

第 2 課 瞭解青少年

洪炳坤、林月云夫婦

“青春期”和“青少年期”

- 青春期 Adolescence：拉丁文動詞，即長大成熟。開始於孩子發育期 10-12 歲，直到身體完全發展成熟，約 19-21 歲之間。
- 青少年期 Teen：一般指 13-19 歲階段。
- 當孩子成長為青少年，父母的角色是教練，必須是指導而不是命令。要放下權威的姿態去接納孩子，孩子的心門才會向父母敞開。

生理變化、情緒波動

- 開始注重外表的打扮、對異性的興趣。
 - 對髮型和音樂的傾向會與同學認同。
 - 對父母講話的語氣不友善，甚至有爭執…
 - 賀爾蒙分泌旺盛，對言行舉止的影響。
 - 父母合宜的應對
1. 瞭解女孩的生理變化是有週期性；男孩比較變化莫測。
 2. 鼓勵參與教會的服事、年輕人的活動；日常生活對音樂、打球或其他運動的愛好。
 3. 有益身心的活動，可以疏導青少年充沛的精力，減少感到無聊的時間。
 4. 為孩子守望禱告，相信神保守他們平安走過青少年。

傳道書 3: 11 神造萬物，各按其時成為美好，又將永生（原文永遠）安置在世人心裡。然而神從始至終的作為，人不能參透。

尋求自我、形像定位

- 當青少年覺得自己是沒有價值的，很可能會有自我毀滅的意念或行為。
 - 人本有神的形像和樣式（創世記 1：26-27）
 - 人犯罪後從肉眼看見自我形像（創世記 3：7）
 - 在基督裡恢復神造人的形像
- 以弗所書 4: 24 並且穿上新人；這新人是照著神的形像造的，有真理的仁義和聖潔。

良好的自我形像

1. 不是愛自己或對自己滿意，乃是會為別人著想、尊重別人。
- 腓立比書 2: 3…不可貪圖虛浮的榮耀；只要存心謙卑，各人看別人比自己強。

2. 與神有正確的關係、才會與自己和人際有正確的關係。
 3. 遵行神的話做正確的事，良好行為會帶來良好的自我形像和感覺。
- 父母若注重青少年的自我形像和感覺，過於他與神的關係和行為表現，叛逆的機率會較高、經歷緊張的親子關係也較多。

接納認同、奠定價值

自我疑惑及自卑感重

青少年時期，是孩子心智健康發展最關鍵的階段，也是自我的疑惑期。一旦人格遭到攻擊或受傷，傷痛往往難以修復。

自我價值感常被同儕影響

極渴望同儕的接納與認同，藉此奠定自我價值感。父母需要去認識並接待孩子的同伴，這是青少年孩子很在乎的事。

被同伴排斥或羞辱的焦慮

這種焦慮常造成青少年做一些讓父母感到不可思議的事。父母若不瞭解同儕的影響力，就無法體會青少年心中的煩惱。

以賽亞書 43: 4、7 因我看你為寶為尊；又因我愛你…凡稱為我名下的人，是我為自己的榮耀創造的，是我所做成，所造作的。

渴望獨立、邁向成人

獨立是實際和正當的需要

青春期是孩子尋求脫離父母愛的連結、對父母的依賴和邁向成人的階段。

正面？還是負面的獨立

在健康家庭成長的青少年，尋求獨立是脫離童年的結構，與父母的關係會轉變卻不是斷絕。

不健康的家庭關係，卻是造成青少年極力要脫離家庭，藉此逃避痛苦、缺乏愛或父母的掌控。

以弗所書 6: 10…你們要靠著主，倚賴他的大能大力作剛強的人。

女兒的分享 - 長女佳怡

以作為醫生的角度和責任，分享對青少年需要瞭解的層面：

1. Home 家庭

- How are your relationships at home with your family and siblings?
你在家中與家人和兄弟姊妹的關係如何？
- Are there arguments and fights at home?
在家裡有爭吵和打架嗎？

2. Education 教育

- What grade in school? How are your grades?
在學校是幾年級？你的成績怎樣？
- What is your favorite subject?
甚麼是你最喜歡的科目？
- Do you work?
你有工作嗎？
- Do your parents know your friends?
你的父母認識你的朋友嗎？

3. Activities 活動

- What are your hobbies?
你有甚麼嗜好？
- What do you and your friends like to do?
你和你的朋友喜歡做甚麼事？
- Are you involved in gangs?
你有參與黨派嗎？
- Are any of your friends involved in gangs?
你有任何朋友參與黨派嗎？

4. Drugs 毒品

- Have you tried any drugs in the past including alcohol, cigarette smoking?
在過去，你有嘗試毒品，包括酒精、抽香煙？
- Are your friends involved with drugs use?
你有任何朋友參與使用毒品嗎？
- Have you ever lost consciousness from drinking too much?
你是否曾經因喝酒過多而失去知覺？

5. Driving 駕駛

- Do you drive?
你駕駛嗎？
- Do you wear a seatbelt when you drive?
當你駕駛時你有繫上安全帶嗎？
- Do you ever get into a car when the driver is intoxicated?
你是否曾經坐在駕駛者是醉酒的車裡？

6. Sexual 性關係

- Are you dating?
你在約會嗎？
- Have you ever dated? Have you been sexually active in the past?
你曾經約會嗎？在過去你有活躍的性關係嗎？
- Are you interested in girls, boys or both?
你感興趣的是女生、男生或雙性呢？
- Have you ever contacted sexually transmitted diseases?
你是否曾經有感染到性關係傳染的疾病？

7. Suicide / Depression 自殺/憂鬱症

- Do you feel sad, down and hopeless?
你有感到難過、低沉和絕望嗎？
- Have you had thoughts of harming yourself or others?
你是否有傷害自己或別人的意念？
- Do you have access to guns?
你有接觸槍械嗎？
- Do you feel safe at home?
你在家裡感到安全嗎？