完結後，阿John與雯雯仍然以分手告終。

社工最慶幸的，是即使彼此分手，阿John的情緒與兩性觀念其實是有長進的。阿John終於明白要尊重女友的任何決定——包括分手的決定。阿John沒有因分手而惡向膽邊生，對女友騷擾糾纏。

這是個喜劇收場的故事。分手半年後，阿John與雯雯不但復合，還註冊結婚。願意簽紙結婚是一項人生承諾，顯示雙方會彼此承擔，在生命的長路上攜手同行。註冊當天社工也到場觀禮。也許，是白禮服的映襯吧，半年不見，社工覺得阿John精明機智的面容上多了分成熟男人的沉穩氣度。社工知道，復合以至結婚不是接受輔導的必然結局，因而也特別替他們高興，這是額外的恩賜。社工暗暗祝

福，希望以後不要再以導師身份與阿John在小組上相見。

細心想

焦點片段一

大故事中提到，十六節輔導小組課程結束後，阿John與雯雯仍以分手告終。

獲悉雯雯與阿John分手，社工特別提醒阿John，「一切要和平進行，不能死纏雯雯，不能為女方添麻煩，關鍵在於，要學會尊重另一半。」社工特別強調「尊重」二字，阿John都聽明白。

社工知道阿John是真正明白的，因為阿John的確沒有因分手而騷擾女友。

阿John是真心喜歡雯雯的，要不是也不會同居五年。阿John與家人相處出現問題，事緣他對妹妹甚至母親動粗，即使出手不重，但對家庭關係傷害極深。雯雯與阿John同居，在現代人的核心家庭觀念下，大可不必理會阿

John與家人是否和好融洽，反正彼此又不同住。可是雯雯心地善良，總希望阿John與家人修好，很積極地為他們製造見面機會，而且盡量把氣氛搞好。阿John喜歡雯雯，不是雯雯特別漂亮，是看上她善良賢慧，不同於一般好玩自我的女孩。

分手初期，阿John真的不想放棄，社工知道阿John並未死心，於是對阿John該採取甚麼方法復合不時予以提醒。阿John後來用了「煲湯攻勢」。有感於平日雯雯做了飯他也不回去吃，分手後的阿John反其道而行，經常送湯水予雯雯。他的確沒有死纏雯雯。有好幾次，雯雯不在家，阿John就把湯水留在大廈管理處，附一張字條，便靜靜的離去。阿John的守則是，只要雯雯說一句：「你以後不要再送來了」，阿John就會即時終止送湯攻勢。可是，雯雯沒有表示歡迎，卻也沒有表示反感叫停，送湯行動遂斷斷續續維持了整整四個月，直至阿John的工作非常忙碌，並要經常出差為止。

阿John這次攻勢沒有即時奏效，可是，卻為日後的復

合理下伏線。

啟示：

接受輔導，不表示一定會令分手的得以復合

——這不是輔導的重點所在。

社工一開始就讓阿 John 知道，十六節小組課程的目的，要旨不在於叫怨偶復合，叫離婚的變成永不分離。社工對阿 John 說，也令小組上所有成員明白，輔導希望給大家的，是——健康的兩性觀念和人生態度。兩個人可以因了解而分手，但分手必須和平，因為「不和平」傷害的不是一段感情，是雙方更深層的人性。因此，對一個人漫長的一生而言，「思想、行為」因輔導而得到轉變，比「單一段感情的結果」因輔導而得到改變更為重要。

小組亦令組員，及組員的伴侶或配偶明白，要給大家一些時間，一切也急不來。因為理想中的改變深

入人的價值觀及人生觀，頗難立竿見影，效果也無從保證，人這物種確實存在太多內在變數。小組會對組員授以若干急救法，好像即時叫停某些施虐行為。與此同時，小組也會讓組員及其伴侶知道，暴烈行為減少雖是輕易可見，但深層意識同樣要有改變。而後者的改變，長遠來說於生活更加有用。一切都要耐心進行。

