

大西國中親子共讀文章：青少年父母須知：喚醒她內建的危險警鐘，比說教更有效

作者：麗莎·達摩兒 (字畝文化《少女心事解碼》)2018-05-30 (已於 2018-06 更新)

摘錄自親子天下網站

青少年們並非不懂危險，但同儕影響經常大過理智。父母的擔心不無道理，但直接說教絕對會是反效果。究竟父母該如何讓青少年們了解可能面臨的真正危險，而不是只想著如何躲開大人的偵測？



青少年的父母一定得跟這個痛苦的事實共存：青少年有可能、也真的會涉及危險行為，這些行為比起擦顏色有問題的唇膏，或是穿父母不准你穿的T恤，還要嚴重很多。要是你夜裡難以成眠，擔心女兒因為跟朋友決定嘗試一些青少年偶有的危險行為而受到傷害，你不是唯一一個會這樣想的家長。滿多父母都私心希望，如果可以，他們要把女兒關起來，直到她長大成人為止。

我們對青少年安危的顧慮並不是沒有道理的。根據統計，比起人生的其他時期，人在春期的時候，最不顧危險。魯莽駕駛、用藥…，這些行為都是在青春時期達到高峰。不過，一般大眾有個迷思，認為青少年從事危險行為，是因為極不理性，覺得自己不會受傷，要不就是不會評估風險，然而研究結果恰恰相反。

社交需求影響青少年的判斷能力

青少年不是沒有做出明智抉擇的能力，而是壞事發生時，她的能力通常會被影響強大的情境因素一掃而盡。青少年想跟朋友建立關係，希望同儕覺得她很酷，這個慾望可以完全蓋過她的判斷能力。

話說回來，就算受到社交影響的左右，青少年並不會完全無視規定。根據我的經驗，她們還是會掛記著，只是方法不對。青少年不會好好反思為什麼我們要訂定規定，而是把重點放在該怎麼做，才不會被逮到違規。我得謝謝一個喜歡玩樂的高三學生莎夏，是她讓我看到這一點。

莎夏的父母一開始會找我幫忙，是因為她習慣性翹課。某個星期四下午，莎夏一如往常來到我個人診所赴約，熱切地要跟我分享她的週末計畫，她開心地說：「嗯，你知道嗎？我們學校有一個我不太熟的男生，這個週末約我去他爸媽的船屋過夜。我媽一定不會答應的，所以我要跟我媽說我要去茱莉亞家過夜。」茱莉亞是莎夏最好的朋友，有時候還是狼狽為奸的共犯。

我聽著莎夏的計畫，心跳急遽加快，腦子裡心理學家的模式完全轉換成「我也是個母親啊！」的模式。我當場滿腦子想的都是，「把醫病保密原則丟一邊吧。小妞，我一定要打電話給你媽。」

在此我應該要說明一下，身為臨床諮商師，我們的職責是為客戶保密，但同時也要保障青少年的安危，如果我們認為青少年可能做出真正危險的事，就一定要打破這個保密原則。在諮商過程中，青少年談的很多事情都落入一個不好處理的灰色地帶，需要我們來定奪是不是應該通知父母，就算這麼做意味著我們與青少年客戶之間的關係，會隨著保密原則一併被打破。

最不危險的事，就是被媽媽發現

莎夏會告訴我她的週末計畫，顯然是信任彼此的保密原則。她一定是感受到我聽完之後的尷尬，所以她接著說：「這一定不會有問題的，因為我都徹底想清楚了。是啊……嗯，我都想清楚了。」接下來她開始說明為了不讓她母親知道她人到底在哪裡，她和茱莉亞籌備了

縝密的計畫。一邊聽她講，我才明白，所謂「都想清楚了」，其實指的是她花了很多心思才想出確保不會被逮的法子。我收拾思緒，重新進入心理學家的模式。

每個青少年都應該有明理、成熟的一面（就算她超會隱藏這一面），我對著莎夏的這一面，告訴她：「聽著，你我都知道，這個週末要是發生了什麼事，被你媽逮到是最不危險的一件事吧。」謝天謝地，莎夏成熟的那一面突然浮現，用不著我打一通非常尷尬（也遊走在醫德邊緣）的電話給她母親。

一旦我提出可能有真正的危險要考慮，莎夏自己便列出了一些：她跟那個男生不熟、她可能要獨自和那個男孩在伊略湖上共處、要是真的出了什麼錯沒有人可以幫她等等。我整個鬆了一大口氣，最後她說服自己取消了計畫。

我們希望當自己的女兒評估風險時，專注在可能面臨的真正危險，而不是只想著如何躲開大人的偵測。你該怎麼做才能達到這個效果呢？首先，當女兒告訴你同儕們的危險行為時，你要謹慎想想如何回應。

雖然這些故事聽起來讓人膽顫心驚，但你要把這一則則的故事都當成是天上掉下來的禮物。這些阿貓阿狗的故事，給了你打蛇隨棍上的機會，讓你和青春期女兒進行重要的對話，這種對話，如果你直接談，她會覺得是討厭的說教。

有條理的討論危險

要是她講到朋友邊開車邊傳簡訊，你要克制自己的衝動，不要說些像是「那太糟糕了，我要是她爸媽，一定無限期禁足她！」這種話，你應該要利用機會，針對你聽到的實際危險發表意見。你可以考慮這麼說：「天啊！你可不可以幫幫她別再那麼做了？我真的很不想看到她受傷或喪命，或是害了別人。」如果她跟你聊到同學用手機打電話回家謊報自己所在地點，你也許可以說：「我希望她同時也好好確認自己在安全的地方，而不只是想著怎麼糊弄爸媽。」

威脅女兒的父母通常原意都是良善的，他們不希望女兒遇到任何壞事，想嚇嚇她，讓她乖乖的；只不過，女生會因為父母的恫嚇，把腦筋花在避免打破規定遭逮後的短期懲治，而不是專注思考自己考慮嘗試的危險行為，可能會帶來的長期傷害。

你要從簾幔後方走出來，好好地解釋你的規定。用你女兒可能面臨的風險設計對話，而不是只談萬一她被逮到會有什麼後果。

在閱讀轉角，遇到愛！陪伴孩子一起成長，是我們一生中最值得投資的一件事。邀請各位爸媽和孩子共讀後寫下心裡的想法，讓我們藉由這個平台交流，共同協助孩子創造屬於他自己的大未來。