



(美国)托马斯·高登 著

罗铁鹰 译

说服子女的 技巧

说服子女的技巧

(美国)托马斯·高登 罗铁鹰 译



说服子女的技巧
[美国]托马斯·高登著
罗铁鹰译

*

漓江出版社出版
(广西桂林市南环路159—1号)

邮政编码:541002

广西新华书店发行 柳州日报印刷厂印刷

*

开本787×1092 1/32 印张6.1875 插页2 字数130,000

1990年12月第1版 1990年12月第1次印刷

印数1—5,000册

ISBN 7—5407—0635—X/G·78

定价: 2.50元

目 录

第一章	绪论	(1)
第二章	两个理论原则	(4)
第三章	怎样帮助子女解决问题	(16)
第四章	怎样倾听子女诉说	(39)
第五章	积极聆听法产生的效益	(60)
第六章	如何向子女准确地表述 自己的要求	(81)
第七章	主体意愿的效益	(104)
第八章	主体意愿的延伸应用	(116)
第九章	家长与子女的矛盾	(129)
第十章	出现问题和问题出现后 的对策	(148)
第十一章	怎样化解冲突	(168)
第十二章	怎样消弥代沟	(183)

第一章 绪论

当《纽约时报》将“有效家庭教育法”这门课程描述为一个“全国性的运动”时，笔者最初的反应是一种朦胧的受宠若惊的感觉。然而转念一想，“有效家庭教育法”的确带有一种运动的特点：在过去几年间，全美国有25万家长学过这门课程，《有效家庭教育法》累计印刷超过100多万册，美国各个州与全世界其他好几个国家中，参加“有效家庭教育法”教学的专职教师有8000多人。这门课程普及得如此迅速而广泛，读者当然可以将其视为一种运动了。

读者或许要问：参加“有效家庭教育法”这门课程学习的家长果真取得了效果吗？如果有效，其程度又怎样？这些家长与普通家长有何区别？这门课程对孩子影响怎样？它能改善家长与子女的关系吗？参加过“有效家庭教育法”学习的家长，果真可以运用学到的方法与技巧，更合理地对待自己的子女吗？这门课程可以使家长不再感到“当家长难”吗？通过学习，家长可以使自己子女更为负责，更富有合作精神吗？家长可以更有效地处理与子女的矛盾和冲突吗？

这些问题应当回答，而且必须回答，使从未接触过这门课程的家长们的心中有个底。要回答上述这些问题，已经参加过

“有效家庭教育法”这门课程的家长们最有发言权了，有些家长的成功甚至是戏剧性的：

“这门课程使我们的家庭生活发生了革命。”

“我们的问题似乎不再难以解决了。”

“不知怎样，我的孩子现在十分信任我，他们 also 对我坦诚相待，不再隐瞒什么……我想这门课程之所以称为‘有效’，是因为我们能互相信任。”

“‘有效家庭教育法’拯救了我们的婚姻。”

经常有读者写信给我，询问我最初的一些概念与定义。诚然，“有效家庭教育法”是在广大教学人员的努力中不断发展的。已经熟悉了这门课程的读者们不妨注意以下几方面的改善和变化：

1、我们肯定“有效家庭教育法”可以成功地应用于婴幼儿时期，甚至在他们说话之前。曾有位母亲学员汇报说她曾使用“积极聆听”技巧，使得一位正在换尿布而大哭大闹的婴儿安静下来！

2、我们可以使家长们放心，在与自己孩子交谈时应如何避免“12种交流障碍”。家长们依然可以使用“警告”、“命令”、“答案”、“解释”、“询问”或是“说教”等方法。这里的关键问题是什么时候使用这些方式交流是无害的。

