

# 搭建起溝通之橋

專訪家長和學生

文：黎燕莉

## 引子

最近電視播放新一輯《向世界出發》，率先介紹的是飽受戰火蹂躪的柬埔寨。片中結合形象叛逆的藝人謝霆鋒，大談兩代關係，更多表達個人對“家”的感受。

在我認識的朋友當中，年長一點的都不喜歡謝霆鋒，認為他年少氣盛，行為反叛，個性偏激，自以為是；私下結婚一事更說明他完全無視對父母的尊重，實為中國人社會中的大不孝。不過，在眾多少年人眼裏，謝霆鋒卻是個性情率真、不畏天地的極具個性的人，年輕人甚至視他為偶像。

對同一件事或人，兩代人看法迥異，此為眾多例子之一，也是司空見慣的事。到底兩代人之間是否必有鴻溝呢？如何在不同的角度和視野中，求同存異，找到彼此認同的觀點，發展出大家樂於接受的相處方式，開拓愉快的親子關係呢？我相信這是每一個家庭、社會和市民都期望解答的問題。





親子溝通，近十來年一直為社會人士關心和致力促進。如何才能打開溝通之門？

不少家長苦無對策，只有歎息：現在的孩子很不好教！孩子們卻說：代溝是解決不了的！

會有天生不好教的孩子嗎？會有絕對解不開的難題嗎？現在，讓我們嘗試越過兩代之間的鴻溝，敞開心扉，聽聽孩子們心中的話，分享家長們跌跌碰碰的經驗吧。

## 孩子們的心聲

六位被訪者來自同一學校、分別就讀於小學、初中、高中階段的學生。

甫進會議室，老師逐一介紹之後，我不禁有點為這次採訪擔心：好學生的家庭會有甚麼樣的代溝問題？

然而，事實並非如此。學生們由拘謹、慎言到開懷傾談的過程中，道出了他們的心底話，透露出一些可能連他們父母也不曾聽過的心聲。

“有時想和父母分享學校生活的點滴，他們卻累得沉沉入睡，沒有聽上……我很不開心呢！”

“老豆回家總是看着電視。他很少主動和我說話，我們基本沒有溝通。”

“我最討厭他侵犯我的私隱，翻閱我的私人物品，如相簿、日記等。一次，他看到我和男同學的合照，大動肝火，興師問罪：‘這是誰？為甚麼要合照？為何這？為何那？’這實在不可理喻，我不可以有自己的朋友嗎？為何他總想到別的地方去……還說女孩子要十八歲以後才享有自由……”

“我不喜歡他將小事化大，拿別人來出氣。媽媽已很辛勞，才不過一些無關痛癢的事，他可以罵得上天下地，就連老遠以前的事也連根拔起，沒完沒了……我受不了！於是關上了房門，跟媽媽結成同一陣線，開展沉默的冷戰。”

“我想買喜歡的物品，他們二話不說便否定了，完全沒有商量的餘地。買，當然是我期望的；不買，也該說個原因，讓我明白。或者，能不能彼此談談，找一個大家接受的方案……他們毫無商量、無須解釋的態度，我不太接受。”

“和媽咪溝通絕對良好，我們互相關心，溢於言表。跟老豆，關係不太好，說多幾句便容易鬧意見，所以少說為妙……”

在談話過程中，同學們一致認同父母親的愛，明白家長為自己及家庭付出很多，理解他們承受的壓力；但在日常的

相處中，還是有着或多或少的磨擦，甚至一些連同學們也不以為然的缺失。

學生們的心聲，相信有著時代的典型性，反映出年輕一代和父母親相處之中普遍存在的問題：

1、父母成長背景與子女身處環境的差異，形成兩代人對人、對事的不同觀念。普遍的如對物質需求看法的差異，對異性社交截然不同的態度。

2、基於上述原因，對同一問題的不一樣的看法，導致父母處理方式和子女接受程度的不協調，常見的有：父母過份擔心與子女不獲信任的矛盾、傳統家長式教育與期望協商溝通的對立。

