

投稿類別：健康護理類

篇名：
青少年修「戀」手冊

作者：
陳宥姍。私立光復高中。綜 261 班
楊依旻。私立光復高中。綜 261 班
楊孟筑。私立光復高中。綜 261 班

指導老師：

曾瓊瑩老師

壹、前言

一、研究動機

高中時期正值青春洋溢的階段因為看到現在有許多高中生都在談戀愛，但愛情對高中生來說是什麼，為此想知道高中生對戀愛的看法是什麼，所以想藉由小論文來探討這個問題。現在有許多高中生認為戀愛就是性行為，而導致小爸爸小媽媽的產生，當小媽媽告訴小爸爸自己懷孕時，小爸爸就會因擔心自己無法承擔照顧的責任就消失不見，導致社會問題不斷發生。對於「未婚懷孕」這件事，我們又該怎麼面對？是生下來，還是要墮胎，這都是需要思考的問題。對現在的高中生來說愛和欣賞是同一件事還是不同的事情，因為有許多人分不清楚自己究竟是愛還是單純的欣賞對方而已，甚至高中生把愛情看得比課業還要重要，甚至為了戀愛不惜犧牲與家人的關係，所以我們想探討關於高中生戀愛的主题。

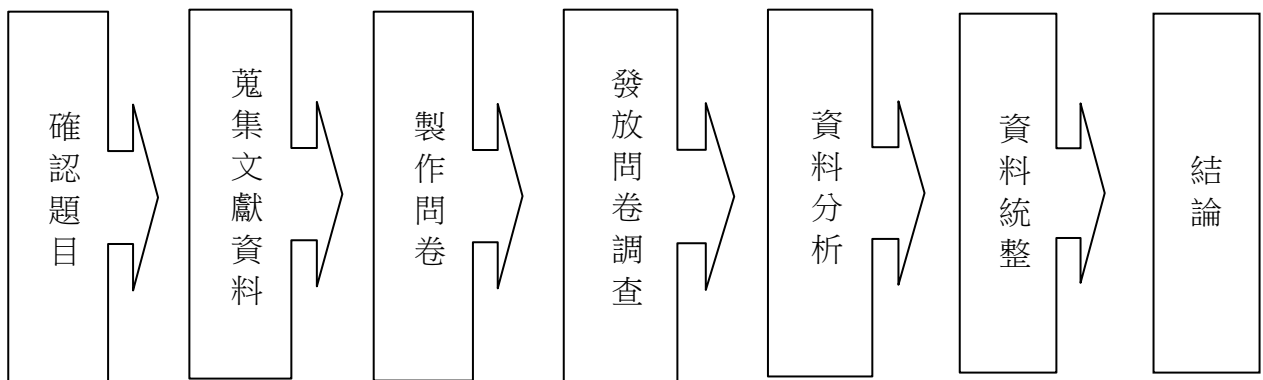
二、研究目的

- (一) 探討高中生想談戀爱的原因
- (二) 了解家長對於高中生談戀爱的態度
- (三) 了解高中生談戀愛對於課業的影響

三、研究對象

以新竹地區高中生為研究對象，探討高中生對戀爱的看法。

四、研究流程



圖一、研究流程 (資料來源：研究者自行設計)

貳、正文

一、青少年談戀愛的原因

青春期的男女生對戀愛有憧憬，然而父母卻常常擔心孩子受傷，造成雙方有爭執產生。「若從父母陪伴時間來看，顯示父母陪伴越少，孩子越容易往戀愛關係發展。」（王舜薇，2008）父母可以多花一些時間陪伴孩子，以減少孩子花太多時間在戀愛的課題上。我們發現越來越多青少年談戀愛都是因為覺得家裡不夠溫暖，於是向外尋找那份缺乏的溫暖，當作依靠。「多數有戀愛經驗的青少年認為，談戀愛的主要原因是可以有人陪伴，不會感覺寂寞（國中生 42.8%、高中職學生 48.8%）」（吳與晏，2009）所以主要因為有人陪伴不寂寞，但每個人的原因都不一樣，以下分別說明：

