

## 難以抗拒的誘惑-如何面對青少年的兩性交往

作者：邱育姿 諮商師

經歷青春期的少男少女們，因身體的急遽成長，性器官成熟，開始對愛情感到好奇、好玩，彼此相互吸引是一件很自然的事。然而，青少年如果過早且過度追求愛情，常常因而導致課業成績落後，以及可能因發生性關係而衍生未婚懷孕以及法律等問題。父母無不希望正值求學階段孩子注重自身課業，也認為孩子年幼無知，對於孩子過早進入戀愛交往多持不讚許態度，往往容易引發親子間的緊張與衝突。

其實，青少年時期的兩性交往經驗，對青少年發展有其重要影響。心理學家指出，青少年時期是學習愛與被愛的重要關鍵時期；如果在青少年時期少了與異性朋友交往的機會，在人生其他階段學習與異性的相處會較困難。此外，如果青少年的感情關係受到過度強烈的禁止，或者感情交往的經驗不好，他們可能會以為感情關係是醜陋的、罪惡的，而產生偏差的感情交往態度。

青少年的感情交往，強調真誠相對，最好能由普通朋友開始交往，不要一開始就設定彼此情愛關係，且儘可能事先與家人溝通，取得家人的支持與協助。

此外，面對青少年兩性間的愛慕之情，教師們可以做些什麼呢？

### 一、 用分享代替指責

面對孩子過早進入感情關係，父母可能會因擔憂而變成批評和指責。在這樣的狀態下，除了親師溝通的拿捏，避免讓學生談戀愛變成一項滔天大罪式的嚴重行為偏差。藉由和孩子一對一的討論，以輕鬆的姿態討論，可以是分享自己成長的經驗或是教師經驗的觀察，讓孩子也分享他們的看法。試著詢問孩子：「自己真的了解對方了嗎？對方最喜歡的休閒活動、最愛的食物、最擔心的事、最期待的未來。」幫助孩子檢視自己是否都能一一回答呢？愛跟喜歡應該是長長久久的，既然是彼此愛慕、彼此喜歡就應該學習欣賞對方、了解對方。相信透過分享，孩子會較願意接納意見。

### 二、 提供意見由孩子自己作決定

教師們可以藉由課程的設計以及討論來可以傳達正確感情交往觀念給孩子，除了教導孩子自我保護以及避孕知識等，班會、早自習或是課程的暖身等都是可以運用的時間。假設性的問法會是引發討論的要素：「假如我和我的交往對象互動時有生理衝動、如果我/女友未成年懷了孕，我會怎麼做？」讓孩子來思索這一類的問題，這些討論可以幫助學生更有現實感。鼓勵孩子找能信任的師長陪著自己一起來面對問題，並不是指責說孩子可能成為未婚爸媽。面對性關係的議題，身邊的長者表現越自然越好，唯有大方面對，孩子才能坦蕩與師長、家人談自身的感情問題。



### 三、 陪孩子走一段感情路

協助孩子走過情感得失與起伏過程，這很重要。由於青少年情緒及人格發展仍較不穩定，個人激烈的情緒經驗容易導致戀愛關係起伏不定，當戀情有了考驗與結束時，常會伴隨失落感與憂鬱情緒，容易打擊孩子的信心。孩子可能會落落寡歡、失魂落魄，進而影響唸書或生活。此時，師長非僅是責罵，而是帶著一份分享的心陪伴他們走段感情路，理解孩子失落的情緒，轉移焦點，協助孩子重新看待自己並發展自己的特長與興趣。



### 四、 最有效益的協助

透過團體活動可製造同儕接觸的機會，避免對感情過度的幻想。多鼓勵孩子參加團體活動，在團體活動中自然地認識朋友，在這種「團體交往」中慢慢去發現幾位志同道合的朋友，然後可以選擇一兩位深入去認識，再來若彼此都有感動的話可以試著固定一位交往看看。愛跟被愛都是學習的過程，戀愛是甜蜜的，教師們可提供一些成長的心路歷程，教導孩子理解愛情的樣貌，可以如何以平常心來看待這份感情。

### 五、 提供相關法律常識

「性」幻想也是青少年時期普遍存在的現象。部份不成熟的青少年，可能會因為對性的好奇與衝動而做出傷人傷己的事情。此外，對於所喜愛的對象、很多時候會因為不知如何展現尊重，而出現不受歡迎之追求行為。或是在感情與法律的觀念建立上，部分價值觀較偏差的孩子可能會出現「因為法律有規定，所以我要小心、不要被發現」的心態。教師可以像個教練，透過不時的提醒來協助孩子了解法律常識，需學會控制自己的衝動，了解、尊重對方的感受，不要讓慾望控制了行為。

青少年階段的孩子，逐漸擁有自主性。孩子們對於感情的問題與討論，很容易先找朋友、網友，獲得不盡健康或正向的觀念。建立一個讓孩子願意傾談的關係，藉由與孩子的相處中，讓孩子感受到「關心」、「同理」及「接納」。「關心」乃是關心此時孩子的需要與幸福；「同理」乃是以孩子的觀點設身處地了解他們的想法；「接納」乃接受孩子自己的決定，不否定他們。

基本上，每一位青少年在學習成長階段有其個別差異，受到個人心智、情緒，同時也受到心理、生理與社會文化等交互影響，難以僅憑上述之溝通方法與孩子互動時，此時宜求助專業諮商心理人員，協助了解和改善。