3、当你询问子女时，为什么会造成孩子的恐惧感和压抑感，对这方面的问题我们有了更多的理解。

4、我们对过多听子女讲而自己无主张的家长有了一些新的指导意见。

5、我们对那些被子女拒绝教育的家长也提出了新的看法。

6. 我们对“主体意愿”这一技巧——一种家长准确向子女表达长者要求，以避免进一步的矛盾的技巧——作了一些补充。

7. 我们发现“宽松”的与“严格”的家长有着极其相似之处。他们远比我们想象的要更为相似，因为他们都用“权力语言”交流。

读者们有着各自不同的条件，有的子女还很小，有的已经上了小学。但有一点是共同的：“有效家庭教育法”确实可以教给他们一些处理日常生活矛盾的技巧和方法，诸如孩子们吵闹，弄脏屋子，自己在冰箱中取食物，上学迟到，不愿做功课，玩大人的用具，不愿吃蔬菜，电视看得太多，不愿睡觉等等一系列问题，家长在书中都可以找到答案。

有位母亲总结了自己的感觉，她说：“有效家庭教育法的确给了家长们观察世界的一个全新的观点。”

我同意这个说法，我也确信：“有效家庭教育法”正在使许多家长对家庭事务有一个全新的看法：家长究竟如何当？儿童解决自己问题的能力究竟怎样？家长在家中的权力之重要性如何？家庭中民主气氛的价值如何？以及家长与子女互敬互爱的新型关系应该怎样？这些问题的顺利解决，使得所有家庭成员都能发挥其最大能力，从而使得家庭生活更为融洽和睦。

第二章 两个理论原则

“有效家庭教育法”主要是为了教会家长一些实用的教育方法或技能。但从我们的实践来看，家长们如果想要有效地使用学到的技巧，他们必须首先理解“有效家庭教育法”的理论模式。仅有技巧是不够的——家长们需要了解什么时候使用以及为什么要用。为此，他们需要先了解一些基本原理。

说来并不奇怪。要想在各种气候和海洋条件下成为一名优秀的航海竞胜者，除了必需掌握一些把舵掌帆的技能之外，必须了解一些航海知识，乃至矢量理论。要想安全地飞上蓝天，一个飞行员必须了解空气动力学，气象学，更不用说飞机引擎工作常识了。事实上，如果飞行员光学操纵技术的话，恐怕8岁的儿童也会开飞机了。

要当一名合格的家长也是相同的道理：它需要一定的人际关系知识。家长们必须理解这门理论的“蓝图”——科学家们称之为“模式”的东西。否则将不可避免地误用这些技巧。

我刚刚开始搞这门课程的研究工作时便意识到了这点，以后的实践又加深了这个观念。比方说，有不少家长在学习“有效家庭教育法”之前，已经读过不少育儿教育的书籍和文章，他们也从中学到不少技巧，如怎样对子女的感情作出反

应等。然而，我们仍然发现在不少家长需要了解一些基本知识，以决定什么时候，应该使用这些技巧，什么时候则不应该。而且，也很少有家长能说出为什么要使用这些技巧。

我们与家长交谈时常可以听见这样的议论：

“我已经掌握了不少家庭教育的方法，但像‘有效家庭教育法’这样系统地介绍还是第一次。”

“‘有效家庭教育法’帮助我了解了我们为什么要做以及怎样做。”

“我现在感到自己已经了解了与自己孩子所发生的事。”

任何一门科学都有自己的基本原理与基本概念。那么，有效家庭教育法如何呢？它是以一种可以解释许多人际关系的理论为基础的，如果家长们不理解这些基本知识，他们就无法了解什么时候应该使用什么技巧，来解决家长与子女之间出现的许多问题。

而且，有效家庭教育法的理论不仅适用于家长与子女的关系，它还适用于一切人际关系——夫妻关系，上下级关系、师生关系、朋友之间的关系等等。许多家长乍一听，似乎颇有几分惊讶之情，因为大部分家长将家长与子女的关系区别于其他人际关系。在这些家长眼中，儿童不是人。

许多家长认为如果他们对一个成年人口气凶狠的话，那人便会受到伤害，他们之间的关系也会受到损害。但这一切如果发生在孩子身上，这些家长却认为孩子不会受到伤害，家长与子女的关系也不会受到损害。事实上，大多数家长甚至认为孩子需要被指责，“为了孩子的好”，这是一个好家长的责任。那些强烈反对在人际关系中诉诸武力的家长们，有时不仅要对自己的子女进行体罚，而且冠之以“这是为了子女好”，“子

