學習「選擇」的戀愛教育（https://www.famplan.org.hk/sexedu/zh/sexuality-education-articles/feature-articles/detail/sp20240620）

學習「選擇」的戀愛教育

參考編號：SP20240620

日期：2024年6月20日

類別：親子王《親子談性樂》專欄

對象：公眾人士、家長

作者：教育主任 李婉嫺

主題：性教育

Calvin公幹回來，Irene立刻將數天前在家長群組看到的消息告訴他。

「老公，有家長報料，說珺珺是同學眼中最Girlfriendable的女孩子。」

「最Girlfriendable？」Calvin不明白。

「即是『最適合當女朋友』的意思……」

Irene內心吐糟：老公請你多留意一下流行文化好嗎？

「當女朋友？才小學四年級的傢伙，竟敢看上我們珺珺？」都說女兒是爸爸的前世情人，Calvin的聲音很是不爽。

「不知是哪個同學發起的投票，女的最高分是珺珺，男的則是郭司智。」

「上次在接力賽力挽狂瀾的郭司智？」

「對，他現在是最Boyfriendable的郭司智。」Irene忍不住覺得有點好笑。「家長說他們的投票標準離不開外表，你口中的傢伙們包括你女兒都是『外貌協會』成員啊！」

「你跟珺珺談過了？」

「她惜字如金，你不知我多辛苦才套出她選郭司智的原因，就是因為『他是全班最高

大的』。撇開她到底懂不懂甚麼是愛，要是看人只看外表，將來為自己選擇對象會有多災難？我覺得我們要跟她談一談呢。」

關於女兒未來的戀愛關係，Irene帶出了很重要的考慮，就是「選擇」。除了選擇適合的人，戀愛中還會面對大小的問題及抉擇。

的確，人生本來就是一連串的選擇，如何作出明智決定，是不分年齡你我都必須掌握的生活技巧。然而，大多數的家長習慣事無大小為孩子打點，過度地幫子女解決一切事情，反而影響他們自我管理能力的發展，甚至停滯在童年期，無法邁向獨立成熟。一個不習慣自己嘗試選擇和做決定的青春期孩子，很容易會受到同儕或流行文化所影響，做抉擇時或會不知所措、瞻前不顧後。

成長中，為自己做明智抉擇可算是一門學問，需要家長的指導與配合。孩子年幼時，家長可以提供有限的選擇，讓兒童嘗試作主，這種自主的經驗，有助推動子女敢於嘗試做決定和承擔後果。隨着子女長大，家長應在安全範圍內增加選擇的機會，逐步放手讓他們去負一些責任，並輔導子女識別每項選擇的後果好壞，協助他們學習做良好決定。如何安排利用課外時間，想參加甚麼興趣班或團體活動，都是讓子女練習做決定的大好機會。要是孩子作了不太理想的決定，家長不用急於插手，這樣子女才能汲取經驗和了解自己，並為自己的決定負責，期望下次會更明智地選擇。在引導子女如何做良好的選擇時，家長不妨提醒他們做決定前，習慣問一問自己：

（a）我為甚麼要這樣做？

（b）我有哪些選擇？

（c）我的決定會造成甚麼後果？

（d）這個決定對我來說是最有益的嗎？

與子女談「戀愛」，不一定要談深奧的哲理。最重要是，家長能在戀愛的話題上，和子女保持溝通與交流，鼓勵他們多點思考，協助他們逐步發展獨立處理問題的能力，為日後開展和諧健康的關係奠下基礎，同時亦可為日後面對有變化的情況作好準備。畢竟談戀愛隨時可以發生各種問題，並不是一個頭腦簡單、沒主見的人能獨立面對或處理的。