

子女非附屬品 聆聽感受助親子溝通

撰文：香港家庭教育學院總監狄志遠博士



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/portrait-asian-mother-comforting-her-crying-611298578>

一個銀幣總有兩面，我們努力與子女建立親密關係的同時，在生活上也難免出現衝突。要減少爭執，身為父母，需要明白子女是獨立個體，他們不是父母的附屬品。而家長行使權力，是為了保護心智未成熟的兒童，而非展示自己擁有權力。年幼的子女，總有頑皮的時候，而青春期的子女，反叛更是成長階段的正常現象。當子女犯錯時，適當的責備是需要的，但一句：「我是你的父親，我说的话你就要聽！」並不適合現代的環境。

大家經常聽到「要把子女當作朋友」，但要怎樣才能做好這一點呢？蔡元雲醫生在《我該對孩子說甚麼》一書中談到單獨約會子女，文中提出了數點具體的建議，十分值得向讀者們推薦。

聆聽的 Dos and Don'ts

當父母聆聽子女說話時，切記不應「演繹」、「提議」和「教訓」，請看以下兩個例子。

例子 1：小明放學回家時垂頭喪氣，向母親說：「今天真的很不开心！」
母親回應道：「發生甚麼事呢？是不是今天又跟小強吵架？我說過多少次，不要跟別人爭執！你不明白嗎？」

例子 2：愛玲獨個兒在房內哭泣，父親知道了，便問她所為何事。愛玲說，班中的同學誤以為她想做班會主席，結果現在被部分同學排擠。父親就這樣回應：「你有試過跟同學們說個明白嗎？有沒有找老師協助呢？」愛玲垂頭不語，父親接著便說：「我老早說過，跟別人相處，事事要當心……」

小明的母親在演繹，而愛玲的父親在提議，他們共同做了的事，就是教訓子女。但他們沒有給予孩子空間，說出到底所謂何事，以及事件引發的感受。各位家長們，試把這兩個例子給子女看看，問問他們倘若置身其中，他們會有甚麼感受呢？



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/mother-daughter-conflict-young-korean-trying-2051490836>

找出兩代的共通觀點

具同理心的聆聽，是兩代溝通的重要工具。正如上文所述，父母和子女對事物的看法必定存在差異。但其實，人與人之間看事物的觀點必定有共通處。以愛玲的例子而言，也許她的確未夠成熟，而且她的處事手法亦未能令到父親認同。但是，不給予足夠的空間讓子女抒發感受，往往是代溝的起因。其實，被人誤會的感覺一定不好受，相信做父親的也會有同樣的經歷。所以在這件事上，兩代之間的觀點雖有差異，但共通點在於大家都會有類似的經驗。



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/young-asian-mother-comforting-upset-daughter-2079807178>

父母應該多聆聽子女的故事，當他們遇上不開心的事情，縱使我們不同意他們的處事手法，但亦要肯定那份失望和失落的感受，這樣子女才能敞開心靈，與父母溝通。