

## 親子攜手，為愛走一回

◆ 陸洛

近年來青少年事件躋身頭條新聞的機率似乎越來越高，從街頭飆車、挑釁警察、濫砍無辜的「暴走族」，到混跡幫派、嗑藥販毒、結夥打劫的「黑道族」，到逃學翹家、援交賭博、暴力勒索的「中輟族」，到作姦犯科、強暴猥褻、弑親殺人的「冷血族」，這些青少年的犯罪行徑何其囂張，而他們的幽暗心境更令人不寒而慄！每每這樣的新聞出現，社會的痛感神經總被狠狠地掀起：「我們的青少年怎麼了？」「我們的社會怎麼了？」

如果你覺得這樣的暴力新聞太煽情，「大多數青少年還是好的，我女兒就乖乖呆在家裡阿！」那我們來聽聽下面這位高一女生的「苦水」吧，作父母的你們或許會有點「真實感」了。

「我媽總是抱怨我花太多時間講電話，還好我都是打市內電話，否則我家的電話機早就上鎖了！我知道她不是在意錢，她只是覺得和朋友聊天是浪費時間，「讀書是學生的天職！」好像除了讀書寫功課，做別的事都是大逆不道的罪惡！其實，我媽哪知道，我和朋友聊天才不會浪費時間呢，我們是相知相惜，一同走過很多低潮和痛苦。這些老爸老媽們不會懂，他們不知道，讓某個男生注意我，讓老師派我當校刊的記者，讓別人注意到我的手機和絃，

有時比考第一名還重要呢！你看，我和我的死黨們才是彼此的「心靈捕手」，老爸老媽們只會煩，只會念，只會兇，其實他們一點都不懂我們！」

酷吧！在「新新人類」眼裡，父母親們都是「新新人瑞」！這下為人父母者心有戚戚焉了吧！為什麼我們從小帶大的可愛娃娃們一到青春期的就變得面目全非，翻臉無情了呢？為什麼我們苦口婆心，好言相勸，換來的只是沉默、頂嘴、摔門或...？孩子們大嘆「心事誰人知」，為人父母者更要怨嘆「那個乖寶寶哪去了？！」且別急，讓我們來細細分析一下青少年的心理吧，或許心理學可以在青春期的滔天惡水上架起一座橋樑，讓親子共渡，到達雨過天晴的彼岸呢。

在心理學上，「青少年」是指正處於青春期末到成年期(12-20 歲)的尷尬一族，他們既非天真稚嫩、可愛乖巧的兒童，也還不是成熟獨立、理性穩重的成年人，他們只是在努力地「轉大人」。我們在大學校園中仍常見到懵懂迷惘的少男少女們，雖然學士服就要加身，一腳已踏出校門，但心底深處，他們還只是孩子，有的人甚至寧願滯留在青春期末，因為一但放棄「任性」的護照，他們可沒準備好迎接成年期的風雨挑戰，承擔人生的責任和義務。

那麼，青春期的「共相」是什麼呢？是「風暴與危機」！青春期末可能是人的一一生中情緒波動和心理衝突最狂暴的階段，但也是人生最關鍵的轉折點之一。之前，心理學家都認為引爆這場人生風暴的源頭是荷爾蒙及其帶來的

種種生理性變化。還記得國中的歲月嗎？制服總是跟不上身體的成長，男孩或女孩都是「一眠大一吋」，身高體重突飛猛進，成長的速率是人的一生中最可觀的。隨之而來的是第二性徵的發育，此時性荷爾蒙狂野地加入戰局，猶如脫韁野馬，在少男少女們的身體內左突右擊，橫衝直撞，大有主宰一切之勢，變聲、夢遺、豐乳、初潮都是它的傑作，發洩不完的精力，渾沌不清的性感，起伏不定的情緒，惶惑不安的未來也是它的戰利品。荷爾蒙奮力將孩子們推向成年的彼岸，卻也掀起滔天狂潮，喚醒萬鈞雷霆。

不過，近年來心理學家已漸漸注意到，許多青少年行為的根源不純然是荷爾蒙，非生理性的心理或情境因素可能更為重要，其中青少年的思考特色與自我追尋是不可忽略的兩大心理因素，也是為人父母者進入青少年子女心海的雷達導航系統喔。

我們來看看青少年的認知發展吧。從童年進入青少年，父母一定會注意到子女的抽象思考能力突飛猛進。確實，青春期的孩子找到了抽象思考這塊認知的瑰寶，藉此魔法石的點化，他們擺脫了具象思考的桎梏，得以從多方面、多角度地審視問題，能夠提出多套假設和方案來解決問題，也能將抽象的概念用於諸如愛情、公平、真理之類的思考。政治和社會議題開始引發他們真正的興趣，而不再是人云亦云地接受父母師長的觀點。青少年子女會與父母爭辯政經社會問題，其實是他們在練習自己剛發展還嫌生澀的獨立抽象思考能力。也拜抽象思考能力之賜，青少年已能衝破「當時當下」的囹圄，

