

# 臺中市立文華高中輔導週報

107.12.28 發行

## 【活動訊息】

- ◆ 輔導處辦理【文華的祈福】活動，可至輔導處外拿取小卡或是上輔導處網站留言～
  - 有時候，有些話，壓在心裡很想說，但卻因為不好意思，擔心羞怯，無法說出口。如今
  - 學測在即，有什麼話想告訴學長姐的呢？
  - 畢業在即，有什麼話想送給學弟妹？
  - 透過這小小的卡片，將你的祝福送給一同在文華的默默努力的人吧！



- ◆ 107學年度文華寒期營來囉～從12月24日(一)開始報名，請同學把握機會踴躍參加！相關訊息請至本校網頁【首頁>校園公佈欄>107學年度文華寒期營來囉！！】查詢。
- ◆ 各大學寒假營隊訊息已陸續上網公告，請同學把握機會踴躍參加！相關訊息可至本校社團活動組【文華高中>學生事務處>社團活動組>最新消息】或輔導處網頁查詢【文華高中>輔導處>大學營隊】。
- ◆ 東海大學工學院體驗營(免費)
  - 1. 活動時間：108年2月16日(六)
  - 2. 活動地點：東海大學校園內。
  - 3. 活動名額：100名，名額有限，依報名順序，額滿為止。
  - 4. 報名日期：11月15日至12月31日。
  - 5. 網址：<http://event.ithu.tw/2018100041>
- ◆ 東海大學108寒假輕營隊
  - 1. 每2.5hr視為一堂課，每堂課500元。
  - 2. 營隊時間：108年2月17日(日)。
  - 3. 報名時間：107年12月3日(一)上午10:00至108年1月23日(三)中午12:00止。
- ◆ 實踐大學「大學好好玩—探索實踐大學管理學院系列活動」
  - 1. 時間：108年1月30日(三)上午9:00至下午4:30。
  - 2. 地點：實踐大學臺北校本部圖資大樓地下2樓國際會議廳(近文湖線大直站1號出口)
  - 3. 報名方式：採線上報名，網址：<https://goo.gl/forms/4Crxy53y9czXJgPG2>。



## 【升學資訊】

- ◆ 【108大學繁星推薦與個人申請、四技二專個人申請】招生簡章已公告，請同學上網查詢！
- ◆ 國立交通大學108學年個人申請 旋坤揚帆招生(家庭弱勢、特殊境遇)、國立嘉義大學108學年度體育運動績優單獨招生考試，相關資訊已刊於輔導處網頁。

**歡迎有興趣的同學上輔導處網站查詢相關資訊及上網報名**

# 鏡中母女：我的一切努力，是為了不像母親

By 迷人來稿 2018/10/16 女人迷 作者 | 哈理斯

## 與母親相似的焦慮！

透過心理學中「鏡中母女」之現象，反思女兒無法與母親切割分離的相處課題。

作為一位諮詢心理師的好處，除了朋友們大多會信任你而把心聲盡訴，在晤談室外亦能聽見有血有肉的臨床資訊之外，還有准許把他們的故事寫下來的特權。最近跟一些女性朋友見面時，我尤其聽見一個主題：女兒最害怕的，莫過於與母親相像。

### #我最討厭聽到說，我跟我媽長得像

那天在咖啡店跟Y小姐碰面，她抱怨上週吃晚飯時，母親當著她的先生和友人面前，喋喋不休地給予她「生活的指導與建議」。原本Y小姐只是板起黑臉，沉默不語，但當母親說：「你是我女兒，又長得跟我那麼像，媽媽知道甚麼事對妳最好。」內心早已按捺不住的她，憤怒地強忍著這一切，離席後馬上為自己的無言以對抱頭痛哭。

「幹！我最討厭聽到說我跟我媽長得像！」Y小姐就跟母親相似的厭惡，不只在這句話中表達得淋漓盡致，也表現在生活的大小事裡。好比她買了一支去皺的臉部滑輪和報名運動班減肥，這些看似為了讓自己更美麗動人的舉動，乃源於她之前照鏡子時「發現自己再這樣下去，會跟媽媽越來越像！」這讓我回憶起當年Y小姐結婚時，看著跟母親站在一起的她，我說：「妳跟妳媽真的長得很像。」她百般無奈地自嘲：「畢竟我是她生的嘛！」直到現在，我才懂得那語言之外的唏噓與傷悲。