3、以上種種，可能引發的不愉快經驗，隨著日積月累的重複，形成了一條又一條寬窄各異的溝渠，於是不同程度、不同範疇的代溝問題，悄悄地在親子關係中進駐紮營。

和很多家庭一樣，六位同學來自一般的家庭，父母每日為生活奔波，為家庭勞碌。一天廿四小時，忙碌過後拖着疲憊的身心，不是沒有太多時間和他們接觸，便是缺乏刻意經營親子關係的精力。儘管父母噓寒問暖，對他們的學業和生活關心倍至，然而子女渴望的，卻是更多的心靈



上的接觸和個體化認同。

由於客觀條件的影響和主觀因素的限制，並非三言兩語、幾個簡單的動作，便可令親子問題跨“溝”達“通”。有同學甚至說：“那不僅是一條溝，而是千千萬萬條鴻溝，就連飛機也跨不過。”這是多麼令人沮喪的話，卻是兒女心目中最真實、最深刻的感受！

家長聽了，該有怎樣的感受？！惱怒？氣憤？心痛？難過？抑或積極一點尋求改善的方法，努力拉近和兒女的距離？

作為兒女，又期望父母如何和他們相處，使大家更加貼近呢？

“我希望得到更多的信任和自由。”

“他們能更多點時間給我，我會很開心！”

“如果對方能放下高高在上的權威架子，我想大家更容易溝通。”

“不要絕對地否定我的要求，給我商量的餘地……至少讓我知道原因。”

## 家長的經驗：沒有難教的孩子

要建立良好的親子關係，增強免疫力，產生代溝抗體，必須努力經營。陳先生、蔡太和楊太，代表三個不同年齡階段的家長，對管教兒女和促進親子關係，有著寶貴的經驗。

陳先生有一名獨生子，已進入大學。

蔡太要照顧三名子女，年齡分別為十歲、八歲和不到一歲，同時身兼一份工作。

楊太曾為一對三歲多的孿生子放棄工作，全情投入到兒子的養育。

談起兒女，三位家長表現得十分

興奮，說着過去、現在，甚至憧憬將來。他們是現代家長的典範，從子女幼小時期，已開始積極和子女建立良好關係，“時間”、“精力”和“困難”，從來都不是他們的藉口。

他們明白，雖然有與生俱來的血親關係，但還是需要感情的投資，而且投資得越傾情，收穫會越豐富。

## 身教勝於言教

陳先生笑言，兒子從來都不“難教”，應該說很“易教”，不論學習、品格還是兩代溝通，都從來不是他家中的問題。

兒子從小到大，陳先生都擔任和信守一個幽默、友好的父親角色，陳太則是傳統的“賢內助”。結婚近廿年，夫婦倆不僅從沒吵架，直至現在每天早上起床時，陳先生還會問太太“早晨好！昨晚睡得好嗎？”在這樣的愉快和諧、充滿愛的環境中，兒子快樂地成長，個性也十分和氣。

同樣是學習問題，有些家長和子女弄得關係緊張，陳先生卻視這為親子遊戲。例如，枯燥生硬的生字背誦，陳先生會編成有趣的故事，讓兒子經歷一次又一次的歡樂，達到活動教學的目的。

陳先生強調身教：“誠實、坦白、

有禮、尊重長輩，是我對自己的要求。這不是‘講’，必須‘做’，兒子從小看到父母這樣，他也是一樣。”

一次，陳先生建議兒子投稿到報章，可兒子不願意。陳先生頭腦一轉，說和兒子來個比賽，建議父子二人各寫文章一篇：兒子投去兒童版，爸爸投到旅遊版，看看誰的文章較好先被刊登。兒子感到好玩，欣然答應，雙雙投稿去，結果兒子勝出。

“我要兒子做這做那，自己不去做，似乎有點說不通。他豈會信服我？”好一個身教勝於言教的實例。

又一次，兒子在報讀多級公民式教育後，不想再上一層樓，拒絕升級再讀。陳先生心中雖然失望，但和兒子談過後明白了對方感受，也就隨他吧！“他不想讀，我豈能迫他？他有自己的想法……如果他反問，我為何不讀，我有何話可說？”坦誠地和兒子對話，聆聽對方內心的感受，尊重孩子的意向決定，使陳先生和兒子之間可以有更多的體認。

## 在失敗中成長

聽着陳先生的經驗，蔡太和楊太讚嘆不已，笑言“取經”，同時談到她們的經驗。



陳先生強調身教的重要

“以前，曾以打罵的方式教育小朋友，但事倍功半，更將小事化大，令大家情緒越來越失控，很影響彼此的感情。”

