

「戀愛停看聽」～ 淺談父母陪伴青少年交往的因應之道

黃婉卉
東海大學教育研究所研究生

一、前言

「那些年，我們一起追的女孩！」為國內近十年來年輕學子戀愛電影最火紅的代表作，劇情改編是由導演九把刀用自己的初戀回憶撰寫的同名小說。劇裡，男女主角的年少青春中悄悄滋長的不為人知的暗戀或初戀，那種藏在心中的美好情感、懵懂愛情之下的羞澀，沒有牽手，沒有親吻，所有的一切都很青澀，看完這部電影，對於青少年子女交往問題也有些想法。

在兒童福利調查中研究顯示，有 60% 以上交往經驗的青少年都曾為感情苦惱。調查指出兒少不想分享交往心情的原因大都來自「大人的態度」，例如父母親不贊成情感交往、學校老師甚至會因此約談父母、進行警告或處罰（蕭子喬，2020）。當發現子女戀愛了，父母親該怎麼面對「戀愛」這個議題呢？該怎麼與戀愛的子女討論情感的議題呢？對於子女在情感的世界的處理方式與理解方面又了解多少呢？根據兒童福利聯盟（2016）進行台灣兒少性教育知識調查，發現最低分的分別是「處理分手失戀情緒」以及「表達情感」，足以顯明青少年在情感性問題是需要學習與協助。

剛從國小畢業的小男孩和小女孩，在升上國中七年級成為青春期的少男與少女，他（她）們正對兩性產生好奇心理、兩性交往議題上也感到興趣。然而，父母親都會擔心青少年子女因情感之事而疏忽當前重要的學業。因此，本文將先探討青少年子女交往有哪些正向功能，並提出父母親面對青少年子女交往之因應之道。

二、青少年子女交往的功能

情感交往通常都是正向情緒的來源（Larson, Clore, & Wood, 1999），對踏入青春期的青少年來說更是個全新的挑戰（Furman, Simon, Shaffer, & Bouchery, 2002）。王淑俐（1995）針對 1,170 位國中學生進行青少年情緒問卷調查，研究結果發現談戀愛是國中生主要的情緒問題來源之一。黃靜宜（2018）也認為青少年交友目的，認同結交朋友可以增進自我認知、人際關係，同時有助課業學習和相互陪伴、支持；同儕對青少年涉入情感交往的影響一直受到學者的重視，同儕團體提供建立交往的環境，也可能影響他們對朋友的選擇與行為（Bouchey & Furman, 2003）。青少年子女在兩性相處的觀念中，主要偏正向中立、平等且尊

重彼此，對現階段兩性交往的模樣中，存在美好、嚮往、支持的態度，同時學習因應同儕之間的關係。

適當的兩性交往，為青少年學習社會化過程的良好機會。以下學者說明兩性約會具有正向功能如下：(1)發展與兩性交往的社會與人際技巧。(2)提供與兩性同儕建立友誼的機會。(3)提供合法場所以探索兩性的差異與特殊性。(4)增進性別角色的認同。(5)嘗試發現兩性間相互往來的界限。(6)增進未來婚姻與家庭的準備認知。(7)可以發展與兩性的真誠、愛、相互關懷的情誼（陳炯鳴，2006）。

承上所述，可以瞭解到青少年子女在兩性的交往的過程中，仍能在兩性互動過程中有所學習。如同 Erikson 認為兩性關係是人生重大的議題，尤其在青少年期，它是重要的人生任務（柯淑敏，2007）。當青少年子女能夠建構開放、能引導親愛他人，以及經營兩性關係的性別相處模式，讓兩性教育在平等和建立尊重包容的學習環境，同時也能在家庭、父母親與青少年子女之間對於兩性交往策略，讓彼此擁有充分資訊的情況下，能有健康的兩性互動與交往模式（王金樑，2008）。

三、父母面對青少年子女交往因應之道

Steinberg（1990）引述精神分析論對於青少年心理發展的看法，提及青少年子女與父母親的分離過程是一必然的現象。而這時期親子之間發生的衝突點必然增加，此時父母親對於子女的教養方式，應鼓勵青少年子女發展獨立自主思考的能力，如果父母過於強調親子之間的和諧，反而會阻礙青少年子女邁向成熟的發展（李依親，2019）。