於社工而言，他對阿 John 個案的成效估量，截止於阿 John 如何處理與雯雯的分手。能夠和平分手，而且相見亦是朋友，足見阿 John 的價值觀、兩性觀念等已有改變，而這些轉變才是個案輔導的真正成果。這成果顯示，倘使阿 John 再交女友，他大概會有新的相處之道——予女友足夠的人格尊重。至於事後，阿 John 與雯雯復合並結婚，於社工而言，已經是紅利獎金，是額外收穫。

焦點片段二

大故事中提到，阿 John 初到小組時的「非常合作」，

叫社工不知如何是好。在小組上過份討好、「過份合作」，於輔導而言，是障礙而不是好事。原因是，這說明受助人仍未「真正表達自己的困難與情緒」。

社工知道問題所在，卻同時知道急不來，因為小組五、六個人之間仍未建立信任，即使他們信得過社工導師，也不一定信得過同組的陌生人。不知道在陌生組員面前說了真心話會有何後果。

在社工的引導下，總會有人先開口，一個人先說，其他人就會跟着說，互信就這樣一步步建立。對於受助人而言，肯坦然打開心扉說實話非常重要，否則，問題永遠壓在心之暗角，浮不出來。

社工在輔導小組課程上曾教他們「抽身法」，這是用來救近火的即時救急。方法是受助人要弄清楚自己的「火位」在哪裏，倘若已達危機臨界線，組員可以先深呼吸一口氣，讓自己冷靜；假如仍不管用，就得即時離開現場，避免出手打人。有一次，阿John在小組課程中對社工說：「這不一定有用的。」

故事六：
一個好人

社工聽到阿John這樣一說，如獲至寶地精神一振，心想，機會來了。社工特別打醒十二分精神細聽，並追問阿John具體情況。阿John說：「女友不知道我在使用『抽身法』，在我調頭走開時，她反而拉住我，那我怎辦。」

社工與阿John一問一答，一來一往，彼此對處境有深入的交流。社工很細心地為阿John設想各種可能性，調製一套特別適合他用的「抽身法」。原來由於過去阿John「抽身」走開是拿餐刀，女友當然要把他拉回來吧。社工教阿John，當他打算抽身走開時，再生氣也得先拋下一點說明，那怕是一兩個字也可以，例如「我忍」、「我走」，讓女友從簡短的訊息中知道他不是去拿刀。如此一來，女友便不會阻止他使用「抽身法」。

啟示：

社工與受助人互相信任，互相合作，

才可度身訂做具體方法。

惟有受助人肯在小組上坦白說出問題，社工才有機會了解受助者的真實情況。也惟有了解真實狀況，社工才可以相體裁衣，為受助人度身訂做「個人服務」，這是個案輔導的成敗關鍵。

社工的工作說易不易，說難不太難，關鍵是投放足夠的時間與心機，摸清楚每一宗個案的底細，從而對症下藥。當然，對症而下的藥有多管用，是未知之數，但找出個案的特殊性，是一切輔導的先決條件。沒有這一步，往後的步伐無從邁出。

社工從課本上學回來的輔導方法，大多只能提供一些大原則，於參考非常有用，卻不一定原裝照搬就適用於不同人，及不同場合。於是，社工一定要受助人肯說肯問，搞清楚當中的個別性、特殊性，才能在大原則下加以調校剪裁，研製出適合個別人士的良方。一如布是好布，裁縫是良工，也得個別度身，做出來的衣服才會合身稱意。

以阿 John 的個案為例，正因為他最終也肯說，

才令社工有機會介入幫助，讓阿 John 由同事眼中的「一個好人」，落實為一個在私人生活上也裏外合一的真正好人。「一個好人」，一個好人？對，確是一個好人——引號（「」）、問號（？），再去引號、去問號，是阿 John 的好人三部曲。

社工的輔助服務，講大原則，卻不能只得大原則。社工與受助人需要互相信任，坦誠合作，惟其如此，才有機會共創理想成果。

焦點片段三

阿 John 父親行船，長期在外。阿 John 與妹妹的成長階段只有母親，父親的印象在長期缺席中變得非常模糊。阿 John 記憶中的父親，是個經常忽然出現的陌生人。

