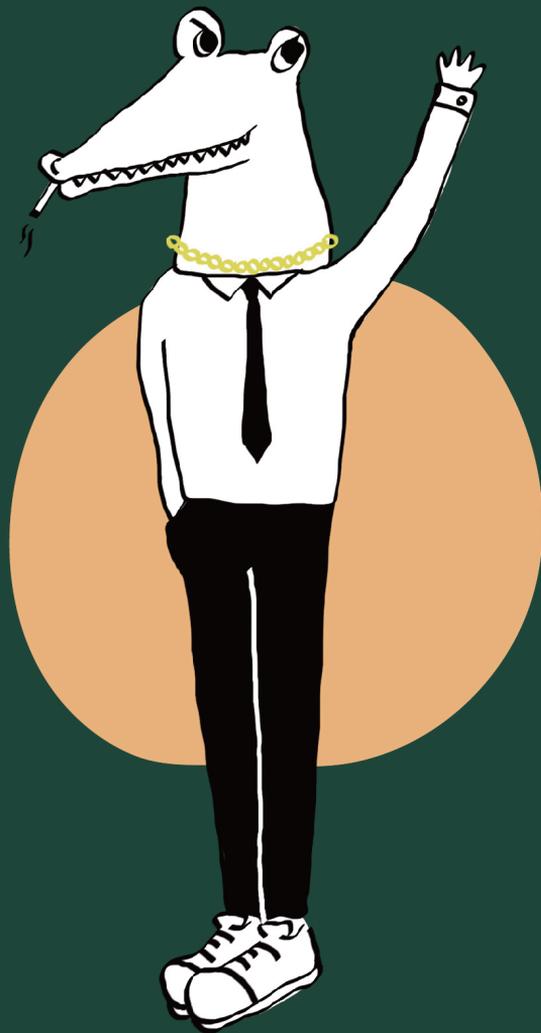


下次見面，請多指教



P1.

二次見面，
請多指教

P2.

曾是少年

動物少年

P3.~P4. 無所蝟

P5.~P6. 樂憂兔

P7.~P8. 鱷勢力

P9.~P10. 好鬥牛

P11.~P12. 我就懶

P13.~P14. 小聯獾

P15. ~ P16.

家長會客室

P17. ~ P18.

我們眼中的孩子

P19.

乘風少保組

二次見面，請多指教

親愛的家長你好：

這是一本關於少年與您的小書，
帶您去看看我們的孩子，少年的他們。

有的人會說，青春期就是孩子的叛逆期，
看著眼前的孩子，有時易怒衝動、有時懶惰散漫，
所有善意的提醒都當成控制，關心的問候都成了碎念，
不知不覺對眼前的孩子越來越陌生，彼此的關係也越來越對立。

當孩子開始長大，走到青春期的時候，
他們既是您的孩子，也同時開始了自己的探尋。
這會是一場探險，我們與孩子彼此都會經歷到一些變化。
對孩子而言，他開始探索自己、認識自己，
有更多的行動和嘗試；而對我們而言，
也準備看到孩子不同的樣貌，調適自己的狀態，回應孩子的變動。
這可能不是一段舒服的經驗，也充滿挑戰，
但我們就先慢下來，看看孩子在跟我們說些什麼？

把孩子當作一位全新的生命，重新去認識、瞭解他，
因為他們也正開始嘗試創造一個全新的自己。

作為少年是一段奇妙的歷程，
邀請您當作是與孩子的二次會面，
期待能讓您對於少年/您的孩子有更豐富的認識。

曾是少年

【小王子】一書中提到「每個大人都曾經是孩子，可惜很少大人記得這一點」。

我們為六種類型的青少年找到對應的動物象徵，希望你們能從中看見自己與孩子的影子，讓你們對孩子不再那麼感到難以理解，或許也能透過回憶起過往的年少輕狂，而找到更能與孩子溝通的語言。

