

一言九「頂」為何子女怕與父母溝通？

撰文：香港家庭教育學院總監狄志遠博士



上周末筆者出席一個家長講座，其中提到家長要與子女建立親密的溝通關係，因現時的年輕人當遇到困難時，甚少會向自己的父母傾訴。在公開討論環節時，有一位父親向筆者提問：「我的兒子讀中三，平時很少與他傾談，特別是內心說話。那我應該如何建立溝通關係呢？」筆者相信不少家長都曾經面對過同樣的問題，特別是面對日漸成長的子女，為甚麼我們沒法與子女建立傾心訴意的溝通關係呢？

當子女年幼時，我們與子女溝通及傾談，似乎沒有甚麼問題及困難。但當子女日漸成長，到了青年期時，我們會發現與子女溝通突然出現困難。有家長表示，與子女溝通變得「一言九頂」，家長講一句，子女頂九句，大家都不能有效溝通。問題在哪些方面呢？問題在於我們與子女溝通的話題和態度。

當每天回到家中，我們向子女說的第一句話是「你做完功課了嗎？」每日我們都呼喝要子女洗澡、執玩具、做功課和溫默書等等，每天與子女都要處理大量事情。當親子關係變成事工關係時，大家都感到疲倦，有家長因每天要處理子女的事情，更感到心力交瘁，而子女同樣感到吃不消。當我們每天與子女傾談的都是事工、一些任務時，子女漸漸感到與父母傾談是一種壓力，自然地也不願意與父母繼續傾談。



至於態度方面，家長的確要好好反思及檢討，因我們每天都對子女的表現有太多的批評及責罵。當子女的字寫得不夠工整，我們會擦去並要求子女重寫修正；當子女默書只取得剛好合格的成績，我們會表示不滿意。我們又時常把子女與別人的子女比較，貶低子女的表現。這些過於批評及比較的態度，令子女覺得父母對自己多麼不滿，難於滿足及應付，同時更打擊子女的自信心。我們對於一些惡形惡相的上司會感到討厭，同樣子女對於常批評自己的父母也會感到有距離感，於是子女變得不想與我們傾談，訴說心事。



問題出現了，應該如何改善呢？如果現時子女年紀尚幼，我們要馬上改善與子女溝通的內容及態度，多傾談一些有共同興趣的話題，特別是一些開心的事情。另外，我們要多欣賞子女的優點，給予更多的鼓勵及支持。如果子女已到青年期，我們要學習與子女做朋友，多聆聽、少囉唆，自己先向子女傾心事，以鼓勵他們同樣能與父母分享心中感受。我們與子女，生來就是有親情關係，建立親密溝通關係，用心去做就可以了。