不打不成器”等等理论。

而且，家长们通常是两种语言的使用者：他们对大人们一套语言，对子女们又是另一套语言。比如，有位朋友不当心摔破一只盘子，绝大多数家长都不会因此而使朋友感到难堪，他们会说：“噢，别为那只盘子操心啦，事故总是难免的。”但如果他们八岁的孩子打破了那只盘子，我们便会听到另一种语言：“见鬼，我的好盘子被摔破了！”“你为什么这样毛手毛脚？”“你不能当心一点吗？”

孩子也是人，对其他人际关系适用的一切原则也都适合于孩子，要想让这些家长承认这道理是不容易的。然而，为了改变这些家长们的“家长观”，必须先弄清下述几点：

1、他们必须对子女特殊的观念予以改变，开始将子女视为成人。

2、他们必须承认子女的行为很大程度上取决于家长与子女的关系如何。

3、他们必须开始了解一些人际关系中的基本常识。

4、这便是作者为什么要在这里先介绍一下有效家庭教育法的基本原理。因为如果不理解这些理论，家长们便无法知道什么时候恰当使用本书中介绍的所有技巧。

1、不一致原则——家长需因时因地的变化

对子女行为的态度也发生变化

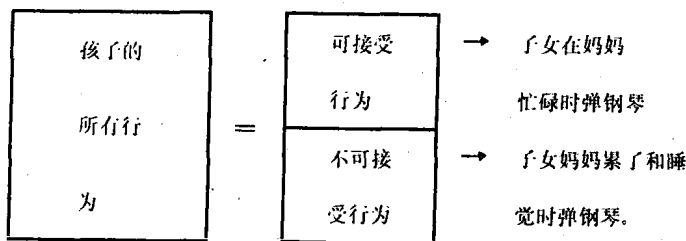
许多人认为当父母的说话要守信用。如果你今天接受了

子女某一种行为,明天不能推翻它。反之,如果星期一批评了孩子的某一过错,星期五最好不要去肯定它。

然而,有效家庭教育法则认为家长需因时因地的变化,对子女的行为之态度也发生变化。有位两个孩子的母亲在谈到子女经常打闹时说:

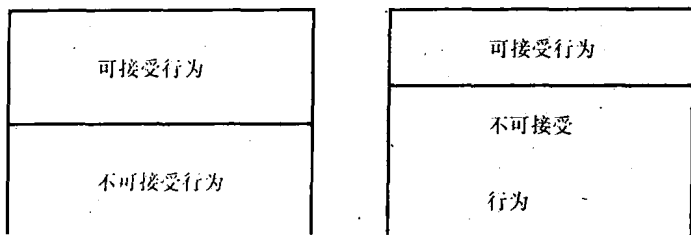
“是否允许我的孩子在我身边打闹,这得取决于我的情绪如何。我的意思是说,有时我也正忙着自己的事情,那就不在乎他们干些什么;反之,有些时候我便不希望看见他们在我旁边吵闹。他们也会感觉到这一点,这就像短波传递信息一样。他们便会到别的地方去玩。”

其实这种情况在其他地方也是常见的,人的活动不可避免地要受到其情绪的影响,所以我们在有效家庭教育法第一堂课中,要求家长理解下面这个图解:



从中我们可以看见每一个家长对于子女的行为之态度都可以分为两部分:可接受行为与不可接受之行为。当家长感到心情舒畅,作一小憩时,或是忙于某一有趣的事务时,子女弹弹钢琴,对家长来说是无所谓的;然而同样的事在家长感到疲倦或

打算打个瞌睡睡上一觉时,就显得不可接受了。而且,如果家长一切顺利,对于子女的宽容态度可能也因此而增加。反之,当家长心神不定,焦虑万分时,他会觉得一切都不顺眼,对于子女的反应也会如下图那样发生变化:



当家长们理解了这个变化的图形时,他们便会接受自己也是普通人之一这么一个事实。人的情绪是经常发生变化的。那样,他们也更能理解这种波动的情绪给子女带来的变化,从而放下自己因不一致的反应态度而产生的沉重包袱。

还有其他两个因素也会影响家长的情绪波动和举止。第一,家长不可避免地会认为同一行为在孩子甲身上是可能接受的,在孩子乙身上则是不可接受(独生子女的家长则会将自己的子女与别人的孩子作比较),因为这些孩子的个性不同。第二,家长会发现自己对于子女行为的反应会因环境的变化而改变。

比方说,孩子甲好动,敏感,经常在家里闯祸,而孩子乙则宁静,仔细和小心,那么家长对这两个孩子的行为之反应便有显著的区别:

孩子甲

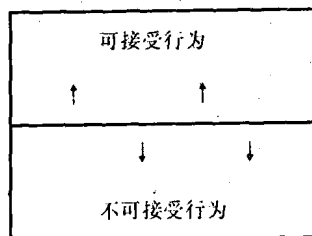
可接受行为
不可接受行为

孩子乙

可接受行为
不可接受行为

那么不同的环境会怎样影响家长的情绪呢?我们拿捉迷藏作例子来看:如孩子在院子里或是其他地方玩捉迷藏游戏,家长也许不会反对,但是,如果孩子们因玩捉迷藏将卧室和家里搞得一塌糊涂:家长也许不会接受这种行为。因此,我们可以认为,家长对子女的行为之反应全取决于变化的因素,并非固定的。

所有家长都会受三个因素——自己的情绪、孩子和环境——的影响,持续地对子女的行为作出不一致的反应。由于这三个方面因素的影响,每个家长的行为图表中也经常发生变化。



读者现在对不一致原则有了一些了解。你不可避免地因不同的情绪，不同的孩子以及不同的环境对于子女的行为有不同的反应。承认并接受了这个原则，你便可以减少许多不必要的烦恼和忧虑。你是一个普通人，承认这点便会省去不少麻烦。

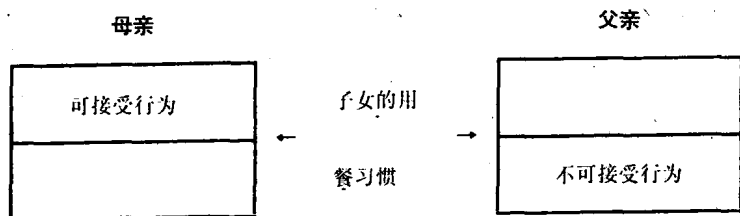
对不一致原则还需要提及的是：人们普遍认为家长双方都应对子女的态度采取一致的行动——他们必须结成“统一战线”。这种想法不仅会在父母双方中产生许多分歧意见，而且会引起许多矛盾和恼怒，正如一位母亲所谈到的：

“我丈夫认为与子女交谈是软弱的表现。然而，有效家庭教育法使我了解到，妻子与丈夫并不一定要意见全一致，我也有权表示不同意。”

另外一名家长谈到了“统一战线”的不足之处：

“我们经常听到别人讲父母必须一致，以利于更好地教育子女，否则的话，子女会感到不平衡。但有效家庭教育法认为父母不必在一切事情上持一致看法，事实上，子女也清楚家长不可能所有意见完全一致。过去我常常维持这种统一战线，对子女说：‘你爸爸这样，你爸爸那样，你必须按爸爸的意见做。’但每逢孩子他爸出差不在家时，我也无法帮助孩子解决他们自己的事情。现在我意识到了这种‘统一战线’的缺陷了。”

为了减少这类矛盾，“有效家庭教育法”主张家长应独立地行使教育权，而不是缔结统一战线。每个家长都有权对子女的行为作出反应：



有位母亲曾讲起过她的儿子是怎样在这个问题上发生矛盾,而后又得到圆满解决的。她儿子从小被一位严格的舅舅抚养,他对吃饭的习惯十分讲究,结果那孩子也受其影响,后来母亲接回孩子时,父母双方对孩子吃饭的习惯产生不同意见。最后他们认识到并达成协议:外出吃饭时使用餐巾和手纸,以保持清洁,而在家里则可稍稍随便一些。这样便解决了父母的分歧,也保持了一定的卫生习惯。