你還記得自己青少年時的模樣嗎？讓我們回到過去重新體會，看看那曾是青少年的自己，容易成為哪一類「動物少年」。

請選出下列最能形容你青少年時候的特質，看看少年的你是什麼類型的動物少年：

爬格子：選擇往上或往下 → 碰到岔路就轉彎 → 找到答案



鱷勢力



樂憂兔



我就懶



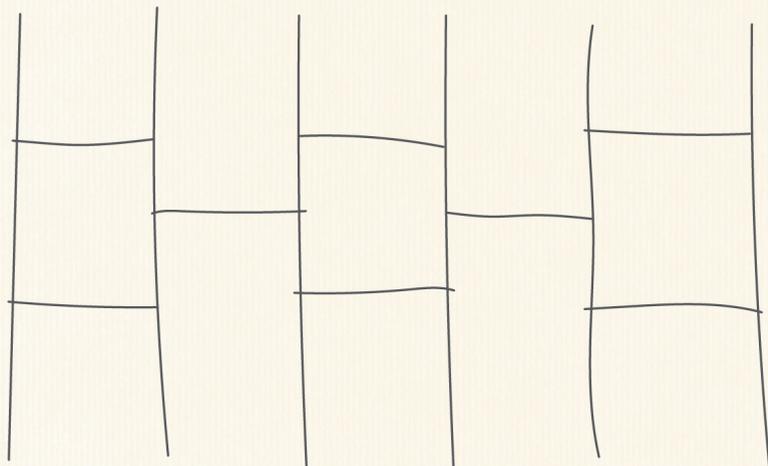
無所蝟



小聯獾



好鬥牛



|防衛|
裝冷漠

|敏感|
渴望愛

|衝動|
不服輸

|名利|
重物質

|焦慮|
怕孤單

|隨便|
無動力



無所謂

沒有期待沒有傷害 反正最後都會離開
孤獨是安全的溫暖 愛是剛開始的背叛

這些孩子披了一件硬殼般的外衣，
他們以冷硬、拒絕的態度回應世界。

對外在環境敏感，
早期被照顧的經驗可能帶來一些不安全感，
讓他們對於這個世界也有相同的感覺，
認為付出真心就會受到傷害；
但在這些防衛背後是一顆敏感纖細的內在。

他們需要穩定一致的陪伴，
重新經歷真誠、不帶條件的關係，
恢復對這世界的信任，
相信有人是單純且真心的關心他們。



的 有 兔
木 愛 兔

獨自承受著寂寞的虛空 沒人理解也沒人來救我
他們總說要更堅強成熟 但我只要一個擁抱就夠

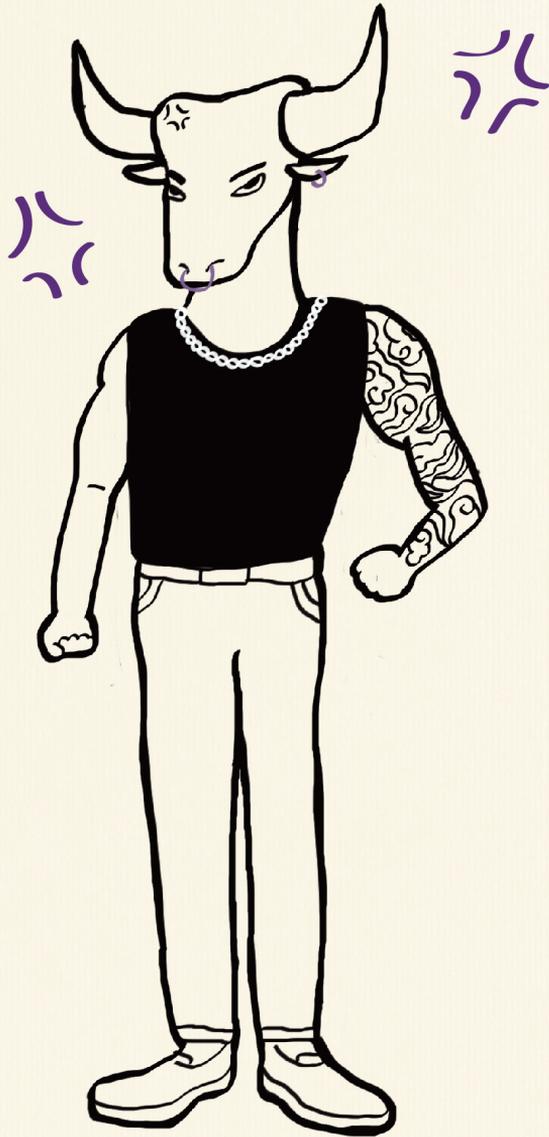
這些孩子敏感細膩，
時常帶著放大鏡觀察他人的情緒，
為了討好他人而可能犧牲自己的界線來委屈甚至傷害自己，
表面上容易很快交到朋友，卻難以在關係中得到真正的滿足，
他們沒有自信真正的自己能被喜歡，
別人的關愛與在乎就像丟進無底洞，
對他們來說永遠都不夠，
因此他們需要來自家庭更多的**理解與接納**，
讓孩子在失敗與挫折時能感到家人的**陪伴與支持**，
開始相信自己無論是什麼模樣都值得被愛。