Bouchey 和 Furman（2003）所言青少年藉情感交往認識自己，自己的喜好，自己受歡迎的程度，有助於自我認同的形成。Pope、Mchale 與 Craighead（1998）在自尊論中提及青少年子女交往時，父母親應思考如何從心理層面的思維模式，以開放、多元的心態來迎接青少年子女的感情萌芽期、父母親角色的轉化已變成家庭戀愛必修課題。因此，父母親如何與青少年子女在感情的起跑點上，開啟無所不談的生活經驗，則是為人父母目前當務之急的親職課題。以下為筆者提出父母親對青少年交往的態度與因應之道：

（一）尊重隱私權

Erikson 強調，青少年時期為探索並強調認同的重要時期。在與交往的過程中，更重視自己的隱私權。如同王俊文（2006），強調個人「生活之權利」和「不受干擾的權利」兩種權利為主要的隱私界限。即便父母知道子女在交往過程中可能會受到傷害，進而產生私下探索交友網站或通訊紀錄。父母應該認知到青少年

交往是成長的必經過程。即便在交往發展階段產生任何的變化，都應該身體力行尊重青少年子女隱私權，才能奠定子女對父母的信任感。

(二) 愛、接納、尊重

父母在關心青少年子女交往的過程中，需多關懷子女的人際交往。程景琳（2017）的研究指出假設父母過度的使用行為或心理控制的管教方式，會影響孩子的同儕關係。同時也影響著青少年對交往的態度，像是父母關係良好的家庭，青少年子女對於兩性交往的觀念和態度，通常也就比較健康（張德聰，2013）。應建立與他們聊天的機制，透過人際關係、戀愛、婚姻等話題，了解子女在交往的心態。此外，在談話的過程中，宜以同理心感受子女的心情，理解並尊重孩子的想法，建立良好的互動觀念，有助子女遇到感情問題時，能夠開口詢問的勇氣與機制。

(三) 魚（學業）與熊掌（需求）兼得

《論語》：「少之時，血氣未定」，所以華人社會基本上是不鼓勵青少年與異性交往，傳統觀念認為青少年正處於升學課業壓力的階段，普遍來說是不被父母師長允許的（吳思霽，2004；黃德祥，2007）。在富有壓力的升學環境裡，父母在面對青少年子女交友問題時，則應與子女共同達到學習與交友皆須重視的共識。父母應鼓勵青少年在學業上須維持學習態度及學習成效，進而交往的彼此也能成課業上的學習夥伴。

(四) 堅守原則、保留彈性

就國內外文獻研究發現尊重自己與他人對友誼、戀愛、婚姻、親子等親密關係有相當的影響力（Kumashiro, Finkel, & Rubult, 2002；翟宗悌，2009）。父母親應與青少年子女共同討論在人際交往的重要關鍵原則、規範，以確保子女對交往過程中的身體與情感，皆能處與安全界限以內。例如：過夜的原則、約會的形式、約會的地點等議題，皆可偕同子女一起思考規範下的意義。並可邀請子女一同立下約定，建立負責的行事原則。

(五) 成為青少年子女的好麻吉

面對子女進入青春期階段，應對青少年子女轉變的最佳策略，就是成為他（她）們的好朋友，父母主動製造適當的時機，順勢利用不同的溝通管道和空間營造，除了了解孩子交往的狀況，也展現了父母對子女的關愛之情（陳美君，2020）。除了以愛、信任與尊重為基礎，運用雙向溝通的技巧，培養親子的親密關係，吸

收親職教育的新知，例如：善用手機通訊軟體（LINE 或 Messenger）取代當面溝通說教，也不失為新時代的青少年溝通模式。父母也不可抱持著以往自己受管教的經驗，一味的套用在自己子女身上，加諸青少年子女的心理壓力。

四、結語

所謂「天下父母心」，天下最難扮演的角色就是父母親了！父母親對於子女的擔心、煩惱是不間斷的，對於青少年子女自己在處理感情問題時又特別擔憂。其實父母親也有類似的體會，他們的反應並不是反對或鼓勵的態度，而是覺得既然孩子在國高中的階段有交往問題，將它當作是多認識朋友、學習如何與異性相處、增加自己與人相處的能力，甚至將來能運用在工作上（陳美君，2020），將情感問題換位思考，這都是青少年增加人際智能的方式，也正向的學習與人際互動的歷程。

