

## 窺探青少年的戀愛世界

陳威宏

臺南市瀛海高級中學教師

### 壹、前言

愛，是源自人類的天性，是人類繁衍、進步的原動力，總讓人覺得既神秘又新鮮。人們渴望兩情相悅的幸福，也願意承受為伊消得人憔悴的痛楚，所以說戀愛是一種自然的、普遍的現象，丘比特之箭不再使人感到羞澀與不安。一提到愛情，每個人都有自己刻骨銘心的故事，有長有短、有浪漫有離愁、有激情有惆悵；而正當青春期的孩子們，對於捉摸不定的愛情，懷抱著美麗的憧憬，一方面努力地追求、一方面卻又深深為此而感到苦惱，不禁想要問：青少年是如何看待愛情呢？

### 貳、現況分析

隨著生理的成熟，青少年對兩性充滿好奇與幻想，且嚮往那青澀的戀愛世界。但令人遺憾的，在戀愛的世界未能如想像中那般美好，如臺北市衛生局在市內 116 所學校進行「北市校園心情普測」，發現 24.62% 的國中生、41.46% 的高中生承認有戀愛經驗，其中年輕感情關係要接受的考驗時間愈長、變數也愈多，而曾有過戀愛經驗者的心理困擾度總分平均值也比沒有戀愛經驗者較高。而近年來，青少年與人發生一夜情，

進而未婚懷孕，因無力撫養而丟棄、殺害小嬰兒的事件頻傳；青少年為愛昏頭，共組家庭、被迫休學，卻因經濟因素偷拐搶騙，進而鋃鐺入獄的新聞時有所聞；被愛蠱惑，在愛情中委屈求全，分手之後因為不甘心而爆發情殺事件，更是令人怵目驚心。筆者由社會實例著手分析，歸納出青少年面對愛情而衍生的常見問題如下：

#### 一、愛情至上，荒廢學業

青少年時期是學習的黃金時間，所以說學業應是擺在第一順位。當青春期的孩子踏入愛情的樂園、陷入愛情的泥沼時，將大部分的時間與精神貫注在另一半身上，想要整天膩在一起，甚至覺得愛情就是生活的全部，無時無刻都脫離不了羅曼蒂克的浪漫式愛情，而不是彼此切磋、互相勉勵，使學業更加精進。但人生不僅需要愛情，更需要學習與奮鬥，讓其他的事物來充實我們的生活、豐富我們的人生。

#### 二、享受愛情，逃避失戀

戀愛就是一種生命的享受與情感自然的流動。情竇初開的青少年，當愛情來敲門時，內心充滿期待，希望能透過愛情帶來情感的歸屬以及心理的慰藉，並盡情享受戀愛

中的酸甜苦辣。而失戀後，因為受不了分手所帶來無情的打擊而選擇逃避，不想面對戀愛失敗所造成的痛楚與壓力。但每個人不能只有享受成功戀愛的感覺，更要有承擔失敗、接受失戀的準備，勇敢面對並迎接屬於自己的新生活。

### 三、只要激情，不要責任

「只要我喜歡有什麼不可以」這是當下青少年面對愛情所抱持的心態。近年來在媒體渲染以及對兩性好奇的驅使下，使青少年在追求愛情、享受激情的同時卻忽略了責任，因而衍生出許多社會問題。所以說愛情應該包含親密、激情還有承諾三個部分，缺少擔當、忽視承諾就不算是完整的愛。因此，要愛得讓另一半沒有負擔、壓力、沒有後顧之憂才算是真正的愛情。

### 四、尋求認同，漠視後果

就 Erikson 的心理社會階段理論而言，青春期的孩子角色認同與自我統合的重要階段。在愛情的樂園裡青少年不斷的摸索、探尋自我的定位以及對方給予的認同，一旦定位模糊、認同消失等情境發生，便可能面臨崩潰的挑戰，此時為了掩飾焦慮、填補空虛，可能做出超乎想像的舉動，有時甚至還會鑄成大錯。然而愛情除了尋求認同外，更應該建立在自我肯定的基礎上，唯有先學會愛自己，才能夠愛別人。