奮鬥 努力

這世界的規則我怎不懂 乖乖讀書不也為了成功
鋌而走險才能更快富有 花錢就會有人對你鞠躬

這些孩子太早接觸現實環境，
投注太多心力融入大人的世界，
反而迷失自我的本質，發展出物質為導向的價值觀，
同時自認已經看透這世界的規則，
習慣建立以利益導向為主的關係，
但往往他們也深怕自己哪天失去利用價值及生存的意義，
因此內在空虛的他們，需要更多被肯定內在特質的經驗，
在一段不需交換利益的關係中，
重新看見自己真實的模樣。



好鬥牛

無論什麼遊戲都玩得起 無論什麼挑戰都沒在怕
把我當孩子是你太天真 我的強大不是你能招惹

這些孩子看似衝動且具有攻擊性，
但憤怒的背後往往是對這個世界的失望，
或是出於不被理解的反擊，
使得他們需要用這麼大的力道展現自己，
因此需要一個情緒穩定的成人引導他們理解憤怒背後的原因，
並練習在每一次的失控中找到讓自己平靜的方式，
設下溫柔且堅定的規則，
學習用溫和的方式取得他人的理解。



我就懶

整天關在房裡也沒差 朋友來來去去都無妨
不要問我的生涯規劃 反正隨你想要我幹嘛

這些孩子對於活動失去興趣與好奇，
他們較少現實中的人際互動，
或是過往的生活都被大人們所規劃好，
缺乏為自己作決定並負責的經驗，
使得他們安於現況，缺乏未來目標，
他們需要開拓不同的生活經驗，
開始對這世界有更多的好奇，
而我們也可以製造一些讓他們做出選擇的機會，
開始找到自己真正喜歡的事物。



小耳聾獠

獨處時總是特別慌張 我是誰又會變成怎樣
對未來的事不敢再想 兄弟們今晚繼續瘋吧

這些孩子總是喜歡跟朋友膩在一起，
透過團體生活感受到關係的連結，卻也在躲藏自己。

他們看似交友廣闊，
卻經常感到孤單、缺乏自信，做什麼都無所謂，
只要跟朋友在一起就好，因為他們需要歸屬感，

此時家人若能有更多的陪伴，
讓他們在家中不再感到孤單，
就能看見自己的價值，懂得開始保護自己。

家長會客室

Q1

大家都說要愛的教育，但是孩子行為難以管教，我怎麼講他就是不聽，那應該要怎麼辦？

A1

親愛的家長，辛苦你了，面對孩子的叛逆期，你肯定是很無助，也不理解為什麼孩子會變成這樣。用責打管教確實是最快讓孩子感到害怕的方法，或許當孩子年幼時，會因著害怕而避免做出讓自己受罰的行為，然而隨著孩子漸漸成長，有更多自己的力量能獨自探索這個世界時，害怕被打的心情，只會讓孩子不敢再與你分享自己的生活，我們也漸漸失去許多了解他的機會，最後孩子便離我們愈來愈遠並投入朋友的懷抱。

這世界上沒有一種標準的教養方式，由於因著孩子的個性、過去經驗及個人信念，使得孩子對於家長的反應也會有不同的解讀，唯一的通則就是與孩子保持良好的溝通關係，使我們能盡可能理解孩子的世界，讀懂他們的需求，在他們準備開創自己人生的路上，給予穩定的支持與引導。而所謂的乖巧、聽話，往往是依著外在的規範與規則所給予的評斷，但在回到親子的關係中，其實有著比要求做「對」更重要的事，就是理解。在不評價孩子的前提下，先理解孩子行為背後的語言，我們才有機會看到孩子以「錯」的行為包裝的求救。

Q2

我也想要瞭解我的孩子，但他不是整晚不回家，電話都聯繫不到人，就是回到家躲進房間，關心他幾句就說我唸他，我該怎麼辦？

A2

我們可以先試著傾聽孩子為什麼想出去玩，出去玩他獲得了什麼感受？即使你很有生氣，但聽的過程不要有評論，讓孩子有機會把自己的心聲說出來。聽完後，你可以用溫和的態度說：「我知道很好玩，但我也很擔心你半夜在外面的安全」，讓孩子感受到家長的在乎是【擔心孩子受傷】，而不是指責他是一個【不乖的小孩】。

這樣的方法不見得會立即見效，但長期穩定的陪伴是孩子重要的安全感來源，讓他知道家人的支持不會因著他的行為而減少或改變，當他在探索世界的過程中，無論受傷或困惑，都能回到願意支持他的家人身邊，當他在家中開始有足夠的安全感後，就會慢慢提升待在家中的意願，也會開始慢慢打開心房！

Q3

我很願意理解並提供任何他需要的支持，但一直順著他好像變成在溺愛他？又擔心拒絕他就會破壞親子關係，這該怎麼辦？

A3

由於多數青少年在此階段會有全能感，常過度高估自己的能力，低估現實的考量與限制，因此面對孩子較無理的要求時，我們需要練習溫柔且堅定地明確告訴孩子這些限制／拒絕，並解釋原因後，引導孩子做出【他認為對】的決定，再一起陪著他面對行為後的結果，或是與他一同討論替代方案。

