

## 從《五個小孩的校長》看兒童情緒病

電影《五個小孩的校長》，帶出了兒童情緒問題的訊息。其一就是因被其「怪獸家長」強迫讀精英班，而全身出紅疹的 Martin。第二個就是父母因交通意外雙亡的珠女。焦慮症是常見的兒童精神疾病，每一百名學齡兒童之中，約有 8-10 人患有焦慮症。焦慮是人之常情，亦是孩童時期正常發展必經之路。不同年齡層的兒童可以發展不一樣的恐懼和焦慮。例如，嬰兒會常在離開照顧者時產生分離焦慮，適齡學童可能害怕黑暗、「怪獸」或蛇蟲鼠蟻。隨著成長和對焦慮認知的正確理解，大多數兒時的恐懼和擔憂都會隨著時間而淡化或消失。可是此情緒若變得過度、不合理、或持續不斷，而令孩子日常生活受到嚴重影響，他們便須接受精神健康評估和治療。回說因紅疹痕癢難耐的 Martin，他有可能患上兒童廣泛焦慮症——其患者對日常生活的種種有過多和不受控的擔心。例如：他們會對學校成績、朋輩交往、家庭、甚至意外和災難的產生而變得憂心忡忡。兒童通常都較難用言詞去表達或解釋他們的心情，更多時候他們會跟你訴說身體上的不適，如頭痛、腹痛、肌肉緊張、睡眠或胃口問題等。老師可能會察覺到孩子的煩躁、集中力下降、經常要上廁所(因腹痛、瀉)等。而害怕「行雷怪獸」的珠女，表徵是特殊恐懼症 - 患者對某些情境或物件，如處於黑暗、站在高處、昆蟲、打針等，表現極端及非理性的恐懼。但電影深層的訊息是想帶出如何幫助兒童面對親人死亡的悲痛——一般人認為小孩沒有死亡的概念和不能理解其意義，需要忌諱。其實不然，他們有時比我們更有彈性和應變力。成年人應盡量以真誠、直接的方式回答小孩的問題，不需刻意避談「死亡」，畢竟死亡是不能預測和無法避免的。下回嘗試以臨床角度剖釋如何協助喪親兒童渡過哀傷。

香港精神科醫學院

精神科專科醫生 李厚道

原文刊載於太陽報 2015.04.19