

伴你同行

輔導子女渡過反叛時期

臨床心理學家

林皓明

27.10.2007



何謂反叛？

- 美國精神病協會 – 精神病診斷及統計手冊(第四版)
- 反叛及對抗行為，經常出現下列情況：
 - 發脾氣
 - 與成人爭拗
 - 故意違抗成人的要求或規則
 - 刻意滋擾別人



何謂反叛？

- 將自己的錯誤歸咎於別人身上
- 容易感到煩厭
- 感到憤怒
- 充滿敵意和仇恨



品行失調

- 對人或動物出現暴力行為
 - 欺負或恐嚇別人
 - 主動與人打架
 - 使用可以傷人的武器
 - 殘酷地損害他人身體
 - 殘酷地傷害動物
 - 搶奪別人的財物
 - 強迫別人發生性行為



品行失調

- 破壞財物
 - 蓄意放火以造成重大的財物損失
 - 蓄意破壞別人的財物
- 詐騙或盜竊
 - 潛入別人的樓宇或汽車內
 - 說謊話以騙取利益或逃避責任
 - 偷竊



品行失調

- 嚴重違規
 - 於13歲前不顧父母的規管而在外頭渡宿
 - 有兩次或以上的離家出走紀錄
 - 於13歲前出現逃學的情況



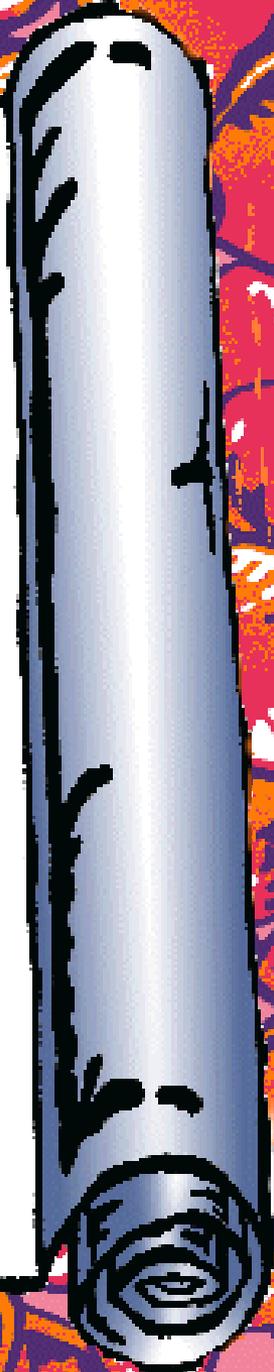
為何青少年期會出現有關問題

- 青春期的性荷爾蒙刺激
- 學識上逐漸豐富及思維上漸趨成熟
- 生活方面的自由度增加
- 朋輩間互相模仿及影響
- 腦部分析能力及自制能力未完全成熟
- 父母未能追隨及適應子女的轉變而增加與子女的磨擦



為何青少年期會出現有關問題

- 自信已有相當的自我管理能力
- 爭取獨立
- 爭取自由
- 要求被尊重
- 渴望被愛



子女與父母經常衝突的事件

- 學習及功課問題
- 金錢運用
- 出夜街
- 拍拖
- 私隱



高危六族群

- 慈母/父多敗兒
- 棒下出逆子
- 扯線公仔變甩線公仔
- 遙距父母與近身密友
- 地底蟲變中華英雄
- 風暴中尋找避風塘



高危六族群

- 慈母/父多敗兒 => 規矩
- 棒下出逆子 => 怨恨
- 扯線公仔變甩線公仔 => 自由
- 遙距父母與近身密友 => 愛
- 地底蟲變中華英雄 => 認同
- 風暴中尋找避風塘 => 安詳



預防勝於治療

- 自小訓練子女忍耐和遵守規則
- 直接向子女表達對他們的愛
- 多花時間陪伴和分享
- 從小樹立父母恩威並施的形象，讓孩子心悅誠服
- 讓子女明白自己的苦衷
- 多讚賞，禁絕體罰



預防勝於治療

- 公平對待各子女
- 緊隨時代脈搏
- 發掘、培育和肯定子女的才能
- 自小聆聽子女的需要和感受，不急於評論
- 自小給予子女有限度的選擇權
- 及早處理家庭糾紛，保持家庭和諧
- 因應子女的變化而轉換管教策略



應變措施

- 了解成因，自我檢討
- 閒話家常，多呼其名
- 禁絕長氣，平心靜氣
- 表示關心，而非命令
- 評量目前措施的實際效果
- 期望與關係的取捨



應變措施

- 以溝通化解誤會
- 放下尊嚴，勇於道歉
- 尊重私隱
- 重新訂立君子之約
- 多予正面回應
- 接納自己並非樣樣皆能，投靠合適幫手
- 問心無愧，接納不聽從自己的子女



THANK YOU!