- （一）找聊天對象：因為現在的青少年，父母無法時常陪伴在身邊，因此希望有個對象可以對你噓寒問暖。
- （二）受同儕影響：青少年這個階段很容易受到同儕影響，會因為羨慕身邊的人有異性朋友，而希望自己也有異性朋友。
- （三）貪戀：享受談戀愛的過程。一直陪在喜歡的人身邊，照顧他。
- （四）類型：主要分為下列六種類型：
 1. 愛慕型：又可分以下三類：外表型、專長型、品性型，這類青春期戀愛十分常見。
 2. 好奇型：因好奇心而產生的早戀現象
 3. 模仿型：模仿社會上、網路及書籍中的行為而產生的戀愛現象。
 4. 從眾型：因周圍同齡人的壓力產生的戀愛現象。
 5. 愉悅型：因日久生情及同班戀而產生的好感。
 6. 逆反型：又稱叛逆型，本來不會交往都可能會向戀愛發展。

二、父母對於青少年談戀愛的態度

現在父母都覺得孩子不需過早談戀愛，認為是不成熟的戀愛也還沒有能力去承擔後果，父母憂過早戀愛會有種種危機；子女則認為父母保守專制，難以溝通（陳樂希，2017）父母子女對戀愛的看法大不同，所以更應該好好的仔細談談彼此不同的想法。有些父母會緊張得一塌糊塗，許多防衛動作出現，而讓孩子無所適從（張純玲，1998）所以不要讓孩子對戀愛有不好的回憶。以下為父母對青少年談戀愛的態度：

- （一）分享經驗：「分享也是一種好的身教」心理諮商所所長王瑞琪表示。
- （二）堅持己見：青少年不聽父母勸言，堅持自己對於戀愛的想法。

- (三) 保護過度：父母認為青少年談戀愛是不成熟的，深怕孩子受傷害，所以不讓孩子與異性交往。

三、談戀愛對課業的影響

大多數人會以為戀愛為重忽略了課業，「沒經驗的孩子，學業保持相當傑出；而早早便情竇初開的學生，課業則差強人意」（王蘭英，2013）所以能在戀愛跟課業之間找到平衡點的人是一個很有實力的人。奧爾皮納斯教授研究 624 位中學生，發現越沒戀愛經驗，在學業越佳（江啟明，2013）。因此發現青少年談戀愛時間課業成績。以下為青少年談戀愛的缺點：

- (一) 學業成績退步：沉浸在幸福感裡，而忘了學生學習的本分。
- (二) 時間管理不善：花太多時間在經營感情，而沒時間讀書。
- (三) 觀念問題：青少年時期因賀爾蒙的影響，對於異性的吸引較為強烈，認為戀愛比課業重要，而荒廢課業。

四、父母面對青少年戀愛的想法

青少年戀愛不一定是錯誤的，父母應適當的給予支持及建議，當孩子最有力的後盾，幫助孩子解決戀愛中遇到的問題，戀愛是一種美好的學習和生命經驗（賓靜蓀，2011），以下有幾種作法：

- (一) 冷靜面對：當下不要立刻反對或同意，就算反對也先冷靜聽聽孩子的想法。
- (二) 給孩子信任及當聊天對象：可陪伴孩子解決戀愛中的所遇到的問題。
- (三) 支持孩子：支持青少年戀愛，也支持孩子公開戀情，表示父母支持。
- (四) 分享經驗：分享年輕時的戀愛經驗提供給孩子參考及鼓勵。

五、青少年談戀愛的具體作法

戀愛是必經的過程，但愛情來的時候該怎麼面對愛情，並且如何經營好愛情也是一項重要課題，愛情一旦來了擋也擋不住，愛情會讓我們喪失了理性思考的能力，情緒開始主導我們的行為（佩蓉，2015），千萬別為了愛情而失去理智，面對愛情要用對的方法，別用錯誤的方法來面對愛情，以下為戀愛的應注意事項：

