



# 我們都是這樣長大的

文：韓衛

成長是一個奇妙的歷程，每一個階段都需要不同的支持要素和培育環境，才能安全度過，並成為下一個階段的基礎。對於父母而言，我相信最困難的就是子女進入青春期的階段。父母必須從經理人角色變成顧問角色，才能讓子女有發展的空間和機會。回想我們的成長過程，

都同樣是從青春期一路走過來的，那些曾經讓你受傷害的情境，當你重演的話，一樣會對你的子女造成傷害；那一些曾經讓你成功的家庭氛圍，同樣也會有助你的子女成長。回想自己的青春期，有幾點經驗總結是可以與家長們分享的。

## 一、從小要求子女提供協助，讓子女參與家庭事務

我因為父親早逝，初中開始就是由母親獨力撫育，母親體弱多病，從早到晚要工作，下班之後還要去街市買菜煮晚飯。當時她就要求我陪她去市場，幫她決定買甚麼菜；同時需要我這個大力士幫手提菜回家。就是因為這個原因，我整個童年及中學階段，經常在傍晚下班

的路上，與母親走過一段段很長很溫馨的街市買菜的美好時光。就是這樣的經歷，剛剛滿足了青春期特定的一些成長需要。那就是每天要為自己的生活做決定，以及為整個家庭做決定。當中包含了兩個重要的關鍵成長因素：

### 家庭觀

父母要為子女提供一個重要的觀念，就是父母並不是強者，更不是萬能的，也同樣需要家人的支持和幫助。有很多家長因為擔心子女的學業，當自己有需要的時候，也不會主動要求子女幫助，這樣的做法是一個很大的錯誤。因為人的價值並不在於是否一個人活得好好的，而是對家庭、對社會作出多少幫助和貢獻，這觀念必須要從自己的家開始培育。

### 承擔能力

在做決定的時候，母親只要求我考慮價格上限，其他的都由我決定，她從不干涉。記得有一次我要買豬耳朵，而當天的價格比豬肉貴很多，而她當時也只是皺了一下眉頭，不干涉我的決定，也代表了我必須選擇正確，選錯了就要承擔後果，雖然這只是雞毛蒜皮的小事情，但是日積月累，卻起了關鍵作用。母親的做法十分正確，到了後期，我自己決定要讀的專業，我決定我要去的地方，她都是不干涉，甚至連眉頭都沒有皺一下。這一點，對很多父母來說是很難做到的，而我的母親卻神奇的對我充滿了信心。

## 二、面對青少年的反叛期，父母手上只有感情牌，千萬別想用威權牌， 因為我們手上已經沒有這張牌

回想青春期，我不是一個乖學生，在學校出名是成績甲等、操行丙等的那一種。每次闖禍之後，我最擔心的並不是學校的處罰，而是擔心讓母親失望。學校是可以打威權牌，要處罰的還是要處罰，但我的母親卻很有智慧的用皺眉頭這張感情牌。母親很少對我訓話，她只

有表現出一副擔心不安的樣子，或者是她自己一個人回房間沉默不語。說來奇怪，母親的沉默反而比任何的處罰來得嚴重和深刻。現在回想起來，我母親的反應卻剛好符合這個階段的特質需要。





青春期反叛的對象基本就是威權，他們對成年人的世界有很多不同觀點和辯解，父母如果繼續扮演威權角色的話，就剛好站在了青少年的對立面，把話說盡了，也總不能把小孩趕出家門吧，要記住，這個年齡的小孩並不害怕被趕出家門，家長們千萬不能硬碰硬。管不了，並不是放手就不管，我們是有情緒的，家庭成員之間是有感情的，你的擔心和你的失望，還是要真實的表達出來，小孩如果在乎你的感受，他們就會約束自己，改進自己。

感情這種東西很神奇，它就是存在着，不需要你說道理，如果你硬要把感情的道理說清

楚，這反而是畫蛇添足。因此面對青少年的各類問題，你只能表達你對這些問題的感受，不需要解釋太多道理，他們多沒有耐性聽。反而你的情緒表達，只需要百分之一秒，就能感染對方。你也不必解釋你為何擔心，反正你擔心的表情就已經寫在臉上。感情牌能否有效果，需要有一個很大的前提，就是一家人彼此關心，大家都在乎對方的感受，家裏有愛。當一切都無法掌控的時候，愛是最大的力量，這也是上天預先賜給我們的能力和天性。就算我們手上沒有可出的牌，這張感情牌也會不離不棄的，永遠在我們彼此的心中。

（作者：澳門心理學會顧問）

想取得更多學生輔導資源及親職教育資訊，請掃描有關 QR Code !



學生輔導資源網



澳門親職教育資訊網