

在地支持社群關係的實踐

孫德利

我們被習慣灌輸進入專業角色位置的思維，不斷地在體制中爭取資源與權力，宣稱這些作為都是為了我們的服務對象！我們不斷宣稱我們對於服務對象的貢獻，以爭取到更多的影響力，卻很少真正的反思我們所訴求的一切，只是我們自身所建構出來的虛幻，而我們也深深催眠自己相信，也更強化這一套建構，殊不知我們所建構的世界已經背離真實越來越遠，然而真實是什麼也早已沒有人在乎，只因為大家都是專業人員，那些狗屁倒灶的事情，就留給那些較不專業的人來做就可以了！

我們忽略自身處在資訊、資源權力獨霸壟斷，我們參與建構也服膺在專業權威體系與知識系統中，在不斷追尋專業角色認同的過程中，卻遺忘遠離我們的服務族群，以及和他們所處的生活經驗與處境；這讓我面對週而復始的進出院感到無力感，在醫療關係中不斷重複那些明知無能為力的治療活動，在醫療績效中相互秤量吹噓彼此的貢獻與價值，我們的存在價值僅能憑藉那些虛弱誇大的自我催眠嗎？！我們到底該妥協也催眠自己，尋求在體制結構中看似不易挪移的安定呢？！還是可以嘗試跳脫習慣的場景，回到每一個人自然實地的生活中，找到多元共存支撐的可能呢？！這將會是一個跟自我與專業角色認同不斷角力的旅程。

在醫院服務的經驗中，曾遇過一位大姐總是在肚子上束著一條繩子，她處在無時無刻擔心子宮會掉出來的世界裡！當她分享人生最難忘的一個經歷，敘述她和兒子在住院前的分離景象，面無表情沒有太多情緒起伏的外在表現；我們在聆聽的過程中，感受到她的悲傷，共同震撼了在場

的每一個人！我突然開始懂了那些所謂的症狀，其實得要放在人的關係脈絡下進行瞭解；她為什麼總是想要找人結婚，卻總是被貼上妄想、缺乏現實感、病識感的標籤，那其實只是想要逃離這個地方而已！背後其實有著多麼合理的脈絡！原來，我們一直沒有認真面對她的痛苦，也沒有足夠的識見勇氣發動回歸，當社區環境中沒有這樣的空間、資源支撐時，結構體制缺損帶來的支離破碎，卻得要由我們宣稱的「病人」來承擔，那麼究竟是精神病患需要專業人員呢？！還是專業人員需要精神病患？！這讓我想到有部電影「刺激1995」裡面瑞德曾說：「這些石牆（監獄）很有趣。一開始你恨它，接著你習慣它，直到足夠的時間過去了，你變的不能沒有它。這就是「體制化」（institutionalized）。」我們不也處在一種相互體制化的關係與狀態之中嗎？！

我們透過教育專業形塑對精神病患的刻板印象總是多疑、猜忌、妄想，現實感不佳，或是因為病識感不佳，導致遵從醫囑、藥物的順從性也不好！我們使用這樣的框架標籤來認定我們服務對象的樣貌，這種疾病診斷式的思維，使得治療關係一直處在服從權威、聽話乖順，而不是促進獨立自主多元選擇的狀態！我們卻很少質疑在控制底下所造就的順服，真的就是所謂的治療嗎？！這不是更讓我們落入了「體制化」這樣的循環中嗎？！我們陷入配合治療和沒有病識感二元對立非黑即白偏執的狀態中，以捍衛堅持我們心目中「精神病患」的樣貌。

我們透過不信任與控制來面對多疑與妄想，我們看不見自身的扭曲與灰暗，窄化了中介過渡其實有著諸多灰色地帶的可能，儘管這些過渡地帶很難以用言說，更難僅憑片段擷取的實證來證實；但生命的復元是一直是個飄移、浮動的狀態，無時無刻因著周遭環境、活動、資訊、機會隨之變動，也不在線性思考的範疇之內，未必是理性邏輯辯證分析所能夠抵達之處，卻也真實反

映出我們實地上常處在多變、不確定、模糊的空間地帶，但這不能讓我們否定彼此「身為一個人」的事實與價值，回到人的身上，我們才有機會確認在關係中展現包容與彈性，彼此相伴與支持才是重要的連結！這些關係連結難以事先設定任何預期的目標，就僅僅是回到關係的本身！