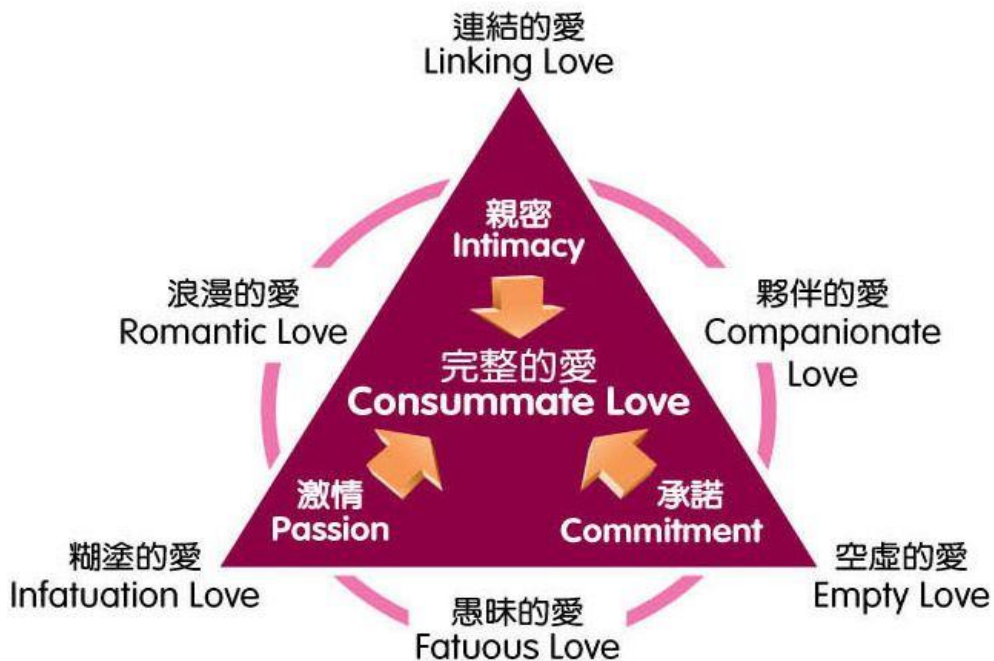
- (一) 用心去愛：如果遇見愛，請用最美好的方式去愛（王淑芬，2012），認真面對愛情才能使自己及對方在這段愛情中成長。
- (二) 別用身體去愛：不少青少年把愛與性混淆，造成社會問題（李南錫，2013），一旦用身體去愛對方，這段戀情就不會長久。
- (三) 專情：要認真的面對每段戀情，別用只是玩玩的態度去談戀愛。

- (四) 要理性:別因為對方是自己男女朋友就什麼都同意，要做自己把自己的想法告訴對方。

六、是喜歡還是愛

現階段的青少年有時分不清自己究竟是喜歡還是愛，但就是分不清楚最後導致分手的結果，因此現階段的青少年應該先搞清楚自己是喜歡還是愛在決定是否要交往等，發展心理學家 **Stenberg** 的「愛情三角理論」中，愛情須包括三種元素〈張德聰，2015〉：

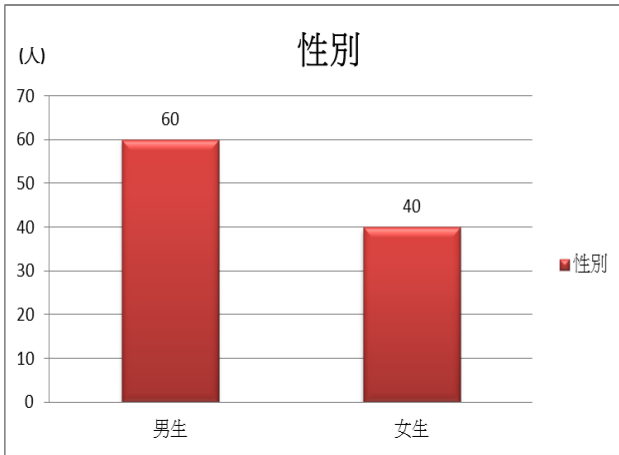
- (一) 親密:有歸屬感，讓自己覺得不會感到孤單。
- (二) 激情:想與另一半結合，並讓自己身心靈感到安全及滿足。
- (三) 承諾:雙方做出永久的承諾。答應對方會照顧自己一輩子，永遠不會改變。



