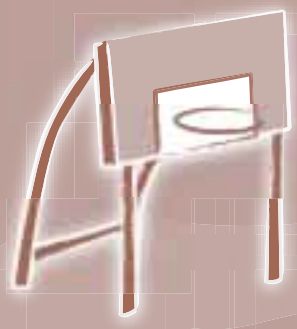

第五課 朋輩相處

第五課 • 朋輩相處

目標

1. 讓組員了解朋輩對青少年成長的重要性。
2. 讓組員了解在輔導子女與朋輩相處上應有的態度。
3. 讓組員學習協助子女處理朋輩關係的技巧。

內容

目的	程序	預計時間
	1. 複習	10 分鐘
了解朋輩對青少年成長的重要性	2. 分享練習一：朋輩很重要	25 分鐘
了解在輔導子女與朋輩相處上應有的態度	3. 分享練習二：父母看朋輩	20 分鐘
協助子女發展朋輩關係的方法	4. 分享練習三：理想的朋輩關係	20 分鐘
協助子女處理朋輩之間的問題	5. 分享練習四：和諧的關係	30 分鐘
學習處理由朋輩關係引起的親子衝突	6. 分享練習五：不再是問題	30 分鐘
	7. 家居練習	5 分鐘
	總共	140 分鐘

物資

- 習作 5.1 至 5.6
- 筆記 5.1 至 5.6
- 足夠數量的星星貼紙　（在分享練習三中使用）
- 第三課的筆記 3.4「協助子女解決問題的七個步驟」

複習（10 分鐘）

內容

1. 組員分享：運用「承擔後果」的方法來處理子女行為問題的情況、子女的反應和組員的感受。

   或

2. 組員分享：參考習作4.2「合約」後，嘗試與子女訂定合約，效果如何？處理時遇到甚麼困難？當中有否領悟心得？

分享練習一：朋輩很重要（25分鐘）

目的

了解朋輩對青少年成長的重要性。

內容

小組活動

4

1. 導師請組員分享「甚麼是朋輩？」，並參考以下定義，然後與組員分享：

- 「朋輩(peer)是一班人中，彼此有友誼的關係，有類似的興趣、價值觀念，且認同彼此的行為標準，對所屬群體有歸屬感。對青少年人來說，朋輩大都是年齡相近的同學或朋友。」

5

2. 導師請組員延續簡報5內的句子：「朋輩帶給我……」，讓組員分享自己在成長過程中，朋輩的重要性。

短講

3. 導師把習作5.1「朋輩很重要」剪成不同的卡紙，請每位組員取一張，與取到相同卡紙的組員一起討論。導師可預先印備足夠份量的卡紙以供應用。然後，請組員按卡紙上的數字次序，根據卡上的題目分享意見。

6-12

4. 每位組員分享後，導師可參考筆記5.1「朋輩在青少年成長的重要性」上相關連的重點來作總結。導師應讓組員明白，朋輩對子女在學習社交技巧、認識自己、建立歸屬感和自尊感、歡渡餘暇和提升思考能力等方面都有重要的影響。

分享練習二：父母看朋輩（20分鐘）

目的

讓組員了解在輔導子女與朋輩相處上應有的態度。

內容

短片

1. 導師作引言：朋輩對青少年的成長非常重要。作為父母，應如何協助子女與朋輩相處？

2. 播放短片「朋輩影響」，然後討論以下問題：

   - Vivian 的父親認為女兒的朋友是怎樣的人？
   - Vivian 的父親用了甚麼方法「幫」女兒？女兒有甚麼反應？
   - Vivian 的母親對丈夫的做法有甚麼意見？
   - 及後 Vivian 的父親用了甚麼有效策略？
   - 面對父親的轉變， Vivian 可能有甚麼感受？
   - 如何理解短片的結語:「做子女的朋友，隨時抗衡朋輩關係可能帶來的不良影響。」

3. 導師與組員討論最後一條問題時，可參考以下內容作總結：

   - 如果子女認為父母並非自己的朋友，遇到問題時便不會與父母傾訴；相反，如果子女感覺父母是朋友，遇到朋輩相處上的疑難（例如朋輩衝突或其他問題），都會告訴父母。於是，父母便較容易進入子女的世界，從而幫助他們。

小組活動

4. 導師請組員就習作5.2「父母態度是非題？」分享意見，讓父母明白以怎樣的態度才可以幫助子女交朋結友。然後，導師參考筆記5.2「父母態度是非題？(建議討論內容)」，與組員討論。

5. 導師詢問組員：

- 「子女結交朋友方面，父母最擔心甚麼？」

然後整合組員的意見。最後，簡介以下活動的目的：學習如何幫助子女紓解交朋結友的擔憂和協助子女掌握與朋輩相處的技巧。

	父母可能面對的擔憂	活動的目的
分享練習三	子女不曉得如何結交朋友	學習協助子女發展朋輩關係的方法
分享練習四	子女不懂得怎樣處理朋輩關係上的問題	學習協助子女處理朋輩之間的問題
分享練習五	父母不懂處理因子女在朋輩關係上帶來的親子衝突	學習處理由朋輩關係引起的親子衝突