蔡太和楊太有過同樣的失敗經驗。失敗乃成功之母。為了解決親子溝通這個棘手的問題，蔡太和楊太翻閱親子書籍，參加講座和工作坊，查閱互聯網，和朋友分享，從中學習溝通技巧。

她們都在失敗中成長，學習為人母親。情緒控制，是她們異口同聲表示須學習的首要課程。此外，定下準則、獎罰分明、學習聆聽和表達、懂得諒解和尊重、適當忘記和放下，也是她們寶貴的

心得。

## 說句“對不起”

將理論結合實踐運用，蔡太和楊太發現效果奇佳。不過每一過程都不容易，她們時刻提醒自己，把好每一關。

在諸多事項中，最難跨越的是“忘記和放下”。

“有一次，我把問題放大了，弄得大家關係很緊張……冷靜下來，我覺得自己沒有考慮到女兒當時的感受，說話和態度都過火了，該處理的問題沒有得到處理，反而製造了另一問題，心裏很不安。……過一會，氣氛稍為緩和時，我語氣溫和地問及女兒的感受，聆聽她，嘗試走向她的角度看問題，以諒解的態度分析，努力地放下自己高高在上的家長身份，為之前的不當給她說了句‘對不起’……這是我第一次終於承認自己不是‘絕對正確’。

她很高興，抱着我。這一刻，我感到我們之間的鴻溝一下子被填平了。我適時表達了對她的期望，她欣然接受。”蔡太通過自我反省，跨過了心理關口，願意“放下”身份，開拓了和女兒之間的一片青蔥草地。母女成為了朋友。

蔡太還說，“忘記即寬恕”，可以令親子/家庭關係更加和諧。忘記需要寬大

的胸懷，在不放縱孩子的同時，以寬闊之心對待孩子過去犯的錯，忘記不愉快的回憶，避免重複提及這些經驗，可以減少很多不必要的爭吵，親子關係就可以在良好的氣氛下發展。

## 冷靜，是我時刻緊記的要訣

楊太的情況和陳先生、蔡太太不一樣。她要面對的是兩個活潑好動的學生兒子，情緒和準則常常受到挑戰。

“冷靜，冷靜，再冷靜，是我時刻緊記的要訣。如果控制不了，衝突很容易發生，而且更會衍生出其它問題。”楊太說。

因應各種情況定下準則，給幼兒在準則之內享有自由，是楊太的教育標準。恩威並施，獎罰分明，給孩子感受到愛之餘學習遵守規則，是楊太的教育方式。不過，幼兒的自制力通常有限，因此楊太要施以無限的耐性、重複又重複地去教導。

孩子雖然年幼，但楊太仍然強調給予尊重。她反對打罵孩子，尤其絕不可以在公眾場所責難他們。孩子也有自尊心，小心靈需要父母的保護，而非傷害。規則是界限，嚴厲是必須，耐心是必然，尊重是需要，打罵卻萬萬不可。



蔡太(左)和楊太(右)均認為控制情緒是學習教導子女的首要課題

“小朋友才這麼年幼，可以做出甚麼壞事？大不了又是些淘氣事，小的時候我們誰沒有？犯不着對小朋友動粗，這是幼兒成長的必經階段。”楊太說。

訪問三位家長，我也從中有所得益：原來世上沒有難教的孩子，只要我們願意付出時間、心機，多了解他們，自會找到彼此相處之道。

親子關係良好，教養孩子必會事半功倍。


### 以積極的態度搭建溝通之橋

同學們的話，是我們的度量衡。為人父母者，可否從今天起，以平常心看待兩

代之間的問題，嘗試走進孩子的世界，窺探鏡中的自己，以積極的態度搭建溝通之橋呢？

家長們，不要以為孩子在投訴或抱怨，他們只是在談感受，那是真實的心語。要敢於接受，才會尋找到改善的心靈空間。

孩子們，不要消極地對待代溝問題，也試從對方的角度看看吧！他日為人父母，你會明白更多。

但願普天下的父母和子女時時相愛，刻刻相親。

減少孩子抵制並讓他們合作的最重要的技巧就是傾聽和理解。

[美] 約翰 格雷：《孩子來自天堂》

(John Gray: 《Children are from Heaven》)