阿 John 幼年時不怎麼親近父親，除了是聚少離多，沒有好好建立父子關係之外，還因為甚少回家的父親，一回家便與母親吵架。在阿 John 腦海中，父親長期在船上工作，外觀瘦瘦黑黑，不笑時的阿 John 爸非常酷，仿如深夜

的海洋，神秘而可怖。父親與母親因何吵架阿John不得而知，那時他才五、六歲，只知道一言不合，父親就會把母親拉入房中，啪的一聲把門閉上。之後，是更激烈的吵罵聲、碰撞聲，及哭鬧聲。凡遇上這些境況，阿John就與妹妹在起居廳瑟縮，在極度惶恐中定眼看着緊閉的房門，即使他倆沒有穿透木門的視力。

父親的虐打可能並不嚴重，而且經常遠行，想多打多鬧也不能。總之，母親與父親最終都沒有離婚。而父親在退休上岸後兩三年便因病去世，阿John對父親一直無從深入了解。可是，某種加了想像的暴力感，卻在成長中揮之不去。

阿John長大後輕易會發脾氣，而且會對母親及妹妹粗手粗腳，與童年經歷不無半點關係。

啟示：

由童年陰影做成的暴力夢魘影響個人成長

此處必須聲明，童年經歷不一定影響往後的生

活，一切因人而異。只是，阿 John 的暴力傾向，的確與童年陰影有關。在阿 John 的故事中，他的遠航父親對母親施以語言及身體暴力時固然是關起門來做的，小孩子無從親眼目睹。可是，別小覷小孩子的敏感度，他們其實都「懂」。假如不是「真懂」，那就更糟糕，中間一定加了幻想與虛構。添油加醋後的想像，對心靈影響可能更大更深。

所以必須點出，童年生活不一定對人產生終生影響，只是，不少真實個案顯示，今天的施虐者，大多童年被虐，或親眼目睹母親被虐（又或者是父親被母親虐待）。假如不想禍延下一代，為人父母者，就得小心言行。小孩最初如一張白紙，在成長中任人點染；有怎麼樣的小孩，反映小孩有一對怎麼樣的家庭。

啟示：

發掘受助人性格內潛藏的優點，

這可能是改變的種子

阿 John 私生活上表現出來的，是暴躁、不安、猜疑，可能連他本人也不知道，他的「真好」，不在於公務上的人際交往，而是他暗存、一直未被挖掘、沒有開展的善良性格。他珍惜雯雯，透露了阿 John 潛藏的、性格上的某種可能。阿 John 個案日後之所以有長進，與他本人性格上本來暗存善意不無半點關係。人的性格，先天、後天之間有極微妙的糅合。

總括而言，也許，要不是童年陰影或成長環境的塑造，壓抑阻礙了阿 John 性格上某一面向的開展，阿 John 可能更早便是一個好人，有健康的生活。幸而，阿 John 在三十歲前後即被雯雯催逼接受輔導，令一切不至於悔之已晚。

有問題，還是及早面對問題，接受輔導為上。
宜謹記。

故事七：

給自己一片天



昨天 經歷血淚的掙扎
今天 夫婦再次跳探戈
明天 共建和諧的婚姻

大故事

這故事的主角叫阿文，任職一家管理現代化的搬運公司。由於公司注重形象，專攻豪宅及大公司搬遷訂單，於是對搬運上的輔助器材以至員工都有高要求。公司規定無論是搬運的，以至開車的司機，都一律要注意形象，待客有禮，刻意在形象上與傳統的運輸工人有別。阿文當車隊司機，有一套深色制服，穿起來也斯斯文文的。阿文雖說是司機，卻不時要幫手搬運及起卸貨物，身型練得非常健碩，一看便知道是幹粗活的，卻又沒有太重的藍領味。

