对父母的爱与愧成了他的"心魔"

□法治报记者 徐荔 法治报通讯员 管方樑 梁学良

在上海市新收犯监狱的心理咨询室,一位民警与一名身穿铁窗服的男子正面对面地坐着。让人在意的是,这个看起来还算年轻的男子 脖子上有几条明显的刀疤,而且从进入咨询室开始,他就低着头不说话,也不愿直视民警。

"我是监区的心理咨询师,你是阿涛吧?我知道你刚经历了一段非常痛苦的时期,我很愿意帮你走出目前的困境,但是你到底遇到了什么样的困难,能告诉我吗?"

这个叫阿涛的服刑人员没有说话,只是轻轻摇摇头。民警知道,他的沉默不语是因为不信任,也是因为罪孽深重……

阿涛是 2018 年年初到监狱服刑的,三十岁刚出头的他犯下的是故意杀人罪,被害人是他的父母双亲。阿涛因案发时处于反应性抑郁发作期,具有限定刑事责任能力,最终以故意杀人罪被法院判处死缓,剥夺政治权利终身。

阿涛出生在上海郊县的农村。虽然父母双全,但阿涛觉得自己的童年并不幸福,因为父亲对他的要求非常严格,把所有的希望都寄托在他的身上。可是阿涛不是个成绩优秀的孩子,常因为学习问题遭到父亲打骂。少年青春期的阿涛越发内向,不善于表达内心想法,或许是童年时对父亲产生的隔阂,阿涛与父亲的关系始终像隔了一道无形的墙,父子俩从来没有好好沟通过。

阿涛理解父亲的怀才不遇,对自己有所期待的心思,他也努力想要成为父亲的骄傲。 可是,阿涛似乎不是读书这块料。高考失利 更加让阿涛懊恼自责,觉得无颜面对父母。

但生活还要继续,那时的阿涛还没有那么绝望,他一度对未来有所憧憬,因为他有了自己的心上人。与女友的相识让阿涛感到幸福,两人的感情很好,有过山盟海誓,也有过白首偕老的打算。可是,阿涛与女友真的走到谈婚论嫁这一步时,由于经济条件不好,他们的婚事遭到了女友家人的阻挠。最终,这段感情无疾而终,阿涛还给了女友几万元"青春损失费"。

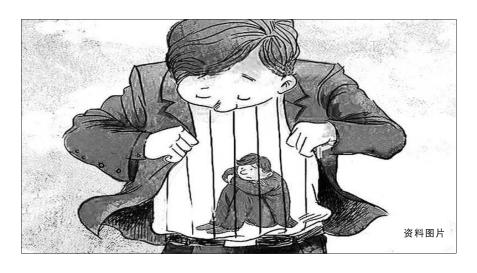
都说情场失意,职场得意。阿涛遭受情伤后曾想过在事业上闯出一番名堂,以此证明自己。他在朋友的怂恿下决定投资经营饭店,不料遭到合伙人的欺骗,投入的资金都打了水漂,而这笔钱是阿涛谎称要买房向父母要来的首付款。

学习、事业、情感上的挫折,加之容易自我归因的人格缺陷,阿涛绝望了,他想不通怎么会有自己这么没用的人,年纪不小却一事无成,不但不能达成父母的心愿,反而成为了父母的负担。与其如此苟活于世,不如结束自己的生命。在这样的极端错误的情绪诱导下,2015年,阿涛做了第一次傻事,他想要跳河自杀。不过,他失败了。

经历了这一次生离死别,阿涛意识到自己的离开只会使得父母更加痛苦,在反复思索后,阿涛产生了一个更为极端的想法:与 其一家三口痛苦地生活在这个世界上,不如一起解脱。

悲剧,就这样发生了……案发后,阿涛 也曾尝试"解脱",可是都没有得逞。

在阿涛入监以前,新收犯监狱的民警就通过相关材料了解到了他的情况,知道阿涛在看守所期间就情绪波动明显,加上犯罪后巨大的心理压力,案重刑长,民警分析阿涛可能会产生绝望厌世的心理。也是由此,阿涛到新收犯监狱服刑后,监狱的兼职心理咨询师与阿涛有了



第一次的接触。

"我是来帮助你的,不要害怕。没人会伤害你的。"第一次见面,民警察觉到了阿涛的抗拒,于是他一边安慰,一边递上热水,"喝点热水暖暖身子吧。"