然而，我思索對「相像」的恐懼，彷彿臉孔的相似，只不過是印證著某種更莫名的存在深淵。正如有時候最不經意的話語，卻道盡了潛意識的真相一樣。

Y小姐自知情緒管控不好，目前也沒有計劃生育，因為「我全家都有病，很自然我也有問題，因為在這種家庭中長大，才會嫁給一個也是情緒有問題的老公」。即使意識上，女孩總清楚要表現得與母親不同，更決心不要成為母親二號。不過，正如我在諮詢工作中遇見的，大部份女性，不論年紀，只要去想像她未來的家庭生活，都會有股莫大的恐懼：「我真的很怕自己會跟媽媽當年對待我一樣，去對待自己的孩子。」

### #在你眼中，我看見我的母親

這讓我想起電影《夜行動物 Nocturnal Animals》中，女主角 Susan (Amy Adams 飾) 與前夫 Edward (Jack Gyllenhaal 飾) 的一次約會中，他對她說：「我一直都很喜歡妳媽媽……妳們眼中都有著同樣的悲傷……妳們有著一樣悲傷的眼睛，且這雙眼睛，真美。」Susan 強顏歡笑：「別再說我像我媽這種話了，好不？我才不要像她！」

這個小片段有兩個值得深思的地方，首先是「一樣的悲傷」，或者是精神分析常談到的憂鬱 (melancholia)，居然以一種無可逃逸的方式，在母女間遺傳並複製。就像Y小姐一樣，即使多麼有意識地阻抗，但她還是無解於為何自己極容易被憂鬱的母親影響而情緒低落，彷彿她們在情感上，以某種方式繼承了情感的相似性。

第二點要指出的是，男性所喜歡的如果是那份與她母親一樣的某物，而這又是她最奮力抗拒的；那到底，他喜歡的她，是否正正映照出她的母親？或當她尋求他眼中的自己時，所找到的會是自己的母親嗎？……延伸下去：在鏡子面前，我與母親真的是一樣？我是否永遠逃不出她的陰霾？

在晚餐桌上，母親所給予 Y 小姐的「關心」，其實都表達著不要與女兒分離的要求（你不要到外地工作，留在這裡就好！我清楚怎樣對妳是最好的。）或者如 Susan 所說的：「他們只是把子女視為自己的鏡影（They just see us as a reflection of themselves）」——我稱之為，要變成一樣的人。

這鏡像的母女相似性是很怪異的，確實閉上眼，眼不見為淨最好。後來 Y 小姐把臉別過去，不再正視她的母親，彷彿不用看的，人類的女兒就仍可以用想像來抵抗此一相似性，但當我們睜開雙眼，面對鏡子中如真實的影像時，又不得不承認，「母親（mère）」與「一樣（même）」都已經交融在一起。（兩者在法語的發音是幾乎一樣的）

## #憂鬱的雙面刃：我憂鬱，是不想看到妳憂鬱的鏡子

不只 Y 小姐在感到委屈時無法跟母親反駁，另一位朋友 T 小姐也同樣，面對無理的責備時，也只能把臉別開，默默承受。難道這就是母女關係的哀歌？若繼續用母女的鏡像來細想，其實，那些母親們吼叫的臉，都是張牙舞爪地積極攻擊；相對地，女兒們的臉都是默不作聲般被動防衛。我猜想，這是她們在當下，唯一能夠與母親不再相像的方式。只不過，亦失去了原本屬於自己的力量。

最後，回到理論層面來看，害怕長得一樣，彷彿是一道專門針對母女關係的亂倫禁忌：禁止趨向同一性。然而，這道禁令不再是傳統上由父親所下的禁止母-子或父-女的亂倫禁令。這一次，是由女兒自己給出的：別讓我跟你一樣。

對不少女性而言最可怕的，不是與母親分離，而是無法分離、變成一樣的恐怖。這個過程會如此艱鉅，正在於女兒總是為母親臉上出現的一絲絲憂鬱而感到罪疚。任何分離所帶給母親的憂鬱臉龐，亦潛意識地提醒著女兒：妳與她彷如鏡影的事實。為此，女兒保護母親，讓她不致於因分離而露出憂鬱的眼神；與此同時，女兒也避免去面對，她與她極為相像的事實。但這把雙面刀的結果是，她只能讓自己的眼神變得憂鬱，在無法分離中，繼續映照出母親的模樣——反正，只要不照鏡子，我還可以裝作無知。

請原諒我無法把這些女性們的故事脈絡交代得更清楚，因為在倫理考量上，我還是得對資料作刪減及扭曲。但願止步於此，我們仍能夠讓那些害怕與母親相像的女性瞭解到焦慮的來源，不只源於自己身上映照出所厭惡的母親特質，更源自那份因保護母親而無法分離的憂鬱。

