

教養青春期，父母千萬要沉住氣；面對青春期的孩子，你一定要堅守的兩件事

文/ 尚瑞君

愛，是所有關係的潤滑劑；愛，是所有心病的處方箋。青春期的孩子，只要感受得到，自己是深深被愛時，他也許會叛逆，會挑釁，會出言不遜，但他，不會變壞。因為父母無附加條件的愛，是孩子，在成長的路上，指引光明的燈，不但溫暖了心房，也照亮了摸索前進的路。面對青春期的孩子，我們要堅守兩件事：

第一、淡化看待他的外顯行為：

青春期的孩子，從故意試探開始，起初，孩子是故意挑釁，看你的底線在那裡，看你會不會抓狂？生氣？失控？他們口出酸言惡語，雙眼怒目，不然就摔門而去，封閉溝通的路，這時，該怎麼辦？讓他自己靜一靜吧！千萬別追，別惱，別自己往火坑裡跳。俗話說「一個巴掌拍不響」你不伸出巴掌，自不會產生雙人打擊樂。孩子若還想繼續演，就讓他獨角戲，一直唱下去，沒有觀眾，久了自己也無趣。

這樣的戲碼，也許幾天就上演一段，就讓他們自己下檔。若有事要和孩子溝通，先察言觀色，在他心情穩定時溝通，如果，突然誤踩到地雷，明哲保身，撤退為先。我們的情緒和身體，還是要靠自己照顧。如果，孩子怎麼故意都不能擾亂你平靜的心波，自己失控了！怎麼辦？一樣，讓他自己靜一靜，父母千萬要沉住自己的氣。閉緊嘴巴，關上耳朵，離開現場，保命最重要。青春期的孩子，還是孩子。只要你不打他，不罵他，不嘲笑他，不諷刺他，不瞧不起他，讓他知道你還是愛著他，他自己還是會來跟你撒嬌，耍賴，討拍拍。

所以，對於他的外顯行為，只要不違法犯紀、不傷風敗俗、不逾越道德、法律。盡量淡化看待，風暴很快就會過去。千萬不要直接槓上，這樣風暴不但會更慘烈，還會造成彼此的內傷。長子在小五時，開始出現情緒青春期，對話常常會在雞蛋裡面挑骨頭。到了國二時，他自己跟我說：「媽媽，我五六年級時，常常為了反對而反對，真的很不成熟。」當孩子有反思與自省的能力時，他自己的人生，不僅在混沌中開始出現曙光，也一定會慢慢的大放光彩，做父母的，很多時候，要等、要忍、要不插手干預、要耐得住急性子，特別是孩子在青春期的時候。

第二、強化對青春期孩子愛的表達：

青春期的孩子，最在乎的，還是家人的愛。如果抽離父母的角色，用朋友的態度，去了解他有興趣的事，效果通常不錯。女孩喜歡追星，追劇，就跟著她追

一陣子；男孩喜歡打球，打怪，也陪他一起動手動腦。就當作自己重新再年輕了一次！他們身體急速的在變化，心智成熟度又追不上身體成長的速度，加上煩重的課業，惱人的青春痘或人際關係，想想，也確實辛苦。

面對孩子的青春期，父母的態度影響真的很大。自己要控制得住自己的情緒，才不會被孩子的情緒牽著走。要常常跟孩子說你很愛他，很關心他，問問他在生活上，課業上，交友上，有沒有需要幫忙的地方，多聽他分享學校的事。長子在讀國一時，有時會請求我陪他一起復習功課。母子一起背課文，背註釋，研讀地理，歷史，算數學題目，這種一起奮鬥的感覺，不但幸福，更讓親情緊密與親密成，生命共同體。

有時，也偶爾鬥鬥嘴，打打鬧鬧，好像自己跟他們是年齡相仿的朋友。這樣的相處模式，確實比拘泥在母子分際中，來的自在也開心。孩子的成長只有一次，我總希望毫無遺憾的盡心陪伴。起初，面對長子一開始的青春期風暴，我們也對吼過幾次，孩子甚至揚言離家出走，我說：「你可以出去走走，但要注意安全，記得，媽媽等你回來！」他真的在夜裡八點多騎單車出去吹風，那時，心上也曾擔憂，但我相信，他會平安回來！他回來時，我只說：「歡迎你回來！」流動在孩子臉上的表情，其實已從乖戾轉為柔和，因為他知道，媽媽是深愛著他的！

現在讀國二的長子，前幾天跟我說：「媽媽，我如果在別人家做小孩，可能會很可憐！」我說：「為什麼呢？」他說：「因為會不被了解！」我說：「不會啦！你是優秀的孩子，在誰家做孩子，都是優秀的孩子！」他說：「媽媽，我是在讚美您耶！」青春期的孩子，讚美人，都這麼婉轉含蓄嗎？那一刻，被長子的神情，深深的打進，感動的汪洋裡。**愛，是所有關係的潤滑劑；愛，是所有心病的處方箋。**青春期的孩子，只要感受得到，自己是深深被愛時，他也許會叛逆，會挑釁，會出言不遜，但他，不會變壞。因為父母無附加條件的愛，是孩子，在成長的路上，指引光明的燈，不但溫暖了心房，也照亮了摸索前進的路。**青春期的孩子，是跳躍在故意與失控之間的精靈，不要企圖抓住他、控制他，只要持續溫和又堅定的愛著青春期的孩子，他們慢慢成熟的腦和思路，會長成有自信又負責任的大人。**