6. 組員可能會提出有關青少年戀愛的問題，導師可提醒家長：

- 本課只會集中探討朋輩相處的問題，而不會處理青少年戀愛的問題。

分享練習三：理想的朋輩關係 (20分鐘)

目的

讓組員幫助子女發展理想的朋輩關係。

內容

1. 導師以問題作引子：

   - 子女在開展朋輩關係時，可能會有不同的困擾，例如害怕被拒絕、不知從何入手、怎樣建立穩固的友誼、如何擇友等等。面對種種問題：父母如何幫助子女開展朋輩關係？

2. 導師派給每位組員十顆星星貼紙，請組員完成習作5.3「交友高手」，之後帶出以下兩點：

   - 強化有貼星星的「社交特質」
   - 改善沒有貼星星的「社交特質」

3. 導師請組員填寫習作5.4「鼓勵卡」，並把卡帶回家送給子女，讓子女明白父母關心他們在這方面的發展。

22
23

短講

4. 導師參考筆記5.3「協助子女發展朋輩關係」，與組員分享建立朋輩關係的方法和交友態度，以便強化子女已有的社交特質和改善社交技巧。

5. 導師可提醒組員：

- 父母一方面要培養子女以上的社交素質，另一方面要教導子女以這些素質作為擇友的方針、觀察和了解朋友，然後才投放感情。如此，才容易獲得真摯的友誼。

6. 導師帶出問題：

- 「假如子女在互聯網交友，父母可以做甚麼？」

請組員發表意見。然後，導師綜合組員發表的意見，並參考筆記5.4「讓子女透視互聯網世界的朋輩關係」來討論。

分享練習四：和諧的關係（30分鐘）

目的

讓組員學習協助子女處理朋輩之間的問題。

內容

小組活動

1. 導師作引言：

   - 在朋輩相處中，矛盾和衝突少不免會發生，父母應如何協助子女面對？

2. 導師請組員每三人一組，合作完成習作5.5「朋輩壓力—個案討論」。

短講

3. 完成習作後，導師參考筆記5.5「如何建立子女處理朋輩衝突的能力？」，與組員一起討論。

4. 在總結時，導師可提醒組員留意：

   - 即使成年人有豐富的人生經驗，在人際關係中尚且不容易妥善處理，更何況是未成熟的青少年！子女正處於嘗試、學習和體驗的階段，需要更多的引導和經歷，以磨滑朋輩關係間的稜角。因此，子女遇到在朋輩相處上的挫折，父母宜鼓勵他接受現實，讓他明白世事未必能盡如人意，只要繼續以誠懇的態度待人，便已足夠。

32
33-35
36

分享練習五：不再是問題 (30分鐘)

目的

讓組員學習處理由朋輩關係引起的親子衝突。

內容

角色扮演

37

1. 導師作引言：
   - 青少年十分重視朋友，有時會廢寢忘餐地跟朋友用電話聊天或在網上交友（ICQ）。對於這些行為，父母大都難以忍受，於是直接利用拔掉電話線或操控使用電腦時間等高壓方法來「解決」問題。雖然解決了「表面」的問題，卻令親子關係變得緊張！因此，高壓的方法不能解決問題，唯有溝通才可以幫助子女。以下角色扮演的活動，讓組員集中運用過往所學習的技巧，包括「積極聆聽」、「我的訊息」、「開放式問題」、「解決問題的七個步驟」、「承擔後果」和「訂定合約」等來處理問題。

38-39

2. 導師請組員參考第三課的筆記3.4「協助子女解決問題的七個步驟」，以作以下活動的指引。導師請組員每三人一組，依習作5.6「齊齊來解決」進行角色扮演。組員須按分派的角色和指示卡的指示完成扮演。

40

3. 角色扮演完畢後，導師請組員分享扮演該角色的感受。重點在於讓組員明白運用「解決問題的七個步驟」和「訂定合約」的方法。

短講

41

4. 導師參考筆記5.6「處理由朋輩關係引起的親子衝突」，與組員討論。

42

5. 導師總結：
   - 處理任何衝突事件，均沒有既定的解決方法，最重要是透過親子雙方的溝通，明白彼此的立場，然後合作來消取分歧，以達到雙贏的局面。

家居練習（5 分鐘）

內容

1. 在適當的時候，組員可送鼓勵卡給子女，讓子女明白，父母很關心他們的朋輩關係發展。

2. 組員找機會與子女傾談朋輩相處的問題，嘗試引導他們找出處理的方法。又或請組員運用「解決問題的七個步驟」，來處理子女在電話使用或逛街安排等常見親子衝突問題。