



青少年系列：不一樣的親子溝通技巧

黎愷華 Elizabeth Lau

改變態度

- 孩子已長大了，現在是少年，應該以成年人來對待
- 態度上要客氣，尊重，禮貌
- 讓孩子發言，不打斷，不批評他的思維，
- 在溝通上，示範孩子成人溝通的模式，讓他學習。

天馬行空的思想

- 孩子畢竟只是十多歲，仍是個人世未深的人
- 這個年紀的孩子喜歡幻想，不知天高地厚，高估自己的力量
- 父母怎樣去應對？同意，反對，教訓，糾正，忍受，接受？

幽默有助談話氣氛

- 發現孩子在說夢話，最佳的方法是以幽默回應，這表示自己也不認真對待他的夢話。大家說說笑而已。孩子心中明白這是家庭中的聊天樂趣。
- 一旦父母把孩子的夢話認真起來，就會出現溝通上的障礙，孩子會感到無味，以後就不再找父母來聊天了，那就會失去一家人談天說地的機會了。
- 跟孩子一起說夢話，加添他們的想像力，增加談笑風生的氣氛。
- 孩子會明白自己在說夢話，一切都是說說而已。父母也知孩子不是認真的，說完就算。
- 雖說是夢話，但父母可以窺見孩子的心思意念。增加對他的了解。

如何找機會灌輸正確的觀念

- 利用時下的電影，或社會新聞做話題：討論一則社會或國家新聞，先聽取孩子的反應，如果合意的，加以表場和鼓勵。不同意的，不必反駁或批評，只把自己的意見講出來。孩子自然受影響。
- 可以利用評論的方式，客觀地指出不同的意見，聽取孩子的觀點，藉此來了解孩子的立場。
- 例子：“Stop Asian Hate”

“Recall Board of Education members”

“實體上課 vs 網上授課”

棄用命令，改用商討方式來解決問題

- 當遇上問題時，用商量的態度來解決。這個年紀是反叛期，不能給機會讓他對著幹，總要把孩子拉在自己的一面，一同面對問題，一同去尋找解決方法，乘機教導他如何解決問題。

- 方法：先了解對方的立場。“讓我聽聽你的計劃”

先聽聽對方的期望。“你希望得到的答案是甚麼？”

引導孩子以不同的角度來思考問題。“如果你是我，你會如何處理。”

- 例子：成績不好，學校投訴
“我要做 gay”

為甚麼容許子女談判 (講數)？

- 孩子長大了，有自己的思想和意見。父母多了解他們的需要又有何妨？不論父母容許與否，反正他們都會駁咀。
- 孩子有機會提出他們的意見，父母有權接受或拒絕。不如教導他們如何循正規，有禮貌的方法去談判。
- 學會談判，他們會運用腦筋去爭取自己想得到的。他日在人生路上常常用得著這投巧。
- 給他們一個希望：“一個問題有很多方法解決”。訓練動腦筋來解決問題的能力。

示範談判技巧

- 談判結果：1. 心悅誠服認輸(讓步)，2. 委屈地接受對方的條件，3. 妥協: 提出條件 -- 自己退一步要求對方退一步，4. 寧死不服硬撐到底，5. 反面：一氣之下發脾氣。
- 找機會讓孩子知道：在現實的世界裡，凡事都有商量的餘地，1. 對方不同意時，可以找資料補充，2. 滿足對方的要求，3. 自己退一步採取雙贏機會，4. 雖然全面失敗，但給對方留下一個好印象。
- 例子：1. 孩子想紋身。2. 父母想管制孩子打機時間

總結

- 孩子漸漸長大，父母心理要改變去認識和接受他們，改變態度來教養孩子，首先是從談話開始。
- 接受他天馬行空的夢話，用幽默的態度來接受，用夢話來回答。這樣孩子就知道父母對自己的想法不認真。
- 善用社會發生的新聞來觀察孩子的立場，也利用這個機會去灌輸正確的觀念。
- 有問題發生，把孩子拉在自己的一方，共同商量辦法解決問題，藉此機會教導他們解決問題的方法。
- 在溝通上教導孩子談判的技巧。