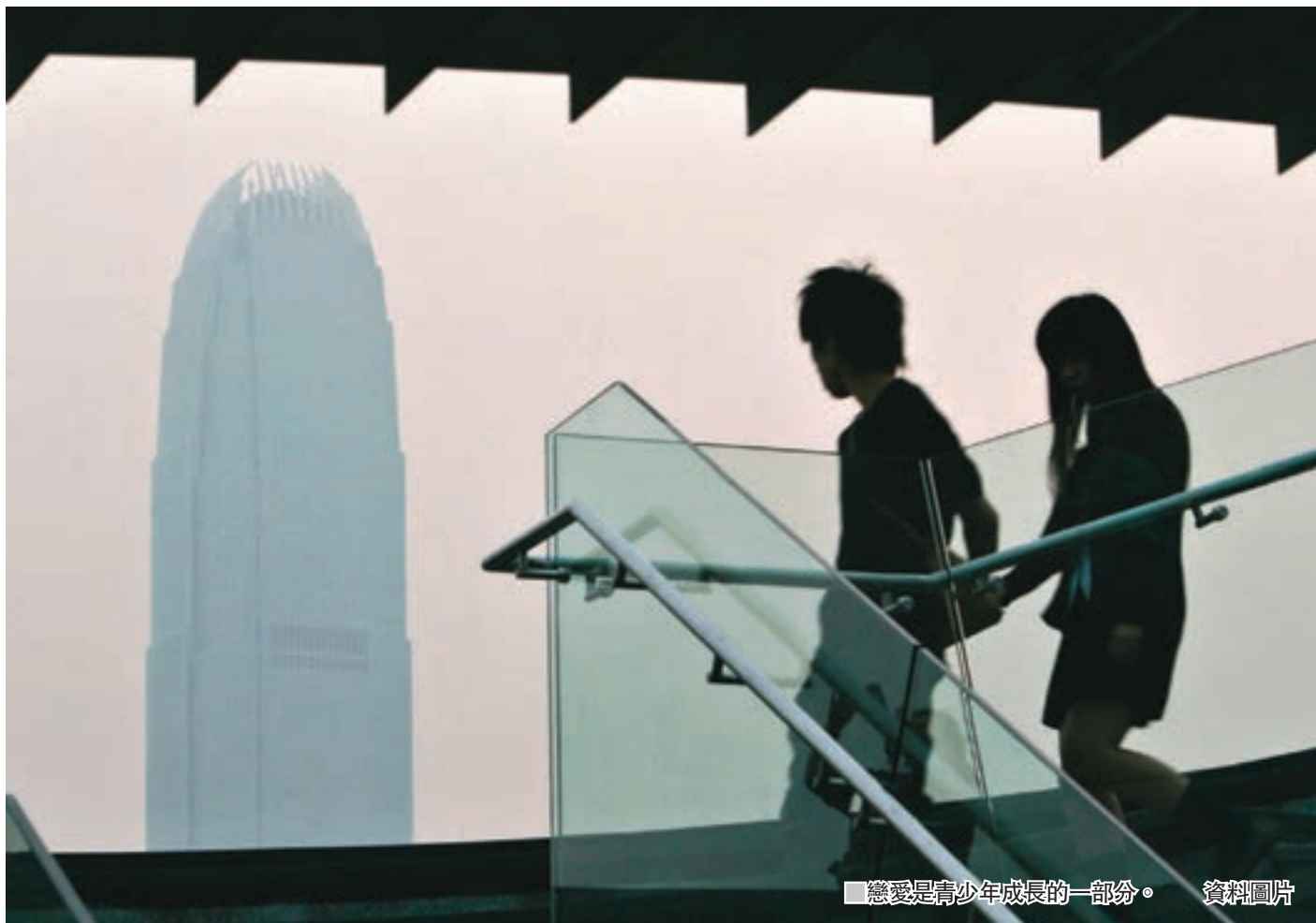


戀愛憑緣 更靠人和

一個人成長與人際關係

有年輕人說，兩個人一齊能不能走到最後，需要靠緣分和運氣。緣來緣去，感情能否有結果，是須依賴天時與地利。有專欄作家指出，兩個人能夠相遇相愛的確需要依靠緣分，但如何相處，是一個需要雙方努力的人際關係課題。