資料來源：互聯網，2018年2月22日，取自
<https://www.2inlove.hk/%E6%84%9B%E6%83%85%E4%B8%89%E8%A7%92%E7%90%86%E8%AB%96/>

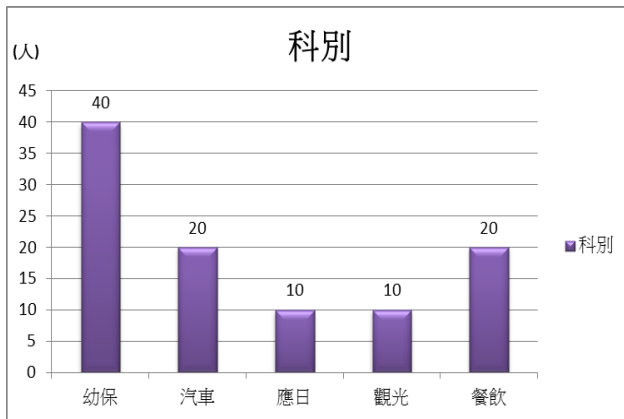
四、問卷分析

為了想要了解青少年談戀愛的的原因以及理由，因此針對青少年戀愛的的原因設計此問卷，以下為問卷內容及統計分析結果。



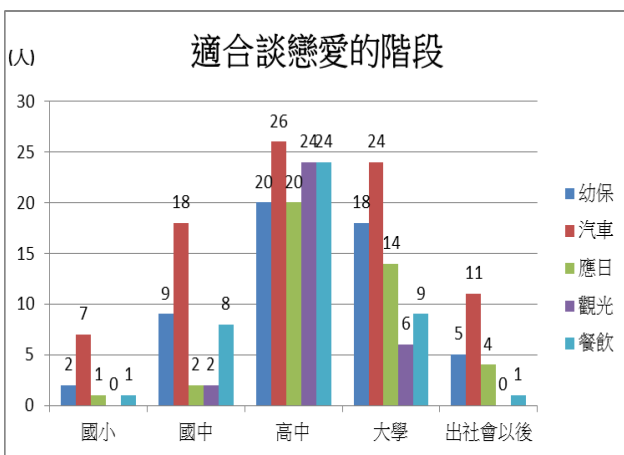
圖一：性別

從（圖一）中，得知本次調查人數以男生為多數佔 60%，女生較少佔 40%。



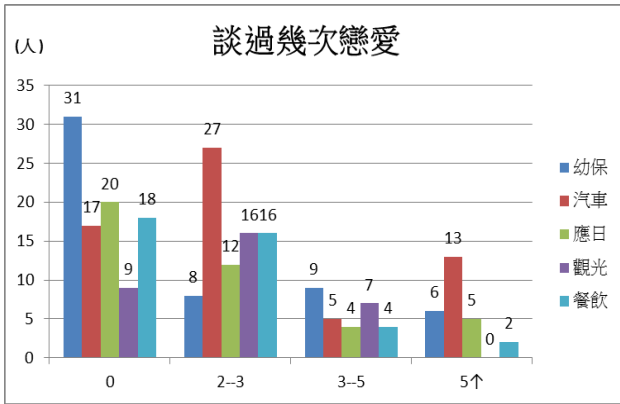
圖二：科別

從（圖二）中得知調查人數又以幼保科為主要調查對象佔 40%，應日及觀光較少人。



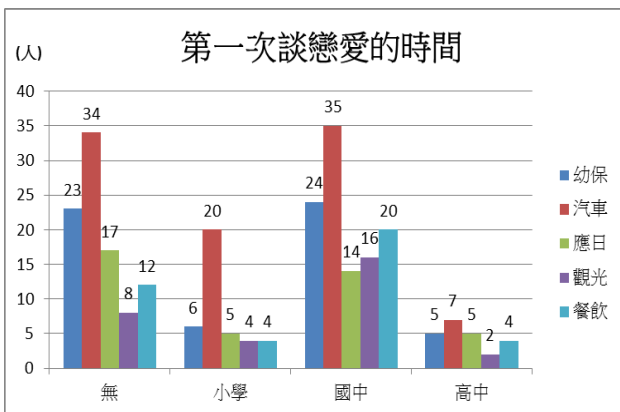
圖三：適合談戀愛的階段

從（圖三）中，得知大部分的人都認為高中階段是最適合談戀愛的時期，其中以汽車科認為大學階段也是適合談戀愛的時期，國小階段是最不適合談戀愛的年紀。



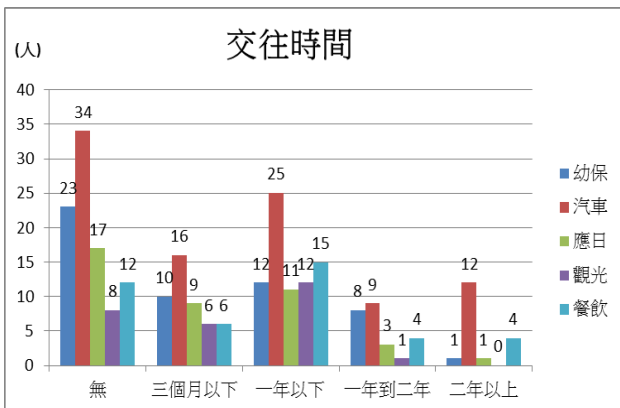