Gabbard (2004/2017) 提及維持穩定的界線是為了建立一個保護性的環境，它所形成的結構成為一個安全的空間，期待它的穩定性能承接住個孩子在環境情境中的各種行動、破壞。這時候界線的意義不再於限制孩子，更是因為要保護孩子免於處在失控的狀態。

我們眼中的孩子

「玩也玩過了，女友一個換過一個，也差點進去裡面蹲，現在只想要平淡的過，也很羨慕那個誰可以回去讀書，啊我怎麼還在這...」

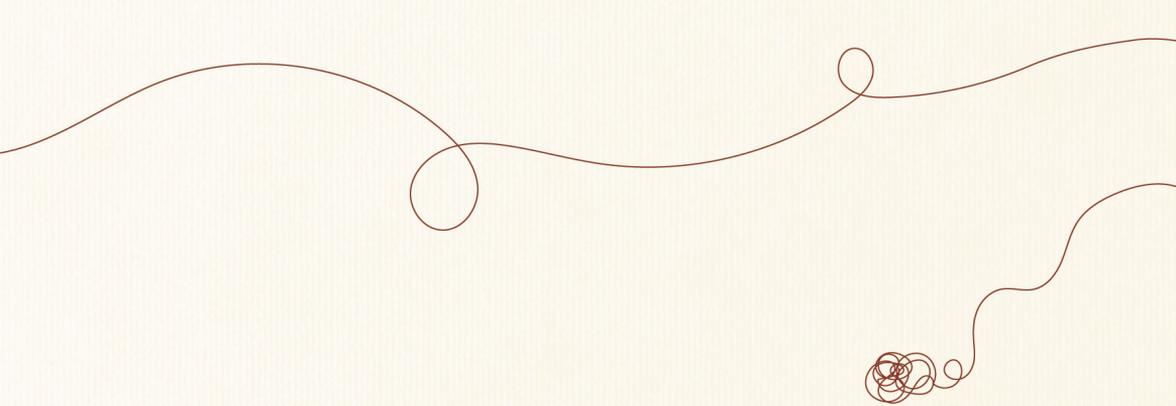
少年淡淡的說著。

切水果做飲料的手沒停過，不時跟路人吆喝拉生意，很難想像這是不久前，整天打打殺殺、到處飆車找人吵架、也用過藥的那位狂飆少年。

雖然還是常跟家人吵架、不時惹禍、氣起來誰也攔不住，但在跌跌撞撞後，少年漸漸找到自己的目標，身兼兩份工，期待用自己的力量將積欠的機車罰單繳清，再存一點學費，未來回到學校讀點書。

青少年的任務是發展自我價值，重視同儕的認同，更想證明自己可以、沒有任何事可以打倒他，在他們的世界裡容不下成人任何一句叨唸，反而會將青少年推得更遠。在這時候透過傾聽，理解青少年瘋狂行為背後的心聲，引導他們整理自己想要的，給予他們受傷的心安慰，接受他們無止盡的跌倒再爬起來，提供資源並陪伴他們勇闖這個世界。在一次次經驗與整理後，青少年終能意識到什麼是重要的，並逐步朝自己的目標前進，這成長雖緩慢曲折，但總是往前行的。

— 橘子 社工員



如果用一句話形容剛開始認識的孩子，
我會感覺他們像是一團未整理的毛線。
不論從外面看或是從裡面看，都是沒有一定規則且混亂的。
我想青少年成長時期一定會經歷許多誘惑與衝撞，
而在經歷的同時也在試著認識自己，
終有一天未整理的毛線可以變成各式各樣的樣子，
或只是整理好後找回那最初的自己。
陪伴青少年經歷混亂是一件不容易的事情，
在孩子混亂的狀態下，
有時候也會跟著他們一起迷失或替孩子著急。
我常常需要花很長一段時間，才能進一步理解孩子所看見的世界，
後來我才知道，因為對於孩子來說，
讓他人理解也不是一件容易的事情，
混亂的毛線往往需要更多的時間與空間，先看清楚並整理好自己，
才能好好讓他人更清楚自己的模樣。

— 巧穎 心輔員



社團法人台北市基督教教會聯合會 乘風少年學園 少保組

| 編輯者 |

劉亮佑、吳沛穎、吳孟沿、吳宜恩、
康巧穎、林怡均、簡婉婷

| 美編設計 |

吳佳恩



官網 QR Code / FB搜尋：乘風少保組