但夢想總是美好，現實總是殘酷，落入社區並不能存在任何浪漫的想像，也才開始有機會發覺許多的存在焦慮，一直都是在我們既有的成長過程中不斷被建構出來的！那樣的焦慮會讓我們不斷地維持現狀，維持安全與穩定，並想方設法地進行控制！但在被拋擲的同時，不也進到一個跟以往不同的經驗，也在撐開我自己的視野嗎？！我也機會回頭、稍稍恢復些人的感官，迎向面對人的痛苦，也質疑起我們怎麼能夠持續的麻木視而不見呢？！在醫院服務時，有著清楚無法跨越的身份位置疆界，不僅僅是角色，更是範定出工作與個人生活清楚的份際，但一旦進入社區，人與人的關係回到相互貼近的生活中，冷氣、白色外袍不再那麼理所當然，學員們總在身邊穿梭、閒談，這才貼身感受到原有經驗的斷裂與落差，不僅僅是形式上，更是勾動彼此的生命經驗與情感關係的過程。於是，老是懷疑學員沒有乖乖服藥的猜疑、不信任出現；不斷強調學員可以考到餐飲、烘培的證照，從此以後就順利就業的想像等，我竟然有這麼多的理所當然需要放下～

另一方面，更艱難的是要放掉自己直覺慣性的反應、分析與認識！這樣的直覺未必不好，但失去覺察而產生的行動，會很快的封住其他感官的出口，阻斷人與人之間的連結，難在既有的認識中激盪出新的火花，發展出新的觀點，也開啟重新檢視自己的契機。有一位學員一早來就對我發脾氣，只因為他昨天晚上在家裡面看電視時，他看見我不斷的擋在螢幕前面，讓他沒有辦法順利地看到電視，他覺得我對他造成干擾了！事實上，就他的感受而言，他確確實實受到干擾，

由於此事關己，我也很容易會陷入對號入座的困局中！於是，我請他和我牽手，感受和他的憤怒同在，同時也試著讓他感受辨認，那個干擾他和現在手牽著手的這個人有什麼差異，沒有多說些什麼話，我們就只是靜靜的肩併著肩，過了一會他告訴我：他下次一定要試著把那個擋住電視的「我」，握住他的手，請他不要再擋在前面！這不也凸顯出我們在生活中辨認哪一個「我」才是「我」的迷惑嗎？！

後來遇見一位年紀約五十歲的大哥，他總是沒有太多的表情與話語，就是靜靜的坐在騎樓的階梯上抽著煙，我只是嘗試坐在他的身邊，簡單的問候，靜靜地等候半個小時後才出現的回應，隨著互動時間與頻率的增加，漸漸的他可以表達的內容就越來越多，也越來越豐富，我聽見他說感覺受家人的輕視、小孩的忽略、自己都覺得自己沒有用！一段時間就會發脾氣，喝了酒就砸了家裡面的物品，也因此反覆地進出醫院，卻更讓家庭關係和自己的存在價值越來越緊繃與貶低。

當生命陷落在孤寂中，我們看似失序的狀態，反身卻是因為失語，以及與他人間的「隔闕」難以產生連結，原來人與人的關係可以透過持續、僵持、去目的性的方式建立關係的連結，透過情感上的關注與同在，達到關係上的勾連與結伴。我學習到，當人們陷落在反覆循環失語，情感阻滯、關係連結的阻斷，以及親和需求被剝奪的狀態中，深陷受縛面對這樣的循環，而體制針對現象症狀上直接給予消除表象回應的問題解決方式，長久只會形成更封固的循環，而我們能夠做的反而是屏氣凝神，並肩一起觀看，進到情感關係上的同在與共鳴，當時機成熟，縫隙自然而然就會被撐開出現，我們往往需要的是回到自己的身上，好好處理自身的課題。我看見人在生命經

歷，在相伴的過程中，總難迴避孤寂之苦，若在受苦中能與他人產生勾連，一方面得以結伴同行；另一面則能夠積累具足機會與緣份，並在這些機緣中瞥見絲毫縫隙，透過撐展縫隙找到跳脫無望輪迴的可能。

我的朋友剛開始很難每天來中心，他總是說每天晚上有好多飆車族，在他家的周圍想要傷害他們家人，我常常看到他的身上到處都是傷痕，仔細一問才瞭解原來他總是打完電話報警後，衝出去家門四處狂奔，要把那一群飆車族給揪出來，他有沒有吃藥？！有的！但生活中對他而言，他真實的感受到這些威脅！我們不去說服他所相信的事件不存在，而是開始跟他討論來中心接受保護的可能性！因為「猛虎總是難敵猴群！」無論如何中心總是人多勢眾，可以保護他，透過這樣的過渡，我們才真正開始看見一個人生活上終於可以安下心來，彼此也成為有義氣的好朋友！但過了一陣子，他開始不願意再來中心，耐心等候他的原因，他說明：「他感受到我的太太要改嫁給他，他覺得和我的交情很好，不能對不起我，唯一的選擇就是他犧牲退讓，不要再來中心」；他對這件事情感到痛苦與煎熬，不知道該如何處理；我和太太只是告訴他，感情的事情無法勉強，只能尊重彼此的意願，在當下徵詢意願後，他放下了十萬個心，只因為我太太告訴他不想改變現狀嫁給他！