■ 李偉雄 福建中學（小西灣）助理校長



戀愛是青少年成長的一部分。 資料圖片

概念鏈接

愛情三角理論

愛情三角理論認為，愛情包括3種元素——親密、激情和承諾。親密是愛情的情感方面，一般最初發展緩慢，然後逐步發展至穩定水平，後來又下降。明顯缺乏親密意味關係行將結束。

是當過了一段時間後，你可能對彼此習慣了，繼續和這個人在一起不再帶來當初的興奮和滿足感。

承諾是對愛情的認知方面，包括短期內對你的愛情的確定和保持這種愛的長期承諾。承諾通常以一種比親密或激情更直接的方式形成。

模擬試題

資料A

有青少年以為，愛情是命中注定。如果無法在一起，會怪罪緣分。有一個年輕少女，曾有多段戀愛經歷。每次戀愛失敗，她都會用緣分去解釋一切。因為她深信，如果對方是The One，是不會分手的。

資料B

有專欄作家指出，「緣分的確係好巧妙，會將對嘅人帶到你身邊，畀機會你哋相遇相愛，但緣分唔包保險，開花結果呢啲就要自己努力。」相愛其實都不是最難，最難是如何相處及如何維繫。

資料C

由於生理上的變化，青春期的青少年漸對異性產生興趣。加上社會風氣愈趨開放，傳媒對男女關係大肆描述，令不少青少年好奇與異性交往的感覺，試圖約會異性。

此外，互聯網為青少年提供各式資訊，也為青少年提供了廣闊的交友平台，如網上交友聊天室、網上交友搜尋網頁等，增加了青少年認識異性的機會。



互聯網為青少年提供了交友平台。 網上圖片

參考答案

(a) 不切實際的幻想：青少年以為，愛情是命中注定。如果無法在一起，會以為是緣分不足。

忽視相處的技巧：資料中的年輕人相信，如果對方是The One，是不會分手的，輕視了如何相處及如何維繫感情的技巧。

(b) 大眾傳媒影響
大眾傳媒與青少年的生活息息相關，它為我們提供了最新的新聞資訊和娛樂消息。大眾傳媒經常宣揚某些社會觀念，如媒體中對男女關係大肆描述，令不少青少年對與異性交往的感覺產生好奇，因而試圖約會異性。

互聯網發展
互聯網拉近了青少年之間的距離，青少年即使足不出戶，也可與朋友暢談，促進了同儕之間的關係。青少年也會利用網上討論區或聊天室表達意見，或爭取網友對個人言論的認同，從而在網上群體中建立自我形象，找尋戀愛對象。

渴求獨立自主
青少年時期是一個自我探索的階段，雖說青少年仍需依賴父母，但也希望得到更多的自主獨立空間，如追求



■ 有調查發現，本港近四分一小五至中六學生表示曾有戀愛經驗。 資料圖片

戀愛的權利。

(c)

正面影響

戀愛中的衝突會影響青少年固有的想法，要完滿解決衝突，青少年便要透過新觀點、新方式思考問題，嘗試傾聽別人的意見和接納自己的不足。

透過衝突，我們對他人和自己的認識或得以加深，學會體諒和包容，有助開展良好的溝通。

負面影響

自尊低落：如果青少年的戀愛關係中經常發生衝突，會對自己的社交能力存疑，從而對自己有較負面的評價。

影響情緒：青少年與戀人發生衝突時，很容易出於情緒激動，一些難聽的說話也會衝口而出，這樣往往傷害了對方，會使對方感到難過，更會讓彼此的關係惡化。每當遇到衝突不能解決時，青少年的情緒難免因此而低落，如感到憤怒、難過，甚至生出傷害自己，或他

