

愛不是我一個人的事



「愛」是親子間串聯關係的重要情感，但有時卻也正因為這份「愛」，而破壞彼此之間所維持的平衡。青少年正處於發展不平衡的階段，因著生理的快速發展而容易感到焦慮不安，在面對成人的要求時亦較容易感到無所適從而發脾氣或鬧彆扭，在情緒方面較常呈現不安定的狀態。

在青少年的世界中，特有的自我中心現象，使得他們雖然瞭解別人的和自己的想法可能有所不同，但卻常以個人的思維模式去推估他人的想法。正因為青少年總追尋著獨立自主，若在親子相處的過程當中，父母的管教方式和期望不能配合青少年發展而進行調整，即很容易造成親子關係緊張亦或產生衝突。

在 107 年 3 月 10 日(六)的學校日當天，輔導室邀請到好好好家庭教育文教基金會的朱毓揚先生蒞校，與在場親師共同分享「愛不是我一個人的事」。

一、什麼是「愛」

朱先生憑藉豐富的輔導諮商經驗並結合個人成長故事，藉由不同角度來探討「愛」的面向。生命其實是很多過程的累積，但是正因為我們不知道未來會發生什麼事，所以很多時候我們只能著眼於當下。然而在親子的互動相處過程中，每個情境發生的當下正是影響關係的關鍵時刻，父母在面對各種狀況所做出的反應或決定，都有可能讓孩子記得一輩子。

在家庭、學校或社會中，我們習慣用法律、規定、校訓、家規等紀律來約束孩子，規定每個人該有的行為表現。或許這是一種隸屬於愛的表現，憑藉著「愛」，希望孩子們表現出眾人所期待的模樣，而運用外在的框架限制孩子的言行舉止，使孩子成為大家眼中的優良模範。事實上，紀律只是做人的底限，人最可貴的是在於人都有個人的想法，沒有任何一個法律、校訓、家規可以把一個人的行為都規定好，而是如何在理解並符合規定之下思考適宜的面對與處理方式。

實際上，在親子關係中，父母如何協助孩子面對生命中必然會經歷的遭遇是相當重要的環節，包括學業、人際、愛情等都是值得陪伴與引導孩子的重要議題。家長有時出自於「愛」而避諱與孩子談論某些議題，但在孩子的成長過程中是需要有人給予指引與建議的，例如在學生時期應結交什麼類型的朋友？或是能夠做什麼樣的事情，背後的原因為何才是真正的關鍵。讓孩子在家長還有能力保護他們時學習做出選擇，而不是在未來進入社會後，因為之前沒有思考與選擇的機會，而盲目跟隨社會價值觀，缺乏個人思考與抉擇的能力。

在家庭的教育過程中，家長若能以理性面對孩子的問題點，明確告訴孩子怎麼做，讓孩子看見的不只是規則的表面字義，而是能感受到規範中所隱含的愛與道理。在這個過程中，家長也必須學習接受孩子的想法或需求，若只是單向的用愛來達成操控的目的，對目標的愛遠勝於對方的愛，都可能對孩子的內心造成震盪與不安，或許應在愛的前提之下，接受而非拒絕、瞭解而非論斷、參與而非操控，而後再結合學校與社會對於規範的維護，始能協助引導孩子往適切的方向前進。



二、 孩子的困境與父母的窘境

朱先生在演講中提到自己的成長故事，在面對社會的價值觀、家庭觀及學校的各種規範時感到很痛苦，原因是因為發現自己缺乏個人的價值觀點。許多知名的成功人士總與大家分享其成功之道，必須思考再思考，不要純粹的經驗傳承或制式化的強行壓迫，但父母們在進行教育的同時卻時常與這項成功之道背道而馳，不問孩子行為背後的原因，而只是單向的下達指令。當孩子從小到大沒有學會如何表達情感的機會，父母也從不問孩子內心的想法或行為原因時，孩子如何能讓別人知道自己真正的想法與需求。而當孩子的情感發生問題時，父母可能會發現孩子的答案是自己無法理解的，當自己沒辦法理解時就選擇不相信孩子。

反觀現在很多青少年在面對很多事情時總表現出無所謂的模樣，原因可能是因為他們曾經所在乎的事情、觀念與想法不曾被重視過，我們可以將其理解為相較於行為而言，其中的「為什麼」才是真正的重點。孩子在成長經歷中其實有很多觀念來自於家庭和父母，學校所受的教育當然也佔據著其中一部分，但教師能做的除了專業知識的教授，即是維持或提升孩子從家庭及父母方面學習而來的表達能力，根本的基礎仍是來自於家庭與父母的引導。

在此歷程中，父母當然有權利不同意孩子所做的決定或選擇，但亦須學習尊重孩子所做的每一件事情，若親子之間能給予彼此一個空間進行真實的交流，放下成績或外在的觀感，讓父母談談自己眼中與心中所看見的孩子，也讓孩子有機會為自己發聲，讓孩子理解在每個事件情境下，權衡情緒與思考兩方面而言，多一些思考將是更聰明、更有智慧的決定。

三、 愛是知識與行動的總和

如何瞭解與接受孩子的想法？如何參與孩子的生活但不過度干預與操控？孩子內心所想的和我們想的永遠都不一樣，這些可能都是家長內心所憂慮的議題。透過大腦與科學的結合，現今已有測驗能檢測出孩子的思維模式，每個孩子都有屬於自己的優勢及思維偏好，當我們懂得欣賞、接納、尊重每個孩子的不同時，才可能開啟雙向溝通的橋樑。



即便能透過科學的檢測瞭解孩子的發展與優勢，但仍屬於親子關係間的輔助工具，親子生活中的相處才是教養的真正關鍵。每個孩子都需要父母，但這樣的需要並非只是單方面的建議與指導，而是需要父母的參與及陪伴，無論喜怒哀樂，只要是存在於孩子生活中的大小事，若能有父母的參與，對於孩子而言皆是很重要的生命歷程。

孩子其實都知道父母對自己充滿愛意，但是卻因為缺乏溝通與理解的機會而感受不到這份愛；孩子也都知道父母與老師不會做出危害自己的行為，但是卻無法理解父母與老師的要求。若能給予孩子多一些理解的機會和時間，也正是讓父母瞭解孩子的最好時機。朱先生也鼓勵家長相信孩子都有自己的天賦，不論成績好壞、聰明與否，他們未來都有著各自的發展舞台，真正的愛是能在青春歲月中給予同理與陪伴，協助孩子積累未來邁向康莊大道的養分與實力。