圖四：談過幾次戀愛

從（圖四）中，得知大部分的高中生並沒有談過戀愛，以幼保科學生居多，而談過多次戀愛的以汽車科居多。



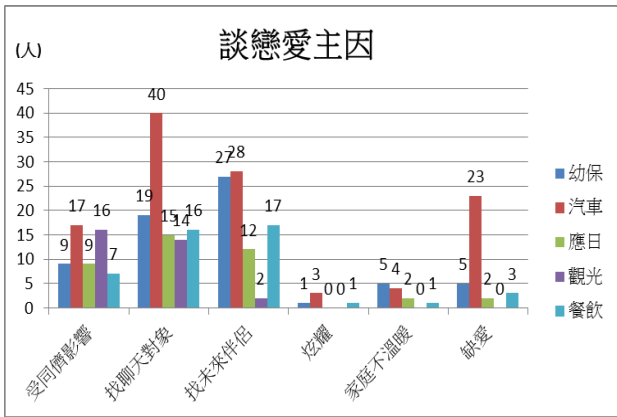
圖五：第一次談戀愛的時間

從（圖五）中，得知第一次談戀愛的時期以國中階段居多，反而高中階段才開始戀愛的較少。



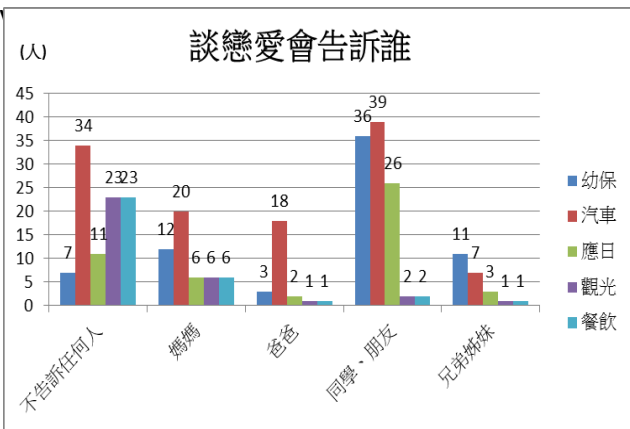
圖六：交往時間

從（圖六）中，得知目前高中生平均戀愛維持的時間不長，最多為一年以下，只有少部分的人有超過兩年以上，超過兩年以上的以汽車科較多，而觀光科則無到兩年以上的人。



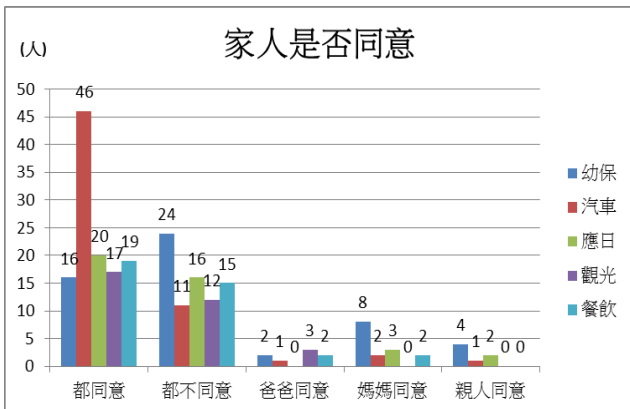
圖七：談戀愛主因

從（圖七）中，得知高中生談戀愛主要原因以找聊天對象為主，也有 20%左右是以找未來伴侶為目的，而要拿來跟同學朋友炫耀的反而較少。



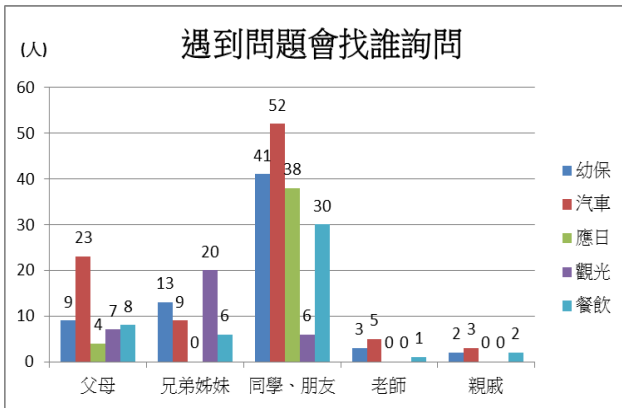
圖八：談戀愛會告訴誰

從（圖八）中，得知高中生比較偏向於告訴同學及朋友，其次是不告訴任何人。家人中又以告訴媽媽的比例較高。



