

戀愛症候群

——談戀愛

現在的青少年很早就在校園裡開始青澀的戀情，這樣的發展常常嚴重的影響他／她們的生活和學習。我們應該如何面對這種事情呢？

年輕的戀愛是這樣開始的：她／他長得好漂亮！她／他是樂隊指揮耶！她／他打籃球的時候好帥！她／他跑步的時候頭髮會在風裡飄！她／他強忍著不哭的樣子好迷人！她／他難過的樣子讓人想疼她／他！她／他對待小狗的態度好溫柔！她／他好會耍寶喔！她／他跳舞的時候酷斃了！她／他功課很好，可是不会驕傲喔！她／他在公車上一直偷偷瞄我耶！她／他好容易害羞喔！她／他實在是好可愛好可愛好可愛……。

成績不好沒關係，球打得好也很好；長的不漂亮沒關係，有個人特色更重要。反正，總有優點值得讓人欣賞。年輕的戀愛是單純的，欣賞她／他的優點，不用管她／他家有沒有錢。

小說漫畫裡即使是笨笨的男生也有女孩青睞，拙拙的女生也能當主角和男生相戀，唱情歌也不是帥哥美女專屬的權利。所以，每個人，包括我，都可能遇到某個我喜歡的人，或某個懂得欣賞我的人，然後和她／他談個戀愛？即使我長相不出色，表現平凡，也有喜歡別人的權利！

然後，有一天，我有喜歡的人了！可是，萬一我鼓足勇氣告白，卻被拒絕怎麼辦？如果她／他已經有自己喜歡的人，我們還可以做朋友嗎？我要怎麼向她／他表示我的喜歡？學校知道了會不會

記過？爸媽知道我交男／女朋友會不會生氣？萬一有人向我表示好感，我要怎麼接受或拒絕，才不會傷她／他的心呢？

可悲的是，面對這些常見的青澀感情，成人卻顯得手足無措，不但沒有提供正面的鼓勵和支援，甚至反而用嚴厲的監控來肯定自己的權威。

青少年因為欣賞別人，想親近她／他，多了解她／他，卻遭到反對、禁止甚至處罰，這不是件很荒謬的事嗎？關心喜歡的人，卻必須擔心害怕，難道我們希望青少年只會挑剔別人的缺點？難道我們希望青少年因為向別人表示好感而被嘲笑、被懲罰？難道我們希望看到她／他們只好選擇以欺負別人的方式來引起對方注意？或者因為不敢接受，或不知如何婉拒，而害別人傷心羞辱，也害自己懊悔難過？

正是因為成人有那些固執保守的態度，戀愛中的青少年才常常要耗費許多精力來應付壓力。她／他們為了不敢坦白而掙扎，為了閃避校規家規而慌張，害怕一被發現會被認為不用功、不聽話。成人禁止青少年談戀愛的結果，使得青少年除了讀書和談戀愛之外，還得費盡心思提防成人的監視、閃避成人的阻撓，當然容易變得無心課業，難以兼顧了。

當我們正視青少年的戀愛的時候，也許有人會說，「小孩子談戀愛，隨便玩玩而已，何必看得那麼認真？」可是我們卻看到，不管孩子有沒有談戀愛，家長老師都一直認真的監控青少年的人際關係，甚至禁止任何異性的電話或書信。學校老師一旦發現一點點徵兆，就通知家長要嚴加戒備，一逮到任何紙條書信就當作證據，不

惜公開示眾來羞辱學生的感情，一有學生告密，就認定必有此事，將當事人加以完全隔絕。事實上，成人處理青少年戀愛的態度經常是「非常認真」的，從來都是把它當作一個非常嚴重的問題來處理。

成人最擔心的，是青少年談戀愛時太癡情，失戀時又太傷心，情緒起伏不定，結果會耽誤課業。

其實，成人只重視青少年的課業，原本就是社會價值觀扭曲所造成的偏見。老實說，想要青少年長成寬厚易處的人格，就需要讓她／他們覺得世界是友善的，有希望的，有機會的。更何況，談戀愛也不見得就一定荒廢學業。畢竟，每個人都不希望在自己喜歡的人面前丟臉，有了心儀的對象，反而會讓青少年想追求更好的表現，更努力發憤讀書或努力練球。如果戀情順利，心情開朗起來，生活態度會更積極、樂觀；如果戀情不順利，也是給青少年一個自我調適的機會，學習如何在失落中打起精神。失戀歸失戀，還是得繼續念書和吃飯嘛！倒是成人的百般阻撓和監控使得青少年耗盡心神，無暇在戀愛中學習成長呢！

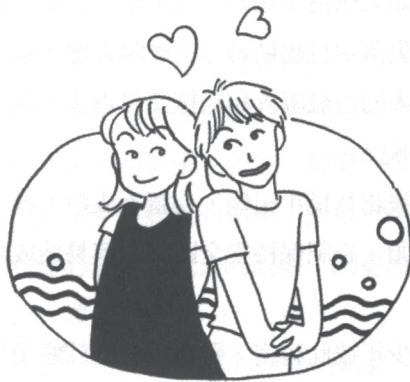
另一方面，青少年常常被認為是年紀輕，心智不成熟，容易衝動，一談起戀愛就容易衝昏頭，忘記保持安全距離，容易造成身心無法彌補的傷害。

其實，我們一味禁止青少年彼此親密，雖然用意在於避免性行為發生，卻也犧牲掉許多用肢體傳達感情的機會。而且成人強烈反對的態度，只會給青少年「身體的親密行為是不好的」這種負面印象而已。當我們一再強調，身體和性不該是攻擊、欺壓她／他人的工具的時候，卻經常忘了我們同時需要肯定身體的接觸可以直接傳

達感情：見面時用擊掌來問候，沮喪時拍拍肩可以打氣，擁抱可以分享快樂或悲傷，肢體的接觸會拉進人與人之間的距離，營造溫暖的氣息。而成人卻在不知不覺中，不分青紅皂白地全面打壓了青少年身體的接觸。

當我們抱怨著社會的人情淡漠，人際關係變得現實和疏離的時候，青少年的戀愛仍保有人和人之間單純、真摯的感情。在戀愛中，青少年會學習到與別人互動的方法，懂得接受別人的關心，也漸漸學會去關心別人。知道自己有優點，知道自己能被人接納，能和別人有感情的交流，這都有助於青少年肯定自己的價值。

不想讓青少年一談戀愛就出差錯？那麼成人在平時面對青少年



年時就不該避諱不談感情的事，反而應該鼓勵他們，支援他們。而不是在戀情發生或失戀之後，跟著青少年一起不知所措。談戀愛要操練：和學生一起討論如何表達好感和關心，送個小禮物，鼓勵她／

他用功念書，陪伴她／他度過難關。失戀也是必須面對的問題：要怎麼分手？慢慢疏遠或突然不見？分手後難道非得反目成仇不可？要怎麼樣才能繼續當朋友？什麼情況之下應該做陌生人？這些課程需要成人和青少年一齊面對，一齊摸索。

雖然會失戀，還是要談戀愛！在每一次的戀愛中，都有機會發現自己不同的優點，發現自己的改變，發現自己越來越懂得如何與人溝通意見和感情，變得越來越成熟喔！

青少年正因為純真，容易戀愛，容易幻滅，但是也可以唱首「失戀萬歲」的歌就從傷痛中復原。失戀的經驗，就當作以後人生中戀愛的參考吧！既然希望青少年將來能吻到王子公主，總得讓她／他們在年輕時吻一些青蛙蝸牛吧！（張玉芬）