人的想法。

影響學業：經常與戀人發生衝突，而又不能妥善處理，會影響青少年的學業表現。

(d) 在個人方面，青少年應時刻自省，了解自己性格上的不足，或留意自己在什麼情況之下，較容易發脾氣。對別人方面，嘗試站在對方立場設想，將心比心，並用尊重、包容的方式去溝通，理性地分析衝突中雙方的得失，努力維繫彼此的關係。

了解彼此權利和責任：年輕人要清楚了解自己和戀人的權利和責任，安守自己的本分。若青少年明白自己和戀人的權利和責任，便能減少因不同立場而引發的衝突，建立互相信任的和諧關係。

建立歸屬感：青少年處於戀愛關係中，若他們期望建立穩定和長遠的關係，便需要建立歸屬感。

青少年若願意為對方無私地付出，自然獲得對方的認同，有助進一步發展密切的關係。

想一想

- (a) 參考資料A及資料B，描述青少年戀愛觀的一些特點。(2分)
- (b) 參考資料C及就你所知，什麼因素導致青少年的早戀現象？(6分)
- (c) 參考以上資料及就你所知，戀愛中的衝突關係會對年輕人造成什麼影響？(6分)
- (d) 參考以上資料及就你所知，試建議一些有助青少年維繫關係須具備的技巧。(6分)

尖子必殺技

■ 陳潔珊 通識科5**狀元

青少年戀愛觀確是一個老生常談的話題，由「中學生不可以談戀愛」到「戀愛即食文化」，筆者認為不同的議題也反映不同年代的社會文化，與通識不同單元息息相關，各有其探討的價值。

青少年泛指12歲至25歲的年輕人，是身體及心理發展至成人階段的過渡期。在這十多年間，由中學到大學或者出來社會工作，青少年在成長過程對戀愛會有不同的期許，建立不同的愛情觀。

不同階段的價值觀或生活的圈子會對戀愛關係帶來不同影響。筆者希望藉着「分手」探討青少年在各階段的價值觀。

愛情觀隨年齡變 分手原因多

中學：升班調位 升學壓力

在中學階段，青少年大部分時間也在校園中度過，同桌或者同班同學是較容易成為好朋友或者情侶。中學生的戀愛關係對家長或學校來說是很令人頭痛的。

家長一方面擔心學業成績，另一方面擔心他們不懂處理兩性關係。來自長輩的壓力並不一定分是分手的主因，升班或調位引致的分手可能佔大多數。青少年階段是人們建立不同關係的階段，大量時間花於建立與重要他者的關係，長時間的陪伴及相處是建立及維持戀愛關係的基礎。

到了高中，青少年即將面對公開考試，父母和老師的期望，以及自我的期許也為青少年帶來不少心理的壓力。同學、朋友或情人的支持對這階段的青少年來說非常重要，因為年齡相近，青少年會感覺他們較長輩更了解自己的感受。

在這個階段，情人也是青少年在面對人生難關時的同伴，情侶間需要心理的支援和互相理解來維繫關係。

大學：更多考慮前途

進入大學階段後，青少年相對來說更加自由，父母管教不像從前那麼嚴厲。青少

年擁有更多自由時間和更廣闊的社交圈子，而且亦會認識不同背景、不同文化的人，透過與不同人的互動和戀愛關係，探索了解自己。

即將踏入社會的青少年，自然會考慮更多有關將來和前途的問題，戀愛關係亦會有更多這方面的考慮。由學生到成人的階段，青少年需要適應完全不同的生活模式，這也會是青少年另一個分手的危機。

青少年時期是生命中出現最多轉變的階段，青少年從戀愛和分手的過程中了解自己，逐漸形成自我概念，並透過與不同人之間的互動，學習待人接物和溝通技巧。

延伸閱讀

- 《中學三成女生六成男生睇過鹹嘢》，香港《文匯報》
<http://paper.wenweipo.com/2017/06/13/HK1706130033.htm>
- 《24%中小學生曾談戀愛》，香港《文匯報》
<http://paper.wenweipo.com/2017/06/09/ED1706090004.htm>
- 《外媒看中國人「戀愛文化」：上學禁戀愛畢業被催婚》，文匯網
<http://info.wenweipo.com/index.php?action=viewnews-itemid-75670>