

## 家長面對反叛少年有妙法

很多父母都因子女少年期的急劇轉變而措手不及，其實要掌握與少年人相處的妙方，必先要瞭解少年期的心理狀況。根據專家意見，給大家提供以下幾方面作為參考。

### 少年子女的反叛是他們正常的發展過程

少年時期的孩子渴望獨立，不論衣著、髮型、生活、興趣等，都開始有主見，打點一切的管教方式，已不再受歡迎。子女開始介意父母看他們的私人信件、偷聽電話等行為，希望父母尊重其私隱的要求，是少年子女爭取獨立的表現。

少年也期望尋找自己身份認同，他們不時問“我是誰？”他們最希望得到朋輩的認同。朋輩能夠幫助子女建立模範，這種模範卻有正負面之分，若是負面的影響，少年人可能會因為想得到朋輩的認同，不顧後果地參與高危的活動，並放棄他們原有正確的價值觀。

以上種種狀況，最常見於12至14歲之間。中二開始，他們想學做大人的意願最明顯，據一般家長和老師的觀察，少年最難處理的是中二至中四的階段，我們可稱之為“少年的暴風期”。此時，他們的心理狀況十分反覆，一方面想證明自己已長大，但骨子裡仍稚氣未除，這階段的少年情緒大起大落，容易與父母爭吵，總覺得父母不明白自己。作為父母要有足夠的心理準備和耐性，去面對這段暴風期。

### 如何與反叛的少年子女相處

首先，不要激化他們反叛的火：“我們不要惹兒女生氣”，這句話更適用於少年子女的父母。父母表現對子女的不信任或不尊重，容易激化他們的情緒，特別在一些生活的細節上，堅持

子女順從自己的想法，是衝突的導火線。其實若非原則性問題，父母最好不要製造戰場。與少年子女接觸前，父母應要檢視自己的情緒，以尊重的態度與子女對話，才能達至真正有效的溝通。

第二，鼓勵健康和正面的朋輩關係：作為父母，都希望子女身邊的朋友，能給他們正面的影響。我們要跟子女建立互相尊重的關係，以開明的態度去面對子女的朋輩問題。例如：讓他們與朋友在家聚會，從而瞭解他們的行為，覺得不當時，父母便可分析當中利弊，與孩子訂立家庭規則，指出其違規的後果。只有引導子女具備獨立思考的能力，他們才能對抗朋輩的不良影響。

第三，合宜的期望及彈性的選擇：少年人處於半生不熟的階段，父母對他們要有合宜的期望，要聽取他們的想法，切忌“一言堂”，因為此時期，他們的智力發展較快，邏輯思維開始形成，喜歡跟人理論，父母要把握這種特性，不要用鎮壓式的指令，要耐心地分析問題，引導他們推論合理的答案，讓他們心悅誠服。

第四，不要只查找不足，要表達欣賞：父母對在轉變中的少年人，可能會有許多不滿的地方，如：他們的學業、衣著和朋友等，如果家長一味批評，少年人會認為父母針對自己，因此逃避與家長溝通。聰明的父母會把握時機，加入“欣賞”這種潤滑劑。其實子女除了需要朋輩的認同，父母的認同也很重要。

總而言之，少年反叛階段只是一個過渡期，我們只要有愛心、有耐性，風暴過後，親子關係自然更穩固、更和諧。

資深心理輔導員 區祥江博士

弘揚中華傳統文化  
激發愛國愛澳情懷

Divulgar a tradição cultural chinesa Estimular o espírito de amar a Pátria e Macau.