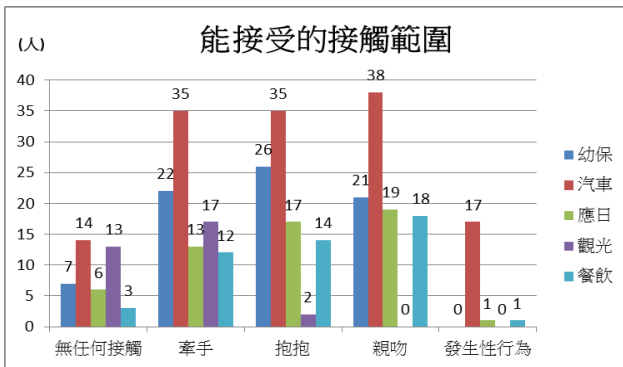
圖九：家人是否同意

從（圖九）中，得知現階段的父母大部分都同意孩子目前可交往，又以汽車科居多，相反的父母都不同意的以幼保科居多。



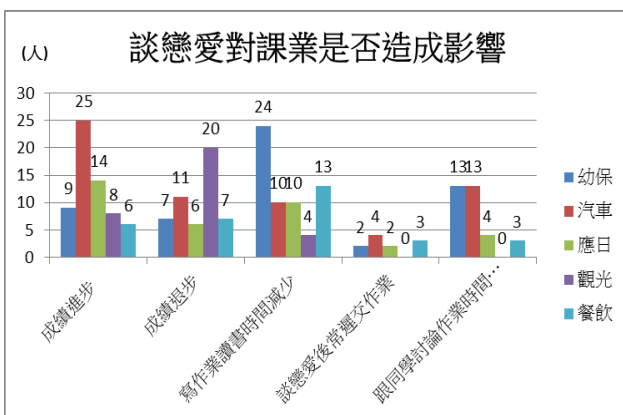
圖十：遇到問題會找誰詢問

從（圖十）中，得知高中生遇到問題時 50% 以上都是會與同儕朋友分享為主。



圖十一：能接受的接觸範圍

從（圖十一）中，高中生能接受的範圍以牽手居多，還是有少數的人希望不要有任何的性行為的發生。



圖十二：談戀愛對課業是否造成影響

從（圖十二）中，得知戀愛對課業的影響，汽車科認為成績進步，觀光科則認為成績退步較多，而幼保科認為寫作業讀書時間相對減少，可見談戀愛對每科的影響都不同。

參、結論

透過這次的調查我們發現青少年中男性想談戀愛的比例高於女性，且大部分第一次戀愛的時間都在國中，原因主要都是以想找聊天對象而不是真正想談戀愛，但大部分的家長都是同意青少年現階段可以戀愛的，但青少年遇到戀愛問題時，大部分都還是找同學朋友傾訴，從這次調查中發現其實談戀愛也是有許多的好處，並不是全是壞處，像許多青少年談戀愛都使成績進步，但相反的也有些人成績退步。

