

專家建議：青少年適性發展最重要

有愛與成就感 青少年行爲不偏差

採訪·林潔欣
諮詢·知名親職教育專家 楊俐容老師

青春期，一個美好又矛盾的年紀，外表漸漸成長為大人樣，內心卻因為成熟腳步跟不上而達不到大人的期待與要求。青少年常覺得：「我已經長大了，不要再把我當小孩一樣管！」大人則認為：「你還小不懂事，聽爸媽的就對了！」

一方要爭主權，另一方卻放心不下，各式衝突、爭執開始出現在有青少年的家庭中，「叛逆」、「偏差」等標籤也悄悄地貼在青少年身上。如果父母指責不斷，親子間負面情緒不停累積，最後，孩子乾脆「擺爛」：「對，我就是這樣。」、「反正你也拿我沒轍。」……，弄得兩敗俱傷。

知名親職教育專家楊俐容老師表示，青春是人生當中很重要的階段，唯有在「愛」的基礎下，找出適合青少年學習與成長的相處方式，他們才能順利蛻變，為成年後的發展打下良好的地基。

以愛引導青少年超越煩惱

「為什麼孩子這麼難溝通？有這麼多不滿？」是家有青少年的父母普遍的疑惑。楊俐容老師說，由於生理和心理成熟度的落差，青少年對情感有所渴求，但克制衝動、紓解欲望的能力還在發展，再加上生活重心逐漸從家人轉移到朋友身上，無憂的童年也



楊俐容老師

被沉重的課業取代，青少年的情緒很容易被放大。

這時，家人的愛與了解對青少年更顯得重要。現代社會結構改變，但無論是雙親家庭、單親家庭或隔代教養，「愛」都是首要的基礎。楊老師建議，對於這時期的孩子，一定要管，但絕對不要太多。「管大事不要管小事」是楊老師一再強調的管教原則：「但青少年要學習自主、負責，不是太嚴重的事情就放手讓他們去經歷、去體驗，孩子才有機會長大。」不是完全不管，因為那會讓孩子覺得被忽略、被放棄，而是要關照著。

所謂「關照」就是多用引導的方式讓孩子主動表達；面對一個氣呼呼的青少年，如果父母一味的否定他，只會強化他的反抗，但若換個方式理解，孩子的情緒有地方可以抒發，才能理性面對自己和別人。比如說，當孩子批評老師「很機車」的時候，家長可試著回應：「喔？老師今天怎麼了嗎？」孩子抱怨完之後，就可能會說：「班上有些同學鬧得太過頭，結果連累全班挨罵。」這時你可以順勢說：「嗯！所以老師今天才會特別生氣。」引導孩子去理解老師的狀態，而不是一味的指責孩子：「一定是你們不守規矩，老師才會生氣。」

「其實，多數青少年都能理解父母管他是愛他這個道理。」楊老師說，在她遇到的個案當中，孩子多半知道父母的苦心，只是情緒往往會無法控制的起伏，這時，他們需要的是父母的了解和支持。

特別是當父母的管教常和課業成績連在一起時，孩子會覺得「你在意的是面子，不是真的關心我」，也會認為課業不好就沒有被愛的價值。但如果父母的管教是針對行為常規，即使稍微囉唆了一點，青少年還是知道父母管教有理。

楊老師認為「過與不及」是現在父母最常發生的問題，覺得「不管」就等於「親子關係好」，但事實上，父母撒手不管的青少年容易出現兩種心態：「我真的很壞，你管不動我」、「你已經放棄我了」。所以，當父母以為只要不管就不會有衝突時，孩子的心也就漸漸遠離了。

幫青少年找到成就感

對青少年而言「成就感」是另一個非常重要的價值來源，楊老師一再強調，只有愛沒

有成就感的孩子，很容易就成了「媽寶」；孩子有靠山，對生活沒有目標，再加上3C產品的誘惑，即使成年了也易成為宅在家、不想進入職場的「啃老族」，造成另一個社會問題。

楊老師說：「有些學科能力較弱的青少年，國中時因為學業成績不好而有偏差行為，進了技職學校後，開始發現自己在操作能力上的才華，甚至得了多項技藝或發明獎。有了自信之後，就能面對自己學科上的不足，開始回頭認真讀英文……等。」所以，只要父母不放棄，等孩子找到成就感，自然會想再更上一層。

「永遠不要對孩子說：『你再這樣就出去！』，沒有任何一個青少年應該被放棄，家長有愛有堅持，偏差的青少年才有機會走回來。」楊老師說，讓孩子保有自我、對孩子懷抱希望，不高壓、多溝通，是面對青少年的不二法門。

不過，現代社會貧富差距大，越來越多父母連自己都安頓不好，更別說教導孩子了；這時候，學校就要發揮彌補缺口的力量。楊老師說：「每個學校總有一些懷抱教育熱忱的老師」，因此她特別鼓勵青少年，碰到良師就要好好把握，「多一位貴人，孩子就多一分機會」。楊老師曾經遇到一位家庭有狀況的孩子，因為參加社福團體進駐學校的課輔班，受到志工阿姨的照顧，也發現自己有打羽毛球的天份，之後保送高中，在體育方面有很好的發展。楊老師也建議青少年們，如果環境不如你預期，請主動開口尋求幫忙，找尋能給你幫助的人事物，無論是學校輔導室、社福單位，甚至是關心你的志工爸爸、志工媽媽，只要你願意將煩惱說出來，一定會有人陪著你一起解決。❤️