事有湊巧，原來阿文父親一生中也有頗長時間任職搬運工人。阿文爸爸與阿文不同之處，是阿文爸本來是三行工，後來因開工不足，被迫打散工做運輸，是被稱為「咕喱」（苦力）的一類勞工。阿文爸的苦力做得沒阿文心甘情願，於是他把不滿發洩在家人、尤其是太太身上。家庭暴

力，曾為阿文的成長帶來極大的陰影及壓力。

阿文七八歲起便發現父親對母親有暴力傾向，阿文耳濡目染，當時在行為舉止上也不自覺地粗魯暴力，小學時經常欺負同學。阿文自己雖然欺負比他瘦小的同學，卻其實非常討厭暴力，尤其是父親出手打母親。只是阿文耳濡目染，給父親「培養」得脾氣暴躁，很容易便失控及出手打人。每次看見父親打母親，阿文心中就想：「我大得可以還手的時間，就會替母親打你！」不知不覺間，阿文由討厭父親使用暴力，變成自己也崇尚暴力，不幸地被家庭生活「塑造」成一名有暴力傾向的青少年，實行以暴易暴。

升中學校，阿文的暴力傾向變本加厲，學校覺得問題嚴重，於是為他安排了駐校社工跟進他的個案。輔導工作永遠不會立竿見影，卻慶幸地不是沒有成績。由於社工耐心引導，阿文的脾氣在整個中學階段裏得以緩慢、不動聲色地日漸轉好。

由於阿文自知過去曾經是個有暴力傾向的青少年，於是他特別留意自己的情緒。工作及生活上一感到有壓力，

他就用各種方法叫自己回復身心平衡。就以工作為例，阿文即使只擔任運輸職務，也有他的壓力。經濟不景氣那幾年，公司曾厲行減薪及裁員。阿文生怕被裁後找不到工作，因而特別賣力，即使公司安排他走中港長途線，他也不敢有異議。就是因為他肯捱，即使公司經濟最出問題的那一兩年，他都不在被裁名單之上。工作給阿文帶來不少壓力，只是他盡量叫自己注意身心平衡，努力以父親為戒，不把工作壓力卸在家人身上。

這本書談的是男人故事，之前的六個故事都以夫妻相處為主軸。然而，男人要面對的，除了是家庭生活中的妻子、子女，還得面對其他問題，例如，工作及事業。別以為在辦公室裏當經理、主管的白領才有工作壓力，當藍領或普通職位的在職人士，也有他們的壓力。而一個人在工作上的壓力倘若處理不好，多少會轉嫁到家庭生活之上，可能禍及妻兒。那是一種唇齒相依的關係。於是，這一次的故事，就宏觀、整體一點來看男人的困惑，看一個男人如何在工作壓力下，把家庭關係處理好。

就在阿文有被裁危機的那陣子，阿文當推銷員的妻子美媚也剛好遇上公司要求改善營業額的壓力。幸而兩夫妻非常合拍，令大家不但渡過工作難關，感情更因一同經歷風浪而比從前牢固。

細心想

焦點片段一

在阿文被公司安排要走中港長途線的那段日子，回家後沉默寡言。開長途車是相當疲累及呆板的工作，下班後的阿文不懂得即時放鬆。就在這階段，妻子美媚也因公司的營業壓力而經常加班，連星期天也要在商場擺促銷攤位。幸而四歲女兒不算難教，與婆婆及幾個姑姐很合得來，日間就由婆婆照顧，令女兒囡囡不至於成為夫婦的另一個包袱。