從這次對高中生的戀愛議題研究當中，發現其實不是所有的父母都不同意孩子談戀愛，只是會擔心孩子會在戀愛中受傷或忘記自己該做的本分，也就是如此孩子就不常跟父母討論戀愛的問題或根本不告訴父母，因此只要父母跟孩子好好溝通自己對戀愛的想法並且找到解決辦法，其實談戀愛也不是一件困難的事。

肆、引註資料

王淑芬（2012）。地圖女孩。鯨魚男孩。台北市親子天下

賓靜蓀（2011）。教孩子好好戀愛、好好分手。台北市親子天下，24期。

李南錫（2013）。人生的第一堂愛情課：可以問愛嗎？寫給年輕朋友的戀愛學分。台北市大田出版社。

吳亮儀（2017）。48%高中生交過男女朋友 學者：情感教育嚴重不足。生活新聞。擷取日期 2018年12月13日。取自網址

<http://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/2051232>

吳曉樂（2015）。國高中被說太小、上大學又嫌太老...爸媽們，到底幾歲才是「談戀愛」最好的年紀？。2018年12月13日。取自網址

<https://www.businessweekly.com.tw/article.aspx?id=14927&type=Blog>

呂秋遠（2017）。高中生交男友，家長極度反對怎麼辦？。2018年12月13日。取自網址

<https://www.storm.mg/lifestyle/365432>

王舜薇（2008）。新北市調查:1/4 國中生與 4 成高中生有戀愛經驗。2018年12月13日。

取自網址 <http://www.epochtimes.com/b5/8/8/4/n2215994.htm>

維基百科。2019年1月8日取自網址

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E9%9D%92%E6%98%A5%E6%9C%9F%E6%81%8B%E7%88%B1>

親愛的同學您好:

我們是幼兒保育學程的學生，我們想要透過這份問卷調查高中生對於談戀愛的想法，在此花費您寶貴的幾分鐘來協助我們完成這份問卷調查，我們採用不記名的方式請您放心填寫，謝謝您!

新竹市光復中學幼兒保育學程學生：陳宥姍、楊依旻、楊孟筑
指導老師：曾瓊瑩敬上

一、基本資料

- 1.性別 男生 女生
- 2.科別 幼保 汽車 應日 觀光 餐飲
- 3.在班上成績表現
第 1-5 名 第 6-15 名 第 16-30 名 第 31-40 名 倒數 5 名

二、問卷內容

- 1.您覺得適合談戀愛的階段大約在甚麼時候?
國小 國中 高中 大學 出社會以後
- 2.您談過幾次戀愛?
0 次 1-3 次 3-5 次 5 次↑
- 3.您第一次談戀愛是什麼時候?
無 小學 國中 高中
- 4.您交往對象時間多長?
無 三個月以下 一年以下 一年到二年 二年以上
- 5.您談戀愛的主要原因是?
受同儕影響 找聊天對象 找未來伴侶 炫耀 家庭不溫暖 缺愛
- 6.當您談戀愛時會告訴誰?
不告訴任何人 媽媽 爸爸 同學、朋友 兄弟姊妹
- 7.您家人是否同意您現在(高中階段)談戀愛?
都同意 都不同意 爸爸同意 媽媽同意 親人同意
- 8.您談戀愛時遇到困難時會找誰詢問?
父母 兄弟姊妹 同學、朋友 老師 親戚
- 9.您對於在談戀愛時能接受身體接觸的範圍到哪裡?
無任何接觸 牽手 抱抱 親吻 發生性行為
- 10.戀愛對於您的課業是否有影響?
成績進步 成績退步 寫作業讀書時間減少 談戀愛後常遲交作業 跟同學討論作業時間減少

問卷到此結束，感謝您的配合，敬祝學業進步