2、问题拥有原则——是子女自己的

问题,家长不应插手

有效家庭教育法另一个核心概念为“问题拥有原则”。家长们可别轻视它的重要性。因为从我们的实践来看,许多错误皆为误解这一原则所致。

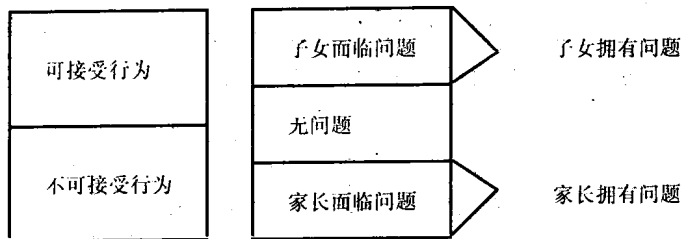
不少家长往往包办子女的诸多事情,而不是放手让子女解决自己面临的难题。我们常可以听到这样的议论:

“子女常常带着自己的问题来找大人,像‘我的一个硬币

掉到下水道里去啦，等等。我只得亲自去解决这些问题、因为这是我自己立出的规矩。”

“我参加‘有效家庭教育法’的学习最大的收获便是分清在诸多家庭矛盾中，产生问题的原因究竟在哪里。如果是我子女的问题，家长便不应插手。而在此之前，我包办了几乎所有子女的问题。”

当家长理解了问题拥有原则之后，它对家长的行为也产生深刻的影响。前面我们已经了解了不少关于“可接受行为”与“不可接受行为”的图形，这里又有了第三个区域，正如下面下图中间所示：



右边下方的这些问题，是家长不能接受的，因为这些行为妨碍了家长的权力，或是说使家长的需要无法实现。比如，家长在谈话时孩子大声喧哗，家长紧张时子女拖拉，孩子们在墙纸上涂画，将卧室弄得乱七八糟，在桌上刻写，等等。由于这是引起家长麻烦的行为，所以责任应由家长设法解决。

右上方方框中的是孩子的需求未能满足的行为表现，因此我们称之为孩子遇到了麻烦。比如：孩子因无人一同玩耍而

坐立不安，子女与其他小朋友发生矛盾，对老师有意见，或是对自己过胖而感到不安。这些问题是属于孩子生活中发生的，与家长们的生活基本无关，所以称“子女拥有问题”。

中间一格代表子女们的行为对子女和父母都不会产生麻烦，这是家长与子女关系最和谐最融洽的时刻。这时，家长可以与孩子一起玩耍、工作或是共同从事某件事。这是“无问题地带”。

然而，事实上许多家长偏偏喜欢介入“子女拥有问题”中去，包办代替，来为子女解决问题，而当他们遭到挫折时又指责子女们。“有效家庭教育法”建议家长们：让子女自己拥有问题，自己想方设法来解决。简而言之，它包括以下几个要素：

- 1、所有的孩子不可避免地要在生活中遇到各式各样的矛盾。

- 2、子女们对自己问题的解决能力，是家长们很难想象的，他们有着极为深广的潜在能力。

- 3、如果家长包办代替，为子女提供现成的答案，那么子女将仍然有很大的依赖性、无法发展自己解决问题的能力，以后每逢遇到新问题都会来找父母。

- 4、当父母取代(或是“拥有”)子女的问题时，这不仅将成为家长们可怕的负担，而且几乎是不可能的事：没有人能为其他人的个人问题提供好的解决方案。

- 5、当家长接受他自己无法拥有的子女的问题时，那么他便处于一个有利的位置：他可以成为一个“促进者”，或是“催化剂”，或是“顾问”，以帮助子女解决自己的问题。

- 6、子女的确需要某种帮助，但最有效的方法是“无为”。说得更准确些，这是一种新的帮助方法，它将寻找和发现解决自