「有麻煩吧！」美媚從阿文的沉默猜知他的工作出了問題。

「對啊，你也不太順利吧！」阿文則從美媚臉上暴發的痘痘猜知她有工作壓力。

「你想說說公司的情況嗎？」阿文在睡前問美媚。

「沒有，」美媚微笑回答，「按老規矩，我暫時不問你的情況，你也不要問我的工作困難，大家捱完再算。」

這是阿文與阿美的協定，是老夫老妻式的默契。

「祝你好運呀，老公。」

「是的，貨物要『好』『運』，過關、驗貨都不出問題我就算交上好運。也祝你好運呀，老婆。」

於是，大家甜蜜地關燈早睡，以迎接第二天的工作挑戰。

關燈後美媚補上一句，「這個星期六、日我要加班，你就自行打發時間嘍。還有，囡囡就拜託你了。」

「沒問題，包在我身上。」剛好星期日沒工作安排的阿文拍心口保證。

美媚剛才「囡囡就拜託你了」那番話，上一次是由阿文口中說出來的。那時阿文正忙於走深圳、惠州的貨單，

於是連星期六、日也要工作。於是那星期天的公園遊，就由美媚獨個兒帶囡囡去了。

他們夫婦有協定，再忙也得有其中一人盡量抽空於週末陪囡囡，不可以讓女兒一個人度過週六及日。

啟示：

一切建基於「這一世，應該是你啦」

的情感保證。

阿文與美媚不算早婚，兩人都過了三十歲才談婚論嫁。加上阿文因為父親的關係，對婚姻生活有陰影，於是他沒有選擇早早便結婚。

阿文與美媚都是把結婚很當回事的那類人。於是，他們在打算共同生活之前，主動找家計會等機構求助，也參加一些婚前學習班，希望把結婚的準備工作做到最好。婚前，阿文與美媚很理性地開列一長串的事項，希望彼此盡量在生活細節上先行取得協調及

默契。他們二人都同意，婚後彼此繼續拚職場，盡量不妨礙對方工作。原因是二人都知道今時不同往日，找工作困難。倘若家庭出現經濟問題，貧賤夫妻百事哀，美媚從父母身上對此有深刻體會，她知道父母很辛苦才把她們幾姊妹捱大。

阿文與美媚雖然早便很理性地說過會互相體諒，可是實際生活起來，婚後初期一切並不如想像中順利。現時一對天衣無縫的配合，是經過一輪辛苦摸索、磨合的結果，並非「不勞而獲」。

以下是磨合過程中的一些事例。最初，美媚憑阿文忽然沉默寡言，猜知他在工作上有阻滯及壓力。美媚出於好意，會不斷探問阿文的工作情況，希望憑她的聰明敏銳為阿文出主意，與他分憂。誰知阿文於內心感受及分析方面是慢熱型，他不是心中感受到有壓力、即時可以向人說清是甚麼壓力的那種人，他要一些空間去消化、弄清楚心中的感覺。於是，美媚的多問反而成為阿文的負擔，令他覺得太太好煩。

美媚這邊廂哩，每當她週日也得在商場加班時，阿文就心痛她要捱，尤其是整天也站着向人推銷講解。阿文生怕美媚管不上自己的飲食，於是每逢美媚於他有空的日子加班，阿文就會到商場碰她，既送上午餐又管夜間接送。誰知美媚並不喜歡如此，她喜歡專心工作，甚麼時候餓了，想吃時就與同事互相協調。總之，永遠有一人留守攤位即可。阿文無微不至的關心，反而成為她的包袱，增加她的麻煩，美媚不說，心底裏卻並不欣賞。

久而久之，他們倆個也感到生活並不愜意，明明彼此都深愛對方，卻總有那麼一點點的不合拍。一次吵架後雙方也覺得傷害了對方。痛定思痛，二人尋求社工協助，在社工建議下，他倆為婚姻生活做「中期檢討」，將各式感受攤開來，坦誠檢討。也上一些輔導班學習夫婦溝通之道。

「中期檢討」，一說之下，雙方才知道彼此以為是為對方着想的舉措，原來另一方並不一定受落。於

是，阿文、美媚為生活定出新原則，嘗試找出一個更適合他倆的生活模式。他們初步協議，當任何一方碰上問題時，另一方先不必過份擔心，也不必急於多做些甚麼，反而是先給對方一點空間，留他一片天，讓他自己面對自己。

