

和孩子談心也談性

文 / 黃孝如

如果有一天，十歲左右的女兒驚惶地跑到你身邊，低聲說：「怎麼辦，我的內褲上有紅紅的……。」或者，你剛上國中的兒子，不知怎麼的開始在洗澡時小心地把浴室門鎖上；變粗的嗓音在他高聲說笑時，忽然破了似的……。這時候，你將意識到，孩子進入青春期了。每個父母也都是青春期的「過來人」。母親可能記得月經初潮、胸部發育的不安和窘狀；父親則可能仍記得初次射精的狼狽、或自慰的罪惡感。事實上，由於以往對性的禁忌，大多數人都是在沒人教、也不敢問的混沌狀態下，暗自摸索過來的。

然而，心理專家提醒我們，青春期孩子若心理受到傷害，可能對日後行為造成長期不良影響。例如不滿意自己的長相而喪失自信；自卑而產生「逞英雄」或「反抗權威」的態度。這些都會影響他們成人後在社會上的表現。而今天的社會變遷快速，價值觀混亂，如離婚增加、性暗示氾濫、性別角色混淆等，使孩子由兒童邁向成人的過渡階段，變得更漫長而困難。現代孩子更需幫助因此，現代父母很難樂觀地認為：「反正孩子總會自己走過來的。」現代孩子可能比過去的孩子更需要幫助。這種情況似乎全世界都一樣。當美國著名青少年心理醫師帕翠生寫了一本這方面的書：「It's Ok To Be You! -- Feeling Good About Growing Up」，很快地就有了英、法、德、義、瑞典、希伯來等多種譯本。中文本「長大的感覺，真好」近已也已出版。

這本書是寫給九到十六歲的青少年看的，筆調活潑，有些觀念還透過漫畫人物

來表達——他們都是青春期孩子的典型縮影。書中討論了青少年四大問題：身體和性機能成熟、情緒變化、人際關係，以及獨立人格的發展。作者用坦然、務實的態度，圖解男女性器官的構造，並說明月經、勃起、射精、自慰、做愛、性高潮等觀念。透過作者的態度，讀者會感覺這一切平時難於啟齒的事情，都是健康而溫馨的。當然，父母也可以從書中瞭解正確的性知識、孩子的情緒和可能遭遇的心理問題，此外、還可以學習作者在字裡行間流露的教導態度；尊重孩子的感覺；話不多而切中重點；正面引導重於負面批評。接受自己在「你的身體」、「你的感覺」、「你與別人」、「做你自己」四章中，作者表達了一個貫穿全書的觀念：接受自己——包括自己的身體和感覺，是建立自信和人格獨立的基礎。他用了許多雋永的字句來闡述：「學著接受自己的長相，是滋生自信的第一步。」「喜歡自己的身體；學著表現自己的本色。」「想讓自己堅強而自信，你得學會照顧情緒。」這些簡單、明確的指引，是作者從事二十多年心理教育的心得。事實上，這些話不僅可做為「徬徨少年時」的指路明燈，父母親也會忍不住細細品味。