

2016年10月

童話中的沉迷事件—穿上後就停不下的誘惑紅鞋(老師版)

## 本期焦點

- 網路沉迷



從前從前有個失去母親的小女孩沒有鞋穿，但這孩子把一些碎布撿起來，最後為自己縫了一雙紅色的鞋子，她非常珍惜。雖然每天都得要靠著在叢林裡面撿拾食物，但她卻覺得自己非常富有。

沒多久後有位老婦人把這位女孩帶回家撫養，小女孩換上了乾淨的衣服和細緻的羊毛衫。當小女孩問到自己就有的衣服與紅鞋時，老婦人說因為太髒了所以都把它們給燒掉了。女孩非常傷心，儘管她已經在舒適的家裡面，穿著新衣服和新鞋子，但這些幸福卻無法取代自己親手縫製的紅鞋子。對她來說這雙舊紅鞋遠遠超過任何東西。

過了幾年，小女孩已經長大到可以參加成年禮。老婦人帶著她去訂製一雙可以在這場合穿的鞋子，女孩看到了鞋匠的鞋櫃中有一雙很細緻的紅鞋子，它們散發出紅色的光輝，女孩依照飢渴的心選了這雙紅鞋，而老婦人因為眼睛已經不好也沒看清楚這雙鞋的顏色就付錢了。

當然，過沒幾天老婦人因週遭人的耳語而知道了女孩的紅鞋，並且嚴厲的告訴她不准穿紅鞋到成年禮上。但女孩當然聽不進勸告還是穿著紅鞋到成年禮上，每個人都注視著她腳上的紅鞋。當教堂的音樂響起時，女孩不自覺隨著音樂翩翩起舞，穿過花園，穿過大街。老婦人馬上把女孩抓回家，脫掉了她腳上的紅鞋，並警告她絕對不能再穿那雙紅鞋子。

不久後，老婦人臥病在床，而女孩趁機再度穿上了那雙紅鞋，並且開始跳舞，且神采奕奕的旋轉跳躍著，卻還不知道自己碰上了麻煩。當她想要向左時，鞋子居然向右邊舞去；想要繞圈時，鞋子卻直直往前，鞋子帶著女孩穿過馬路、田野和森林，女孩試著要停下來，鞋子卻不讓她停，試

著要脫下來卻還是舞個不停。

於是她跳呀跳著，跳過了最高的山丘、經過山谷、經過風雨、霜雪和陽光，在最黑的夜晚也在光明的白天，她依舊跳著舞蹈，卻已經不是美麗的舞蹈，而是令她無法休息的可怕之舞。

最後女孩舞躍過了荊棘、河流、樹籬，繼續往前進，跳著跳著來到了劊子手居住的森林，女孩經過劊子手的門口時向他乞求，劊子手先試著割斷了舞鞋的鞋帶，但鞋子依然在女孩腳上，因此她大喊自己的生命不算甚麼，並請求砍斷她的雙腳。於是劊子手砍斷了女孩的雙腳，而紅鞋與女孩的腳繼續跳舞，經過山丘、經過森林，消失在眼簾之外…

這是出自安徒生的童話故事中一則非常著名的故事—紅鞋子，我想大家對於故事的結局不甚滿意，可能還讓人感到有些可怕，但把這則故事放到現在的社會中卻也一再上演。這樣讓人著迷且喪失心神的紅鞋可能是菸、酒、毒品、藥物或甚至是網路，許多人為了心中的紅鞋而廢寢忘食，也停不下”舞步”，儘管帶來困擾也可能讓自己身邊週遭的人不理解，但那種快樂與著迷可能只有自己以及與自己一樣在那個世界的人群才可以懂得這種心境與感覺。

隨著故事的結局，我們都看到了過度沉浸在某些事物上總會失去些甚麼，故事中的女孩一再穿上那被禁止穿上的紅鞋，雖然一開始手舞足蹈且開心的跳著舞四處炫耀，但跳著跳著卻也停不下來了，無法掌控自己的雙腿，即便倦了、累了卻還是得跳著舞，直到雙腳被砍斷……。但，還記得女孩為何要一再穿上那禁忌般的紅鞋嗎？整個故事悲劇的起點在於女孩被燒掉的手做紅鞋，那雙鞋雖然是拼湊出來，很可能破舊不堪，充滿了女孩來自內心的創意與活力，儘管在物質世界中的條件並不好，但心靈上卻非常滿足。

儘管那鞋子看起來並不起眼，但卻象徵著女孩內心的各種力量，不論是創意、活力以及存在感，但我們有時不小心就會燒掉孩子內心那充滿力量的鞋，常常我們並不知道自己做了甚麼，或許是一句玩笑話、一句不經意的話都可能就像火焰般讓孩子的內心受到煎熬；有時在成人眼中不值錢也看不上眼的拼湊紅鞋，或許是孩子心中重要的寶藏，也或許是孩子正在萌芽的價值與希望。有過這樣的經驗嗎？曾經自己堅持過一些事情，但別人卻不懂得自己的堅持是甚麼，還在旁邊潑冷水或勸退放棄，這樣的感受或許可以比擬孩子內心受創時所經驗到的感受，我們隨著年紀的增長是可以明瞭且清楚自身的想法與感受，也在成熟的過程中學會了撫平自己傷口的方式，然而孩子還在成長的歷程中，他們對情緒敏感卻又不知如何是好，所以一再的用行為來表達自己的感受，其中一種行為就是不斷地沉迷在某些事情上面，如同故事中的女孩尋找替代的紅鞋一樣。

那該怎麼辦呢？總不能所有事情都順著孩子吧？其實很簡單，原則就是去理解跟同理孩子的內心，從對話中理解孩子想要做某些事情的背後動機，孩子要的東西或行為對他而言有甚麼意義，有時他講不清楚，可以溫柔的給予不同選項，同時也藉由對話讓孩子補充講得更完整，對於他講出來的背後意義與價值觀不批判，並承接住他內心的期待，從而理解那深層

的渴望，讓孩子知道我們可以懂他，也可以接受他的渴望與期待。我相信在這樣的過程中關係會更加緊密，而孩子也可以在過程中漸漸學會去探索跟理解自己內心的期待是甚麼，然後可以一起找出適當的方式去完成他的渴望。

(心理諮商輔導中心實習心理師 闕壯耘編)

心理諮商輔導中心關心您

歡迎與我們聯絡

聯絡電話：(03) 8632261

服務時間：W1-W4(08:00 – 21:00)、W5(08:00 – 17:00)

中心網址：<http://www.pcc.ndhu.edu.tw>

電子信箱：[pcc@mail.ndhu.edu.tw](mailto:pcc@mail.ndhu.edu.tw)

