

## 青少年時期： 使父母和年輕人更容易渡過這段時期

「有時我看著我的女兒，不能相信我們現在是那麼要好的朋友，」李蓮說。「當她是個少女時，我們常常爭吵，當時我以為我們最後會變得憎恨對方。」

李蓮的經歷並不是獨一無二。對有些家庭而言，青少年時期可以是很難渡過而且充滿衝突的時期。這可算是正常的現象；畢竟這是少年處理情緒和生理的轉變的時期，這些變化往往使他們喜怒無常和反叛。

但是對李蓮而言，這一段時期特別難渡過，因為像很多從海外地方來到加拿大的父母一樣，她想按照她原居國家的傳統方式來教養子女，但是這種方式往往與加拿大的方式有很大的區別。在原居國家，這些家庭的管教比較嚴格，但是在加拿大，子女有更多的自由。由於李蓮的女兒知道她在班上的其他女孩子可以在週末出外或在同學的家過夜，她也想這樣做。

「當我每次不准她出外時，她就會與我爭論。」李蓮回憶道。「使這個情況變得更惡劣的是：當時我自己的父母正與我們同住，我感到他們的反感。他們反對我女兒的行為，因為她與我爭論。他們也不贊同我的做法，因為他們認為我管不住她。」

這是一個常見的情況，怪不得那些為了給子女更佳的生活享受，而往往長時間工作的父母覺得他們的子女並不尊重自己。其實父母和年輕人都有共同點；那就是兩者都在爭扎並忍受在兩種不同文化的價值觀中生活。在家裏，青少年應該毫無疑問地遵從規則；然而，在家以外，就是他們所成長的社會中，若年輕人有自己堅強的意見和自己的想法，不一定會被視為不尊敬長輩。青少年可能想討他們父母的喜悅，與此同時，他們也想感到被他們的加拿大朋友所接納。

雖然年輕人有時喜怒無常和難以相處是正常的現象，這並不代表父母應該容忍不能接受的行為；然而，若他們能夠有耐性和了解的表現，則會有幫助。青少年不一定有他們父母所要盡的責任，但是他們仍然可能有使他們擔憂的事情。他們可能感覺在學校要讀書成功的壓力，和與其他年輕人認同的壓力。他們也可能擔心失業等問題和擔心自己的將來。他們也往往感覺受到成人不公平的批評。當我們從大眾傳播

媒界閱讀到或聽到有關年輕人的新聞時，可能都是有關他們所做的壞事，而不是有關他們所做的好事。事實上，大多數年輕人都不惹事生非的人。

父母們可以做什麼來避免青少年出現問題呢？有時父母會很想把子女管教得很嚴，但是嚴厲的管教可能會使年輕人的行為變得更惡劣。從另一方面來說，那些至少與父親或母親有良好關係的少年人出現嚴重問題的可能性較少。父母可以改善他們與子女的關係的好方法包括：

The Teenage Years: Making Them Easier for Parents and Young  
people Chinese

- 讓他們知道你關心他們 (即使當他們的行為是令人可怕時)。
- 對他們及他們所做的事情感到興趣。
- 定時與他們在一起，並且與他們一起鬆弛 (即使你很忙碌) 和一起做你們都感興趣的事。
- 讓他們知道你留意到他們做得好的事。

The material in this brochure has been adapted from documents produced by NSW Multicultural Health Communication Service.

This brochure can be reproduced as required.

此小冊子的內容採納自 NSW 多元文化健康傳播服務所提供的資料

Canadian Mental Health Association – Edmonton Region  
Edmonton Mennonite Centre for Newcomers  
Multicultural Health Brokers Co-op

Phone: (780) 414-6300  
Phone: (780) 424-7709  
Phone: (780) 423-1973

[www.cmha-edmonton.ab.ca](http://www.cmha-edmonton.ab.ca)  
[www.emcn.ab.ca](http://www.emcn.ab.ca)