面對家中青少年子女有情感交往事實時，父母親應當去了解孩子的交往過程和理由，而非一昧的禁止，而是要帶領孩子去認識兩性交往的相關議題，並帶領孩子用行動證明，在兩性交往的過程裡，不使其影響學業，同時自身需維持正常生活作息。時代在改變，父母親要體認孩子的兩性交往，是成長必經之路。但不變的是透過親子溝通，建立良好的溝通模式，才能陪伴孩子順利成長。

此外，父母更需要平日多觀察、了解孩子在學校的交友狀況，必要時營造出可以說出心事的心理空間。青少年在交往期間，其父母的心理狀態壓力、操心大過於歡喜的，但如果父母能正面迎擊、陪伴孩子一同面對初次的情感路，相信對於孩子心智成熟將有所幫助，同時在親子互動上也會有良好的表現，這一切有賴於家長的成人智慧來面對。

參考文獻

- 王淑俐（1995）。**青少年情緒的問題、研究與對策**。臺北：合記。
- 吳思霏（2004）。**高中生異性交往之研究—以桃園地區為例**（未出版之碩士論文）。取自臺灣博碩士論文系統（系統編號：092NTNU0261049）。
- 陳炯鳴（2005）。**青少年的兩性關係**。取自 <http://www.buddhanet.idv.tw/dodo/see.asp?oneid=284&passed=&upd=2&sql1>
- 王俊文（2006）。我國憲法上隱私權相關問題之釐清。**東吳法研論集**，2，189-228。

- 柯淑敏（2007）。**兩性關係學**。臺北縣：揚智文化事業股份有限公司。
- 黃德祥（2007）。**青少年發展與輔導**。臺北：五南。
- 王金樑（2008）。高職學生異性交往之輔導。**台灣教育**，651，7-11。
- 黃靜宜（2008）。**青少年依附關係、父母教養方式與其異性交往態度之關係**（未出版之碩士論文）。取自臺灣博碩士論文系統（系統編號：096NTNU5261012）。
- 翟宗悌（2009）。**國中青少年戀愛關係團體諮商方案之成效研究**（未出版之博士論文）。取自臺灣博碩士論文系統（系統編號：097NTNU5328016）。
- 林怡君（2013）。**102 年度臺北市政府衛生局校園心理健康照護普測分析評估報告-總報告**。
- 張德聰（2013）。用正向、積極的態度，關懷青少年的異性交往。**張老師月刊**，428。
- 程景琳（2017）。國小高年級學童所知覺之父母管教行為與心理社會適應之關聯。**中華輔導與諮商學報**，50，161-187。
- 李依親（2019）。**【親子囧話題·專家來解答】青少年談交往，爸媽別急著反對！有些孩子對異性抱持想交往的興趣，其實是來自於被禁止的反動力**。取自 <https://futureparenting.cwgv.com.tw/kids/content/index/16606>
- 陳美君（2020）。**父母對青少年子女戀愛的挑戰與回應**（未出版之碩士論文）。取自臺灣博碩士論文系統（系統編號：108FJU01164021）。
- 蕭子喬（2020）。**第一次談失戀就上手？青春期憂鬱，家長接住了嗎？**取自 <https://chickensoupfamily.com/2020/11/09/teen-love-parenting/>
- Steinberg, L. (1990). Autonomy, conflict, and harmony in the family relationship. In S. S. Feldman & G. R. Elliott (Eds.), *At the threshold: The developing adolescent* (pp. 255-276). Harvard University Press.
- Pope, A. W., Mchale, S. M., & Craighead, W. E. (1998). *Self-esteem enhancement*

with children and adolescents. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.

- Larson, R. W., Clore, G. L., & Wood, G. A. (1999). *The emotions of romantic relationships: Do they wreak havoc on adolescents?* In W. Furman, B. B. Brown & C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 19-49). NY: Cambridge University Press.
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current Directions in Psychological Science*, *11*(5), 177-180.
- Frei, J. R., & Shaver, P. R. (2002). Respect in close relationships: Prototype definition, self-report assessment, and initial correlates. *Personal Relationships*, *9*, 121-139.