綜上所述，正處於成長狂飆期的青少年，待人處事常會感情用事，忽視必須承擔的責任及後果。因此，我們應協助孩子建立

積極正向的愛情價值觀，成為能夠掌握自己生命的真正主人。

## 參、影響因素

既然青少年的愛情觀在現今社會已是令人無法忽視的課題，那到底為什麼會形成如此的愛情價值觀呢？筆者探究上述的現況問題，歸納出以下幾個因素：

### 一、個人心理

從發展心理學來看，正值青春期的孩子，除了要調適因為生理突發快速成長所帶來的衝擊，也必須面對社會規範所加諸的要求，不管是同儕關係、兩性交往、自我認同等均與兒童期有很大的不同，他們開始追尋自我、建立價值，並渴望獲得認同，卻又會害怕自己經驗不足而有閃失，使自己在愛情的旅途中跌跌撞撞。

### 二、父母教養

近年來因晚婚的人口比率激增，加上不孕症及少子化的影響，每個孩子皆是父母親捧在手心的寶，讓孩子的佔有慾變強、挫折容忍力變弱，及人際應對能力降低。此外，直升機父母不願意放手的教養態度，容易使孩子欠缺責任感，做事也較無法考慮到行為後果，進而在愛情的遊戲中常處於劣勢。

### 三、學校教育

對於處在國高中階段的青少年，無論是家人或是學校，無不希望孩子能夠把握學習的黃金學期；又因為考試制度及社會觀念影

響，使得當前教育尚未把兩性交往與性別平等的主題放在重要的位置上。封閉的學校教育使徬徨不安的青少年沒有一個正當的管道來獲取正確知能，同時缺乏情緒抒發的窗口，造成他們在探索愛情時必須偷偷摸摸，更容易因錯誤資訊而種下偏差觀念。

## 四、社會環境

隨著社會風氣的開放，網路世界和聲光媒體對於「愛」的過份渲染及窄化，使青少年面對多元龐雜的訊息時，因心智成熟度尚無法全權應付，造成容易誤解訊息，建立偏執觀念的現象，甚至有些錯誤觀念被誤認是尋求認同的途徑，以及成長必經的歷程，使其在擁抱愛情的同時也受到不小的傷害。

綜上所述，當青少年在成長過程感到迷惘、遇到挫敗時，身為父母的我們，應結合家庭、學校及社會的多元力量，給孩子一個溫馨的學習空間，使我們的下一代能夠順利修得愛情學分。

## 肆、建議

當我們將青少年的戀愛災難化時，往往急於防堵、解決，卻未從青少年的主體出發，以致於未深究便遽下處方。筆者針對時下的愛情，剖析現實的狀況、探究問題的本質，提出以下幾點建議：

### 一、善用聆聽技巧，發揮同理精神

孩子需要被聆聽、被理解，尤其是青春期的孩子，對兩性關係懵懵懂懂，都還是沒有戀愛經驗的「菜鳥」，且每個人心智的成

熟度也不盡相同。因此，我們應發揮同理心，從傾聽與理解著手，以開放及接納的態度導引他們體驗青澀的愛情園地。

### 二、強化人際互動，形塑正確觀念

男、女生在生理結構及互動相處皆有很大的差異。因此，我們應提醒青少年在戀愛時，需透過積極雙向的溝通，瞭解彼此需求，學習關心別人的方式與接受他人關心的模式，並且從中瞭解愛情不是犧牲，而是互相扶助、一同成長；不是佔有，而是情感交流、經驗共享。

### 三、落實親師合作，掌握孩子動向

家長與老師是教育的合夥人。因此，無論是家長或老師，都應該以孩子為主體，對戀愛抱持開放的態度，在孩子與異性交往的過程中以支持取代責備，同時善用聯絡簿、電訪及家訪等溝通管道，互相交流，當孩子發生問題時，才能在第一時間給予協助。

### 四、整合社會資源，延伸學習情境

青少年的戀愛，說穿了不過是異性間學習互動的歷程，只是大人們一昧的緊張，使得愛情成為不能說的秘密。因此，我們應該肯定異性間相互學習的重要性，並鼓勵青少年多多參與社會團體，將滿腔的熱情擴散至周圍每個人身上，使「小愛」成為「大愛」，造福更多的人。

綜上所述，致力於各方面的努力，讓青少年不斷地成長、蛻變，使孩子充滿愛、真誠與活力，在自己的愛情史上留下美好的一

頁。

## 伍、結語

把戀愛放入對自己人生的期待，鼓勵青少年男女在進入愛情前，即思考它對自己的意義、希望它發生的時機，應有助於青少年掌握自己的成長歷程，走過人生中的狂飆期。期望，未來的主人翁們經過愛情的淬煉後，能夠增進自己的信心，提昇對自己的認同感，進而發展出對未來生活的正向適應能力。