

青春期 心理發展

文：聖公會澳門社會服務處 張漪雯

看到“青春期”這一字眼，大家必定把它聯想到“性教育”，它亦令我突然想起曾為青少年舉行性教育小組時的一些情況……

每當與青少年說起“性”這一個字，就足以令他們笑一分鐘之久。當他們看到男女身體構造圖時，更是笑聲不絕。我忍不住問：“真有這麼好笑嗎？”對於這一問題，他們也不知如何回答。我想，可能是社會對“性教育”的課題比較敏感，因而“以笑遮醜”吧！其實，“性”與“青春期”的確有很多關聯，踏入青春期的青少年，性徵便開始起變化，由於對性知識的了解不多，因而一接觸到便感到尷尬而靦腆起來。因此，就讓進入青春期的青少年看看他們的身心發生了甚麼變化：

1. 荷爾蒙作怪

踏入青春期階段(約10~20歲)的青少年，因荷爾蒙分泌的刺激，第二性徵會逐漸出現，除了身高、體重的變化外，男女的性器官也漸趨成熟。由於性徵的逐漸變化，於心理上使青少年對身體及對性有關的知識感到好奇與興趣，也對自己與他人的身體感到好奇而欲加以探索。另外，根據Udryl (1985, 1986)的研究，雄性激素的多寡與男孩子的性行為有關，亦與女孩子的性興趣有關。

2. 性的覺醒

心理學家佛洛伊德的人格發展論認為，青春期的“性的覺醒”期，青少年不單開始對性產生興趣，對與異性的交往充滿憧憬及幻想，並開始追求異性。除此之外，還有與性別關聯的職業計劃與婚姻之理想。

3. 情緒不穩

人的腦部構造中，負責控制情緒的是“杏仁核”，當面對某些刺激時，它會迅速將信息傳給腦部各主要的部位，以作出相關的反應，如悲傷時會哭泣等。而首個發現“杏仁核”的是紐約大學神經科學中心的專家約瑟夫·萊杜克斯(Joseph Ledoux)。但是，“杏仁核”的發展大概要到成年早期才能完全成熟，即是說，由於青少年的“杏仁核”還未成熟，因此，他們的情緒往往較為多變，亦較易衝動。

基於生理逐漸成熟的關係，青春期的孩子有結交異性的需要，也對“性”感到好奇。因此，對青少年灌輸“戀愛”及“性”的正確認知，就顯得十分重要。遺憾的是，現在仍有很多家長對性知識方面仍抱有守舊的觀念，難於啟齒與子女傾談，使子女對“性”這課題一知半解。青少年對“性”的好奇是青春期的必經階段，面對“性”或“青春期的疑惑”這個課題，建議各位家長以坦誠的態度與子女討論和分享人生經驗。相信，青少年對“戀愛”及“性”有了正確的瞭解後，再面對“性”這一詞，也不必“以笑遮醜”了！