

《空中辅导》乐哉家庭

如何化解与青少年的冲突（1）进入青少年阶段（讲员：杨博士）

孩子从 11-12 岁开始进入青春期阶段，他们在生理和心理方面都会有变化：

生理方面	心理方面
• 长高 • 体重增加	• 有独立自主的感觉 • 寻找自己的身分，不断问自己是谁 • 对性方面感到好奇 • 开始关注信心和灵性 • 思考种族和道德方面的事情

父母需要帮助孩子解答问题，例如关于性的问题。有些家长很传统，往往避而不谈，但是孩子需要了解性，这是一个正常的过程，圣经也教导我们有关性的圣洁，我们就给孩子合符圣经的教导——建立价值观，即是性是进入婚姻之后才可以有的，只能与配偶拥有的关系。如果家长不给孩子解答，好奇心会驱使他们自己寻找答案，容易通过错误的方式找答案，儿女也不敢和爸妈谈论性的问题。因此，父母不要逃避，要正面地教导，讲解自己生理上的改变，帮助孩子健康的成长。若父母没有给予适当的教导，就会造成不同的问题，例如在美国，未婚怀孕的问题就很严重。

在孩子遇见问题时，父母该如何帮助他们？

父母常常很着急，想要帮助孩子把问题处理好。孩子在青少年阶段会有很多问题，会认为自己与其他人都不一样，他们往往想从父母那里直接得到答案，父母却对孩子讲大道理。我们要注意两方面：

1. 在沟通时不要讲大道理，不要啰嗦

认识孩子的耐性有多少，要与孩子谈要点。要从孩子的角度看问题，需要考虑孩子所处的年代和背景，而不要用自己过去的经验。

2. 需要有合适的表达方式

父母与孩子的沟通需要有技巧，一样的意思，不同的表达。和孩子交谈时，如果问：

“你为什么这样做？”的问题，会让孩子感受不到父母的爱，以为父母在责备自己。父母可以问：“发生了什么事情？”来表示关心。当孩子感受到关怀，他会愿意与父母交谈。

父母可以用哪些方式了解孩子？怎样介入孩子的生活当中？

我们不要只是教导孩子，也不要只让孩子看父母的行为，而是要让孩子亲自去做。父母要给孩子清晰的规矩和底线，不要模糊，例如：一定要 6 时之前到家；晚上 11 时后不可以玩电

脑。如果孩子答应了，但是没有做到，就要给予惩罚。

此外，可以设立每个星期固定有一个家庭聚会日，建立家庭的归属感与家的观念，家人彼此关怀，例如：每个周六是一起晚饭的时间，利用这时间全家聚会和分享，家庭聚会给孩子自我表达的机会，十分有助于培养亲子关系。根据调查，在美国或香港，有家庭归属感的孩子比没有家庭归属感的孩子犯罪率低很多。父母以为只要给孩子饭钱就是爱，但其实孩子需要的是归属感。因此，虽然在家里照顾孩子是个非常大的投资，但一定不会亏本。