

黃心怡 - 青蘋果歲月的七大教養禁忌.doc

教養青少年的七大禁忌

二十一世紀的父母第一件事要成為有覺知的父母。什麼叫有覺知？你要對自己常講的話有覺知，要知道自己講些什麼。

我統計過，父母最常對子女的講的話是「快一點」，不管是快一點起床、快一點出門、快一點上學快一點唸書、快一點關電腦，這時常的催促，是否真的有幫助孩子更快。

青少年跟兒童最大的不同，是有更多的行動力，他們和兒童一樣有很多的好奇心，但比兒童階段有更多行動力與自主性，反叛性也會出來。

因為青少年階段很特別，在這個時期，教養上有幾個注意：

禁忌一：拒絕孩子叛逆與冒險。

青少年需要透過冒險，確立自主性。

但冒險行為分兩種，一種是健康性的冒險行為，像不由父母接送，讓孩子自己搭公車，或由孩子決定自己的打扮，露肚臍、胯褲、煙薰粧等等，在這種事情上做很多冒險，就不會去做危險性的嚐試。

另一種是危險性的冒險，像飆車或孤男寡女就是危險的，還有接觸毒品。反過來說，什麼樣的青少年會去做危險的事？如果在家庭的依附關係穩定，或有很多時間嘗試健康性的冒險，就不會去嘗試危險性冒險，因為他們生活有很多可以玩的東西。

我會跟父母說，你的孩子要叛逆，在青春期叛逆時最好，如果在青年期或在婚姻裡叛逆，結了婚，但一個外遇後就把生活搞得複雜；就是整個來看，青春乖的太糊塗，在中年遇到叛

逆，什麼都翻了。

禁忌二：多說少聽。

青春期到了，家裡的背景音樂就該改了。青少年跟父母的互動十幾年了，父母講的是重複的東西，如果講了多年都沒有改變，為什麼還要繼續？

孩子長大，他們會覺得很老套，他們會關起耳朵。青少年很容易在自己大了以後、有能力以後，會覺得，「你很煩耶」。

在青少年時期的親子衝突經常是，父母不滿意青少年的態度。那個不良態度包括對父母吼、怒目相視，甚至有孩子會推父母，推囉嗦的媽。

所以，多聽少說，而非多說少聽。這階段父母都說自己了解青少年，其實都是父母在講話，反而是青少年了解父母。

禁忌三：侵犯孩子的隱私權。

不少父母多多少少會去翻孩子的東西、看手機簡訊，你做任何事跟孩子隱私權有關的，你要有本事不讓孩子發現。

早期，我聽過有家長跟孩子說：你日記上錯別字太多。父母講得很自然，可見父母覺得可以做這件事。但父母不要小看這個，當父母不覺得侵犯，反而自己是監護人的心情去偷窺時，反而是踩到地雷。

在個別心理諮商，你會聽到很多青少年的秘密，孩子會想用報復的方法，寫你要看的。她也許交一個男友，她會寫她交五個男友，讓你煩死；或是有些孩子還是想寫日記，就把紙撕成一張一張，塞在床底下等等。

關於孩子的隱私權，父母要把握能物歸原

黃心怡 - 青蘋果歲月的七大教養禁忌.doc

處。很多父母很粗心，像有父母趁孩子洗澡，去看他們的簡訊，刪了不該刪的東西，孩子都知道，有些孩子明著跟你吵，那反而好，但如果知道而不跟你吵是，他可能會用別的方法回應這件事，暗著來，或是把事情藏著更深。

禁忌四：批判孩子的朋友。

你罵你的孩子，他可能氣個五分，但罵他的朋友，他會氣十分。

為什麼？

其實，父母如果仔細觀察，會發現孩子在選擇朋友時，有個更深的意涵是，就是他在練習自主，如果你批評他的朋友，你不是在批評他，而是批評他的判斷。

表面上，青少年不認同你，但心裡，就因為他認同你，因為你是他的父母，這種批評會矮化孩子的自尊。面對這種衝突與矛盾，他會起而捍衛朋友，同時內心是想要得到父母的認同。

很多人說要讓孩子有自信，但如果孩子每次選什麼，父母就說：怎麼老是交這樣的朋友、穿這樣的衣服？每天都講這個，孩子怎麼會有自信？

青少年表面上不認同你，但他還沒發展出清楚的自我認同，他在乎你的批評。父母的眼光也許很好，但當孩子慢慢建構自我認同時，父母不要太快批判，因為那是否定。

當有這種情況時，我建議，把他的朋友當朋友、善待他的朋友。

善待他朋友的好處是，如果那位朋友很流氓氣、不是太規矩的小孩，你請他吃個飯，他也許下次去打架時不會找你的孩子；善待的另一

個原因是，你跟他見過面後，萬一有天孩子抱怨朋友，你就有機會鬆動，你可以順勢說，媽媽好奇喔，你跟他氣質不太一樣，好像不是很適合當朋友。

有機會鬆動，就有機會分化。否則，一下子就批判，後面就沒得做了。

禁忌五：急著阻止孩子的慾望。

你愈想阻止孩子做的事，愈要放慢腳步。你愈阻止，反而助長。尤其是兩性，愈阻止就會愈淒美。你不急的時候，很多可能性都在那裡，青少年父母等待的功夫很重要。你的急裡面，都在消耗親子的能量。

禁忌六：三天兩頭跑學校。

青少年很討厭父母去學校，他們覺很丟臉，覺得父母把自己當小朋友一樣。

我看到許多高中母親在晚自習到校值班，還會把愛講話的學生名字記起來。

結果，同學就說：你媽最機車了。但媽媽反而很理直氣壯。

父母太做對的事情，而欠缺彈性，反而讓這階段，特別重視同儕想法的青少年尷尬。所以，沒有事的時候，不要往教室跟孩子say hi。

禁忌七：不肯道歉。

如果父母犯錯，比較好的示範，是對孩子道歉。每位父母都有可能情緒化，但如果做錯了，還死鴨子嘴硬的，孩子以後犯錯也不認錯。

重點是，事情發生後如何修復，如果做了好示範，你的孩子就是可以道歉的孩子。