

學生期間出現的危機

- 第一個危機：升中學的第一年
- 第二個危機：升大學的第一年
- 第三個危機：染上毒品

孩子要應對很多不同的問題

- 身體出現變化，進入青春期。男的變聲，遺精，長出少許鬚根等。女的經血來潮，承受經痛，身體長高，胸脯漲大。
- 長出青春痘，嚴重影響自我形象。
- 男女生對自己的外型開始關心，有部份孩子對異性開始感興趣。
- 環境的轉變：舊日的同學分散了，往日在小學時的老師轉換了。現在每課要走向不同的課室，再沒有固定的課室和座位，班主任也不再像從前對自己的認識和關心。
- 因為賀爾蒙的影響，除了影響情緒外，也影響睡眠，有些孩子開始喜歡在晚上十時過後才寫作業，忙到早上三時才休息。於是早上起不了床，以致每天睡眠不足。上課時無精打采，不能集中精神聽課，
- 孩子凌晨才睡，家長每天早上三催四請孩子起床，煩死！

父母在這時候也遇上改變

- 父母開始脫離家長的角色：不必天天帶孩子上課，離開其他家長的社群，不必常常在校內義工，不必常為學校籌款等
- 很多媽媽回歸職場，所以忙於工作，重回全職主婦的生活。
- 有些家長對美國的學校制度不認識：初中的每節課走進不同課室上課，班主任不再是整天陪著孩子上課。課程開始深奧，不是一般家長可以輔導，有幫不上忙的感覺。除了不斷叮嚀就不懂得如何去輔導。
- 很多家長忙著應付自己婚姻，家庭經濟，和社交等問題。

第二個危機：進入大學第一年

- 大部份孩子離開家庭到遠處升讀大學。這是他一生中第一次離開父母獨立生活。
- 在獨立的生活，自己要管理財政，發現錢去得很快，常出現手頭現金不足。出現焦慮情緒。
- 第一次不在家中生活。在宿舍中要跟一大群同學一起生活，很容易把注意力放在適應社交上，而忘記了課程。

在校園遇上的問題

- 課室同學往往是過百人，全是陌生的面孔。發現其中有很多同學比自己聰明，經常有同學在課上發出驚人言論，叫人震驚，失去自信。

- 在大學裡，應對新同學，和新老師：每課要轉課室甚至轉不同的大樓。每課有不同的同學，一下子不容易認識他們。
- 校園出現各族裔和各類同學，有守規矩和好學的，有叛逆，厭學和逃學的。有售賣毒品的。也有幫派出現在校園。這時孩子面臨很多的選擇。很容易出現近朱者赤，近墨者黑。
- 在一個陌生的新環境下，有 28%的孩子在校園內會遇上霸凌。對孩子來說是一個很大的打擊和創傷。特別是我們的亞裔子弟。
- 很多同學在課餘喝酒和吸毒，也有性濫交。

大學生活帶來很多的震撼

- 第一次離家獨自生活，失去安全感，感到徬徨。
- 多年的同學/朋友一個也不在身旁，沒有人可以聊天分享心事。
- 經濟出現問題，如果家中不能支援，孩子就要外出找工作。既要上課又要工作，身心都疲倦。
- 開始認真思考前途問題。感到無助和徬徨。常常問自己:"我該如何是好！"
- 在大學裡要選修科目，常常問自己應該主修那一科。
- 大學校園內有很多社交，政治，宗教和學術的團體在招募會員，參加過多，往往忽略學業。不參加又會孤單無聊。
- 很多同學已經跟異性朋友約會，自己仍是形單影隻，不覺就自卑起來，特別是女孩子，這種心情很普遍。
- 有些大學宿舍是男女同一層，日夕相見，很容易產生幻想或感情。

第三個危機：染上毒品

- 在大學的宿舍裡，或社交聚會有不少同學會吸大麻和喝酒。在群體壓力下，不覺中，孩子就隨波逐流而不自覺事態嚴重。
- 因為追求毒品帶來的刺激，把全部金錢放在購買毒品上。當缺乏金錢時，就會不擇手段去找錢，包括賣毒，偷東西，借錢，向父母騙錢等。
- 對學業完全失去興趣。早上不能起床上課，日間把時間花在買賣毒品，或沉迷在毒品中。

父母如何給中學生輔導？

- 現在明白少年進入中學後所經歷很多的挑戰，
- 常安排一些周末和假期室外活動，讓孩子有機會和父母一起溝通，談談心事。家長要鼓勵孩子把日常遇上的問題說出來，不要敝在肚裡。告訴孩子爸媽會給他們最大的支持和保護。
- 孩子既要應付這麼多的挑戰，這時不要把重心放在學業成績上，而是照顧他身體的轉變和環境上的適應。他們需要的是父母的呵護和關懷。身心舒暢，學業成績自然會有好的表現。

- ▶ 如果孩子對某一科有困難，這時要為他們找補習老師，教導一個短時期，把基礎知識鞏固下來。

成績下降是很普遍的現象

大學生成績下降更常見，因為父母不在身旁，在陌生的環境下，成績會出現三種現象：

1. 情緒沒那麼容易安定下來。有些孩子變得郁鬱，不能專心學習。
2. 有些孩子社交生活太多，玩得忘形，荒廢學業，
3. 經濟出現問題，忙著去找生活，顧不了學業，萌生退學念頭。

父母如何輔導大學生的孩子？

- ▶ 孩子進入大學前，先幫助孩子定下一個長遠的目標，那就是他喜歡甚麼樣的職業，欲要達到目標，就要完成大學課程。如遇上學習有困難時，可以隨著興趣和能力而轉變學科。
- ▶ 大學生活雖然多姿多采，但一切要以學業為首，特別在第一年。要努力去適應環境，把精神集中在學業上。
- ▶ 特別要留意校園中無心向學的壞份子，要遠離他們。
- ▶ 常常跟父母保持聯絡。有問題可以商量討論。如果校園不遠，去探訪他們，以增強認識他們的生活環境。孩子很高興得到父母的探訪。
- ▶ 在大學認識異性朋友是正常的，但不宜在畢業前結婚。

結語

- ▶ 很多家長會忽略孩子進入少年期所遇上的挑戰，滿以為孩子長大了，不必再需要他們的照顧。自己可以專心去發展事業或興趣。事實上卻不是如此，很多少年在進入中學時，因為適應不了四方八面而來的挑戰而成績一落千丈。
- ▶ 進入大學所遇到的挑戰就更大。成績因為情緒經濟和社交等各方面而出現倒退現象，有些少年甚至出現精神問題，逃學，吸毒，厭食，濫交，高買，加入幫派等。結果成績不特後退，有些還退學。
- ▶ 孩子能否順利渡過這些關頭，父母的輔導就變得很重要。