這方法在外人眼中未免「冷」了一點，不一定適用於其他人，卻於他倆十分有用。

一輪調節磨合，他倆終於開出好結果。婚姻生活過得稱意自在。

上述所說的既是方法，也不是方法。對於阿文來說，他深深知道「方法」之是否可行，除了因人而異，說到底，一涉及男女感情問題，關鍵是你對對方的愛究竟有多深，考驗雙方的信任及感情基礎有多厚。

阿文與美媚都不是為結婚而結婚的那種人，他倆是直至雙方都有「這一世，應該是你啦」的肯定，才談婚論嫁。阿文美媚都知道，為了他日不離婚，人

最好不要輕易結婚。假如因為各式原因而草草結合，就得在生活過程中盡力磨合，為自己、很私人地訂造一套適合自己夫婦倆的生活規則。婚姻，是由感情以至具體生活細節也要照顧的一種「活動」。

焦點片段二

星期天或假日，假如美媚沒空，帶囡囡到公園玩耍的責任就由阿文承擔。

阿文由於在成長中有過陰影，費了學校社工及自己九牛二虎之力才令成長走向正軌，於是他對「成長」特別重視，也特別小心看待自己的女兒囡囡。可是，有心不一定有力，阿文面對自己的小囡囡，坦白說，最初對自己的能力是有懷疑的。阿文怕自己不懂得如何跟一個兩三歲的小孩子相處。要知道她仍然是「BB」，才兩三歲的小人兒，阿文着實害怕過不知道彼此如何溝通。

今天的阿文自然知道溝通原來是多樣的，不一定要透過語言，也不必假借理論。

阿文後來愛上了帶囡囡到公園玩耍這任務。在公園裏消磨半天，阿文從中會得到放鬆，整個人頓感煩惱盡消。與囡囡玩耍時，阿文最開心看見囡囡天真未鑿的各種舉動。囡囡高興起來便大笑，跌倒了便痛哭；可是，假如你即時買她一杯冰淇淋，她竟又可以即時破涕為笑，開開心心地吃她的冰淇淋。阿文發現，原來做囡囡的保母可以讓他減壓。

每次盡興回家，囡囡都會因為太累而要阿文抱。阿文身材健碩，當然不成問題。阿文更知道囡囡是真累，不是撒嬌，於是，他會毫不猶豫地把囡囡這個小人兒一手抱起。阿文發現，抱起女兒來跟她說話是一種享受，令他重新體會「喁喁細語」這個詞的涵意——此時小小的女兒與他等高，可以用小嘴在他耳邊悄聲說話，阿文感到既親切又有趣。

有時，小女兒甚至會反抱他的頸項，在他耳邊訴說在公園內的各種發現。有一次，女兒問他，「爸，你也喜歡到公園玩嗎？你玩得開不開心？」阿文很高興地說了一句

他認為女兒是不會明白的答案：「開心，做你的爸爸很開心。」

阿文覺得女兒是不會明白話意的，可是，囡囡笑了。囡囡用她的方法去明白她能明白的。

啟示：

「我做你爸爸很開心。」

阿文身高六呎，體格魁梧，帶着矮他一大截的小女兒在公園四處跑，畫面本身便很有趣。

公園裏，阿文給囡囡最大的自由，除非他發現要提醒囡囡一下，「阿女，小心啊」，否則，他不會干預囡囡的遊興。阿文與女兒一高一矮地說話，要把音量放大，除非他蹲下身去，又或者是把囡囡抱在臂彎上。

每次抱起囡囡，阿文都倍感親切，他尤其喜歡囡囡跟他耳語。

焦點二的內容，如耳語，不過是帶孩子的瑣事。這些瑣事會被一個父親解讀為「溫馨」，抑或「麻煩」，一切就看人如何「定義」自己的生活。一如子女究竟是你的包袱抑或減壓器，一切由你親手塑造及定義。阿文自少便沒有享受過父愛，「當父親」這件事對他來說沒有參考範本，有一定困難；然而，他選擇了摸石頭過河般一步一探索，從發現中學習。關鍵處是對子女要有愛。