这个简单的举动让阿涛的内心防线动摇了,他犹豫了一会才接过水杯,终于抬起头看了看民警,迎接他的是一个鼓励的眼神。

"我很难过,我是一个没有用的人,我是个多余的人,我更是个罪人。我的存在只会给别人带来灾难,真是没用,想死都死不掉。"阿涛终于缓缓开口。在民警的引导下,阿涛说出了自己的痛苦,也讲述了自己两次寻死希望解脱的过程。

谈到父母时,阿涛哽咽了,他说自己爱父母,如数家珍地回忆父母对他最大的期望就是找一份稳定的工作,娶一个贤惠的妻子……

"那么你能不能告诉我,父母的心愿还有几项是你没有完成的?"民警温和地问,阿涛却沉默了。"这样好吗?在你没有想明白自己还能为父母做些什么,或者说完成父母的心愿之前,要好好活着。"

"好。"阿涛看着民警点了点头,同时答应民警若是有类似要轻生的想法,或是感觉自己情绪快失控时会及时向民警寻求帮助。

这一次心理咨询让民警确定了阿涛的情绪不稳定,对各种刺激的反应都过于强烈,情绪激发后很难在短时间内平静下来,极易焦虑、紧张、发脾气。民警分析,阿涛强烈的情绪反应会影响他与其他人的交往,容易与人发生冲突,睡眠不安,容易出现各种心身问题。

通过民警观察阿涛的日常表现情况来看, 他果然在日常改造中沉默寡言,时常流露出 厌世轻生的想法,对什么都提不起兴趣。而 且晚上入睡困难,多梦早醒。

阿涛的种种表现都证明他正处于抑郁发作期,为此,民警专门为他制订了治疗方案。除了与精神卫生中心取得联系,采取医生走访结合药物治疗的方式外,还配合药物治疗

分别制订了近期和远期心理咨询目标。

民警希望通过心理咨询寻找阿 涛极端行为背后的原因,调整和改 变阿涛既有的认知曲解,同时缓解 他内心抑郁的程度,从而使阿涛能 够接受现实,重拾人生目标,尽快 回到正常的改造生活中。于是,第 二次心理咨询开始了……

第二次心理咨询的话题从阿涛的父母开始,但是这次阿涛和上次一样,有些抗拒。 民警没有强求,而是从关心阿涛的生活状况、 睡眠开始聊起。阿涛松了口气,如实告诉民 警,自己总是睡不好,老是做梦,梦到很多 小时候的事。

"我梦到小时候读书不好,父亲恨铁不成钢就会打我,但是打完以后父亲还是耐心地开导我,帮我温习功课……"

"有一年我还小,大冬天的,我发高烧40多度。父亲在厂里加班,母亲背着我走了20里路看医生……"

阿涛说了许多自己的梦,都与自己的童年有关,都和父母的点点滴滴有关。好几次,阿涛都以为父母又回到自己身边了,可当他开心地睁开眼睛后,却发现自己是在冰冷的监房里,泪水不受控制地从阿涛的眼眶流出。

在阿涛的心目中父亲曾是个很能干的人, 年轻时做过厂长。然而,年轻有为的父亲在 一次事故中致残,再也无法胜任厂长一职, 退居二线。从此父亲就郁郁不得志,也将所 有希望客托在阿涛身上。

阿涛第一次觉得自己没用正是由于高考 失利,让父亲失望了。没考上大学的阿涛在 家帮父母一起养甲鱼,后来,家里的8亩甲 鱼塘都由阿涛打理。养甲鱼的同时,阿涛还 去念了成人大专,只可惜没念完就犯病了。

"养甲鱼也是门手艺,你挺能干的,不像你说的一无是处。我就不会养甲鱼。"民警真诚地说。

没想到会得到表扬, 阿涛诧异地抬头。

民警告诉阿涛,他与阿涛年龄相仿,同样也经历过高考失利,能够理解阿涛当时的感受,而且阿涛比起许多同龄人已经非常上进、能干了。民警的话让阿涛若有所思,"你说的有道理,从来没有人教我这么看问题。"