人類的想像力此時真正插上了翅膀，藍天白雲地盡情翱翔。父母們總抱怨此時的孩子不專心，愛發呆，作白日夢，其實，正是這一新發展的抽象思考能力在引領孩子們想像、預期、規劃自己的未來人生。當然，海闊天空，萬千可能的背後，總是險灘處處，危機四伏，未來令人嚮往，也令人憂心，青少年的憂鬱、惶恐和躊躇不前便很能理解了吧。

在國、高中的孩子們身上，我們還會看到一種獨特的思考風格，謂之「認知扭曲」，而許多青少年特有的行為與體驗似乎都與此有關。具體而言，認知扭曲又有兩種常見的表現：「想像的觀眾」與「自我無敵信念」。

所謂「想像的觀眾」其實是一種認知錯覺，青少年實在太專注於自己的想法與體驗了，他們常誤認為自己也是別人的關注焦點，因此，他們的行為似乎永遠是在表演給想像中的觀眾看的。想像的觀眾無處不在，無時不在，所以青少年們必須時時處處展現自己最「好」的一面，更確切地說，他們想要隨時抓住眾人的眼光，彷彿舞台上的明星總渴望鎂光燈能滯留在自己身上，永不熄滅。為此，青少年們會極端在乎外表儀容，時尚流行，以免被譏諷排斥；他們會刻意冒險犯難，標新立異，以引起眾人的驚訝和注意；他們會擺盪在自我陶醉與自我批評之間，不斷地揣測別人對自己的觀感，藉此修正自己的行為。理解了青少年如此執著的自我意識，我們就不難了解他們為何抽煙、喝酒、飆車、穿奇裝異服、公然顛覆傳統、愛秀愛耍酷，這些都不過是表演給想像的觀眾看的「舞台行為」而已。只要不過分，不危險，父母

們就請暫且放鬆心情，欣賞表演吧！

所謂「自我無敵信念」是指青少年們總相信自己是天下無敵，獨一無二的，所以別人(尤其是父母)永遠不能了解他們獨特的感受。這樣的認知錯覺處處可見，當他們初嘗愛情，愛就如雪崩，鋪天蓋地而來，心被豐潤得幾乎要炸開，「阿！從來沒有人像我這般愛過！」青春日記中總有這樣的浪漫詞句。而當他們失戀時，天地傾刻崩解，萬箭穿心，宇宙無光，「噢，從來沒有人像我這般刻骨銘心地痛過阿！」青春淚痕又寫下一首淒美哀歌。從日劇、韓劇、八點檔、偶像劇，從瓊瑤、金庸、到村上春樹，青少年憧憬著愛情，編織著浪漫，模仿著談情說愛的模式，複刻著亙古不變的諍言與情懷，藉著不食人間煙火、虛幻迷離的情節滿足了意淫的渴望，也不斷說服著自己「我的愛是最特別的！」

其實，「自我無敵」的錯覺也表現在許多青少年樂此不疲的高風險行為上，例如，「別的女孩很倒楣，我可不會！」結果，偷嘗禁果而不作任何防護，導致青少女未婚懷孕和九月墮胎潮始終居高不下。又如，「別人飆車會出事，是因為他們太遜了！我的技術可是天下無敵的呢！」結果，青少年飆車而造成的遺憾也時有所聞。

還好，對大多數青少年而言，上述的兩種認知扭曲隨著抽象思考能力的進一步發展，都會漸漸消退。當青少年慢慢發現別人對他們的觀感與他們的

自我概念有所出入時，他們便能修正自己的觀念與行為，進而形成較切合實際的自我概念，「想像的觀眾」效應便漸漸淡化，終致消失殆盡。例如，耍酷耍帥若不能得到預期的關注和讚賞，就如同賣力演出後掌聲稀落，青少年們便不得不重新審視自己的觀念與行為了。同樣的，當青少年們終於發現自己的體驗並沒那麼特別，你所有的愛恨情仇別人也都經歷過，「自我無敵」的妄想也只能隱退了。此時，父母親若能心平氣和又萬分真誠地與孩子分享自己的年少輕狂經驗，將十分有助於青少年早日面對現實，逃脫這一段認知扭曲的虛幻夢境。

實際上，教養青少年子女與其他年齡層的子孫並無本質的不同，心理學研究所發現的「教養黃金律」是：民主的教養方式比權威和放任都好。所謂「民主的教養方式」，就是以教育為主，既非不容質疑的教訓，也非一味聽任的放縱，而是有原則的教育，以親子雙方為考量，在充分溝通中營造和諧、開放、溫暖、安全的家庭氣氛。一個民主的家庭正如某則汽車廣告中所講的是「既享受親密，又各自擁有自己的空間」。讓我們一起努力，給孩子一個未來吧！

（本文作者為國立中央大學人力資源管理研究所教授）