故事中阿文的一句「我做你爸爸很開心」很值得玩味。一父一女，本來阿文就是困困的爸爸，喜不喜歡都是既定事實。而阿文的那句話：「我『做』你爸爸」很開心，是他用自己的感覺、充滿發現及喜悅的心情，去確認一些既成事實——父親身份。當中的意義，已不只是身份的確認，是阿文對女兒、對人生的喜悅。

人生的喜悅看似難求，可又不見得難似登天，難易繫於一己。

設想阿文不滿太太只顧工作不照顧家庭，並抱怨太太把帶女兒的責任「推卸」到他身上……，假如阿文用這種思路來面對生活和帶女兒去在公園玩耍，則他一定會去得一肚怨氣，而他的收穫也會不過是一肚怨氣。阿文的豐富收穫，來自阿文懂得包容太太的忙碌辛勞，並投入地、用開放的心靈去照顧女兒，於是他得到他的「發現」及收穫。那「發現」甚至大得可以為他減壓。

焦點片段三

對任何人來說，即使再喜歡自己的工作，偶爾也難免會有想避開一陣，放一天半天假的感覺。金屬會疲勞，人也會疲勞。但凡遇上這樣的日子，阿文會在公司容許下請一天假，讓自己透一口氣。事實上假如阿文自己的狀態太差，在公路上是非常危險的。尤其是長途車，不用經常控制的車盤會誘使司機分神，發生公路意外。

請假之後，阿文會用去做健身或游水等消耗比較大的

故事七：
給自己一片天

運動令自己出一身汗、一身力，讓身心都得到發洩及放鬆。待自己的疲憊怠倦、情緒低落漸退，阿文才會重新投入工作。此時的效率，一定比未放鬆之前好。也惟有如此，阿文才會放心讓自己回家，面對妻兒。

啟示：

給自己一片天，讓自己鬆綁。

表面看來，焦點三談的是如何紓解工作壓力，彷彿與本書的主旨——婚姻及虐妻問題無關。事實不然，且看下文解說。

對一般有工作、有事業的男士而言，不管是藍領或白領、低級職員抑或高級職員，假如他有能力及時察覺自己身心俱疲、想辦法自行放鬆減壓，並有意識地不把工作壓力帶回家中、知道不可以找家人發洩，則其行為絕對於夫妻相處有益。

焦點三表面上談的是工作壓力，背後實指向家

庭及夫妻相處之道。惟有一個身心都健康的男士，才有機會擁有美好的家庭、良好的夫妻生活。

故事中阿文之妻美媚看來是個個性比較強的女性，她強得打算在阿文遇上困難時做個忠實的聽眾，並為阿文出謀獻策，合力分憂。故事中的阿文剛好最需要的不是「計策」，而是讓情緒慢慢消化的空間，美媚的幫忙因而未派上用場。

現實生活中並不是每一位太太都如故事中的美媚般能幹的，於是，假如男士不懂得把自己一關，把工作壓力卡在家門之外，則於回家面對「不那麼能幹」、不懂得為丈夫減壓的妻子時，夫妻相處必然會受影響。

因此，焦點三表面上談的是阿文如何減壓，但從人生總體生活狀況觀之，焦點三仍然是談夫妻相處之道。阿文的父親由三行轉職苦力，就是因為不懂得調整轉職的心理衝擊，而把「淪為苦力」的不滿發洩在家人身上。阿文在父親的陰影下長大，倘若不是後

天得學校及社工關愛，令他對人生及人性重執正面看法，並從而特別注意身心平衡，學習有問題就攤開來與太太理性討論，他最終可能會走回父親的老路。因此，一些生活面彷彿與「夫妻生活」本身無關，卻其實不宜小覷。因為，人生多面而立體，不宜管窺。

這是本書最後一個故事，希望讀者知道，假如發現婚姻及情緒出問題，沒甚麼大不了，這是誰也有機會遇上的事情。謹記，倘若不幸身心有「病」，並不表示你比別人滯運差勁。關鍵是我們有沒有能力及勇氣去面對困境，找出適合自己的解決方案。就像故事中的阿文夫婦，他們有事了，就找社工幫忙。社工教他們做「中期檢討」，社工適切引導夫婦倆一輪交心溝通之後，問題其實不難解決。