第二次心理咨询让阿涛对民警的态度有了很大的改变,信任在他心中滋长。阿涛坦言,与民警谈心时他觉得很踏实,可是回到监房就会感到莫名孤独。而且阿涛多梦早醒的状况没有好转。民警知道,这是因为阿涛心中沉重的负罪感……抱着帮阿涛宣泄的目的,民警开展了后续咨询治疗。

"我记得你说过你是一个多余的人,我不 是很明白,现在你愿意告诉我吗?"民警问。

阿涛叹了口气: "有些事当时我不敢告诉父母,现在想说他们却已经不在了……"随之而来的是长时间的沉默,阿涛似乎是在回忆过往,也像是在调整情绪。民警静静地耐心等待,阿涛深呼吸后,讲述了自己与女友分手、创业被骗的经过。

"女朋友不要我了,兄弟也不要我了, 我感觉我就是一个多余的人!"突然"噗通" 一声,阿涛跪倒在地,痛哭流涕, "爸!妈! 我对不起你们,是我没用,我把你们的血汗 钱都用光了,可是我不敢告诉你们,我对不 起你们!"

民警意识到,阿涛是把对父母的愧疚移情到了他这个倾听者身上,他扶起阿涛,一面让他尽情宣泄,一面从正向引导安慰。

"谢谢你,这些话憋在我心里很久了, 现在说出来感觉好过多了。"阿涛流着泪感谢 民警。

"我能感受到你内心有好多话想对父母说,可是又不知道怎么去诉说。在结束今天的咨询前,我给你布置一个作业:你可以把心里话通过日记的方法写下来,这样你的心里也许会好过一点。"民警的建议让阿涛很受启发,他开始通过写日记的方式宣泄情感。

不过,残酷的现实还是让阿涛的情绪时好时坏。民警希望能够帮阿涛重新找到精神寄托,规划人生目标。

从阿涛的讲述中,民警捕捉到一个细节:阿涛杀害父母的"初衷"是怕他们无法承受"白发人送黑发人"的伤心,他是爱父母的,也非常重视父母的感受。或许对父母的感情可以激发阿涛"重生"的斗志。

"你设想一下,如果父母在天有灵,会 希望你怎样面对今后的生活?"民警问。

"希望我能好好地活着吧。"阿涛说。

"还记得第二次咨询时我问你的思考题吗?假如给你一天自由,你会为父母做些什么?现在你有答案了吗?"民警又问。

"我想我有答案了,我会好好改造,为了我自己,也为了父母,我要好好地活着。如果将来有一天回到社会,我要去他们的墓前看看他们……"

对阿涛的心理咨询前前后后进行了 10次,虽然阿涛的情绪有过反复,但好 在制订计划时就考虑到了阿涛的特殊经 历,因此按照具体方案有条理地实施,基 本实现了目标。阿涛的自杀危险等级降 低,抑郁情绪得到了缓解,看问题的方式 也不再那样消极。

当然, 阿涛的刑期还很长, 很可能还会 出现各种问题, 仍需要不断关注与重视。 也许有人会问,像阿涛这种"罪大恶极"的人为何还要花那么多心思去开导?完成他的"心愿"不行吗?一方面,阿涛既然未被判死刑立即执行,监狱就有责任确保他的人身安全,接受法律惩罚,服刑改造。

另一方面,从安全监管的角度考虑, 阿涛是病人,如若不能解开他的心结,他 的情绪可能会因为各种各样的琐事而崩 溃,从而做出极端行为。 心理异常类的服刑人员入监服刑,给监管安全带来了新的考验。这类服刑人员 有这样几个特点:案情较特殊、家庭问题 多、自卑感强烈,等等。由于心理异常类 服刑人员通常比较敏感,因此民警对他们 应当充分接纳,给予精神上的支持。

心病还须心药医,只有充分了解这类 服刑人员内心真实感受,才能找到症结、 对症下药。作为监狱心理咨询师,首要要 做的就是与来访者建立良好的咨访关系,循序渐进地探索来访者内心的想法。尤其是对犯罪对象特殊、犯罪手法残忍的对象更是要特别关注,随时准备危机干预和心理咨询的介入。

此外,在日常生活中若发现自己或亲 友出现抑郁等心理疾病的症状,切莫讳疾 忌医,应当尽早寻求专业治疗方式,避免 被"心魔"控制,做出后悔莫及的事。

民警手只