有位學員很年輕，常常在進出醫院，接受藥物以及電療，後來漸漸的能在媽媽和工作人員的交錯陪伴下走出家門，一開始從簡單的畫圖，到開始試試投籃球，漸漸學習嘗試用語言描述他心裡恐懼的「那個東西」！有一天，他的媽媽站在中心騎樓下，吐出一句話：「我發現，我的兒子因為做父母的擔心與害怕，而吃了過多的藥、接受了許多不必要的治療！」我漸漸透過這些觀看，

發覺面對生活中有諸多的不盡人意，積怨不是為了針對誰？！人們需要有個承接涵納之處，我們總是害怕衝撞受傷對號入座，我們攀附在自身無明的框架中，奢望解答卻很少沈浸深刻的感受同在與凝視；在這樣同在凝視感受的過程中，我們知道有許多痛與苦是無法迴避或消除，迴避與消除也只是視而不見！我們發覺在陪伴與支持涵納的過程，許多的突發、未預期的變化開始出現，這些變化隨著時間深入我們理所當然的縫隙中，不止震動到和我相處的人身上，更讓我自己的生命歷程有了不一樣的共鳴。

我認識到原來這些生活事件都會回到自身的課題上，需要化約進入到我這個人的生命脈絡，我如何理解和認識這個世界？！我自己的生命經驗是什麼？！透過這些反芻盤整的過程，開啟觀看自己框架與逃脫縫隙的因緣，若不是在成長過程中不上不下的經驗、若不是這樣被劃界或對他人劃界，我們根本沒有這樣的機緣可以重新檢視，同時也在關係中相互療癒。

有位媽媽曾經在幫忙大家剪頭髮閒聊的過程中，發現我的父母年紀差距很大，當她深入了解我們家的關係後，那位媽媽問：我的媽媽是不是在姐妹裡排行是最大？！或是比較不受到疼愛的人？！我印象深刻的是娘家來家裡借錢的場景，只因為長輩們總是認為外省人比較有錢！媽媽總是抱怨娘家的人跟她不親，也是因為她嫁給了外省人！但有次老爸說出口的是，當年舅舅用媽媽的嫁妝才有辦法結婚！那位媽媽告訴我，她過往的生命旅程，也是為了扛起原生家庭的生計，才成為他人的繼母。

當學員們在每一天日常採購中，反應受到菜市場攤商賣了貴的、爛的菜給我們！大家在討論時感到生氣憤怒，認為受到精神障礙的污名化對待，每一個人被勾動過去關於精神障礙的標籤記

憶；我被喚起產生的記憶是，以前我的父母親同樣在清水菜市場買菜，因為語言上差異，二個人同樣的價格卻買回不同數量的玉米，但那很顯然不是因為誰比較會買！而是因為我們在這些生活互動中，劃下了彼此的界線，也給出不同差別的對待。我在清水從小讀書的經驗，隔離、霸凌早就不是新聞，我從小習得的語言無法跟他人連結，而被貼上異類的標籤！學員們給了我更貼近且持平的回饋，過去在相同時空背景下，只會說臺語的小學生，落入眷村附近的學校，不也面臨同樣的標籤和隔離嗎？！

一個機構的落地也僅僅是落到日常生活的處境往復中，各式各樣生命經驗的重現，我發現原來生命不是獨自存在，各有其層層疊疊之處，這些經驗成長經驗我們竟然有那麼多獨特卻又相似的背景，當更深入刨根勾動挖掘討論的當下，我們終於開始有機會把視角拉展到一個立體的位置重新看見與認識。在關係相互勾連的捲動下，共同發現原來我們有些共同的經驗，人們總在自己和他者之間劃下界線，在關係界線中相互區隔！透過、認識，才有轉化養分的可能。我們從上一代承繼過來對於自身內涵的匱乏，原來需要安定返觀自身的機會縫隙。我發現原來助人關係得不妄作妄為的回到生活上，讓每一個人彼此產生連結，並持續在連結的基礎上，找到共振共鳴的可能空間。同時，因著生活中關係的相處勾連，感知關聯的深化撐展，共同經歷這些反覆螺旋起伏，找到機會去累聚螺旋重現縫隙的蛛絲馬跡，透過反身的不攀緣，解構去除自身所能的執著，轉化作為滋養的土壤，自會發現任何落在這片土壤上的種子，落地生根發展出自身不同的樣態，同心圓與其中的夥伴們，也僅僅提供了這樣的土壤與養份，而不妄圖做為任何干預的工具或媒介。

於是，我們發覺同心圓無法只談減害，我們只能談在既有的環境與條件下，怎麼去盡可能的撐展出各式可能性的空間與機會，但最終都是回到好好過生活的這回事了！