當然，故事中阿文夫婦的成功，在於阿文愛家庭、太太及女兒。除了社工的幫助之外，人還得靠自己，亦看你對家人的愛有多深。

阿文的故事另一值得注意的關鍵，是看他如何

替自己放鬆及減壓。阿文的方法是「沒有方法」中的方法——夫妻在互相溝通下，會有默契地各自為自己留白，空出一片天的空間，讓自己鬆綁、呼吸。

附錄：

施虐者的自白

參加了差不多四個月的輔導小組課程，我學習及明白了許多有關兩性差異的知識。例如男女在生理和心理上的分別，他們所想的東西亦有不同。這些知識，使我明白到太太以往所做的每件事的箇中原因，從而令我對太太改觀。今後，我不會再胡亂動怒及大罵。

最重要的領悟是，我知道以往長期以來（大概十年）對太太的批評、貶低、不尊重及無讚賞，是導致現在面臨離婚邊緣的主要原因。另一方面，我亦發覺在日常生活中，太太所做的事其實是沒有絕對的錯或對，只因自己抱持不同的標準，就覺得太太做錯了，立即便破口大罵，批評這樣不對，那樣不對等等。我施放了許多精神暴力給太太，令她十分難受。

除此之外，在小組課程中，我學會了很多如何與太太相處的理論及技巧。例如在爭吵初期，我需要即時避免持

續爭吵下去。我可以選擇出街買些食物或飲品，以便降低自己高漲的情緒。直至情緒回復穩定，大家才繼續傾談。還有，社工教導我們先要想一想太太的說話，然後才回答。這樣，可以避免因誤會而引發無謂的爭吵。

我嘗試應用這些技巧後，覺得效果相當不錯。太太沒有像以前那麼害怕我，與我說話也多了。整體的生活的氣氛改善了許多，不再像以往那麼緊張，太太也輕鬆和開心多了。

從小組課程所學到的知識中，我認為最困難的是要經常保持頭腦清晰。因為人始終有惰性，如情況有些好轉就會鬆懈，某些執着和主觀想法又會再浮現在腦海中。幸運地，小組課程再提醒自己，這些想法很容易會令自己回復以前一樣。換言之，小組課程可以有助於糾正自己的執着和想法，避免再發生家庭暴力事件。

其實，小組課程還有其它好處，因為有其他男士一起參加，大家可以在討論中交流心得及互相勉勵。例如一些參加了小組課程頗長時間的組員，有些已與太太修好，我

件事的原因，並且體諒太太的困難，將有助化解很多無謂的爭吵。我明白到要顧及太太及家人的感受是很重要的。我會支持她去做她想做的事及接納她在生活小節上的習慣。如果能做到以上所述的話，一個和諧的家庭就會誕生，以及可以長存下去。

陳大文(化名)

二零零五年五月

們可以吸取他們的寶貴經驗。這些經驗對我與太太的相處和溝通有很大的幫助。

小組課程，不單教曉我如何去挽救這段婚姻，還啟發了我怎樣面對日後的人生。它提升了我的積極態度，使我從谷底爬起來，還增強了我的信心，令我保持絕不放棄的精神。現時我做起事來更認真、更盡力。例如在過去一年，我曾經面對失業的困難，沒法給予太太家用，那種壓力真是非常之大。當時，我與太太的關係又不太好，不知怎樣開口跟她說，又擔心會令關係再惡化下去而不敢說。透過組員和社工的互相鼓勵及交流，我終於勇敢地说出真相，才能渡過難關。

總括來說，參加小組課程實在令我獲益良多。我學會了怎樣面對及處理婚姻。最重要是，明白日後怎樣保持改變，不再對太太施放暴力。未來繼續要做的是，我要放低自己的執着、主觀的意見及學習以平常心去看每一件事。凡事要從多角度去想，不要再堅持或認為自己的做法是最好的。我亦要嘗試採納太太的意見，增加明白太太做每一