

Talking with your child

“妻子修养”丛书

Talking your child

父母与子女交流的艺术

陶悦群 编译



安徽人民出版社

父母与子女交流的艺术

——陶悦群 编译——

安徽人民出版社

责任编辑 张胜莲

父母与子女交流的艺术

陶悦群

安徽人民出版社出版

安徽省新华书店发行 安徽新华印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：4.25 字数：8万

1988年8月第1版 1988年8月第1次印刷

印数：1—3,600

ISBN 7-212-00083-3/C·5 定价：1.25元

编译者的话

与自己的孩子交流？那还不容易极了！

然而现实生活的回答却是：“不！它难极了。”
询问做过父母的人，十有八个会这样回答你。

与孩子相互不理解；不知怎样与孩子交流；对孩子的言行看不惯；孩子不听、不理睬我们；交流不畅、无法交流、不愿交流，直至——发生冲突、交流中断。许多父母和孩子都认为：两代人之间必然存在着一条交流的鸿沟。

如何填平这条鸿沟？如何使这条鸿沟根本就不出现？父母如何才能始终保持与孩子的有效交流——从孩子坠地直至上大学？这是一项非常高超的技巧，不！准确地说，这是一门高雅的艺术。然而，这却是千百万个父母所梦寐以求的。我们这本小册子，就是为帮助您掌握这项技巧，加强这方面的艺术修养，进而深化您与孩子的情感，提高家庭生活的质量而作的。它自始至终强调了两个字：诚实，这是我们学习、掌握、运用这门技巧的基础。

这本书根据美国“WOMAN ALIVE”丛书
中的《Talking With Your Child》编译而成，原
著者为Mary Hands。

目 录

1	一 出世之初——没有语言的交流
16	二 学说话——理解儿语的艺术
36	三 为什么？为什么？——这些古怪的问题呀！
51	四 上学——父母会失去孩子吗？
65	五 发展自我意识——怎样才能有效地指导孩子？
78	六 十几岁——交流中断的易发时期
93	七 走向成人之际——不再是权威与被教育的关系
103	八 令父母头疼的问题及解决方法

— 出世之初 —

没有语言的交流

初 一听来，与自己的孩子交流好象是世界上最容易不过的事了，但为什么在家庭实际生活中却显得那样困难呢？为什么许许多多的父母以及许多孩子都抱怨在他们之间似乎存在着一条阻碍有效交流的代沟呢？这种代沟如何形成的？如何填平它？最要紧的，这种代沟是不是非得出现？

要回答这些问题，首先需要了解一些人际交流方面的知识。例如，众所周知，我们通常以交谈来交流思想感情。那么，在交谈中，我们应该把对方放在一个怎样的位置？只是听众？一些专家认为，解决好这个问题，对父母与孩子之间的交流尤为重要。

如果在向你的朋友发表自以为十分得意的表述时，发现对方不在认真地听，这时你会有什么感觉？自然，你此时可能感觉受到了刺伤，可能会生气，想发火，总之，你会不想再跟对方谈下去了。

对方的表现就象开关一样，咔的一下就切断了你的谈话。父母们请想一想，我们在听孩子讲话时，是不是也经常这样地表现过呢？

一些专家认为，父母与孩子之间生成交流代沟的一个原因，是许多怀有爱心、自身刻苦努力的父母由于非常忙，以致于忙得实在没有时间与自己的孩子说话。当孩子在吃早饭时对母亲说起一个令他兴奋的故事时，母亲的脑子里可能正在想着：要记住把那些晚餐要做的排骨拿出冰箱化冰；或者在想：孩子的衬衣太脏了，该让他脱下来洗一洗。母亲可能不时地看着钟，盘算着还有多少在家中处理家务的时间。然而，孩子会怎样感觉？他迅速地觉察到妈妈根本不在听他的故事，心思在其他地方，或者是他的故事没意思。孩子受到了刺伤，交流的欲望锐减。当然，也有的孩子可能撒娇式地让母亲注意自己。

说上面这些，并不是要父母们时时刻刻都得注意孩子，尽管这是最美好的愿望，却可能是不现实的。父母大多都是很忙的，每天有许多事要处理。然而，孩子们会认为，如果父母对他们感兴趣，爱他们，以及他们的一些观点是有价值的，就应该在有的时间里全神贯注地听他们诉说。值得一提的是，假装听比不听还要糟糕。如果父母们确实当时有许多事要做，或者当时太累或正焦急万分，不可

能注意地听孩子们说话，最好如实地告诉他们自己当时的状态，比如说：“我很想知道你要说的东西，但如果我们现在还不走，你上学会迟到的。等你放学回来后我们在一起好好聊聊。”千万不能说：“走开，我正忙着呢！”

但是，听，并不只是听听孩子说的每句话而已。孩子们说话时，他们在观望着父母，期望父母不只是在麻木地听，而是在分享他们的感受，能理解他们。成人之间的交流也是这样的。例如，假如你的母亲病了，你向邻居诉说你焦急的心情，如果邻居只是回答你：“别急，她会康复的”，你肯定会感到不舒服；而如果她更热情地对你说：“看你急成这样啊！”你的感觉就不同了。她的话、语气、语调都表明她在关心你，分享你的感受。由于她理解你，你会希望以后有事继续向她诉说。

孩子的需求也是这样。杰出的父母会认识到，当孩子心情不好时，应该向他表示出理解。父母这时不能去说孩子不该有这种心情，只能表示同情，这样会使孩子感到舒服些。一般地说，如果父母这样对待孩子们的感受，孩子们将会感到，诚实坦率地向父母表达自己的心情有好处，很安全，这样便鼓励他们长期地敞开与父母交心的大门。

妻子们总是希望从丈夫那儿得到热情、理解和承认，丈夫同样期望从妻子那儿得到这些。我们从

别人那儿接收到的信息影响着我们的幸福感，而我们的谈话(发出的信息)也影响着别人的幸福感。所以，好的交流，效果应该是：使我们感到与对方更近了，同时也使对方感到与我们更近了。

别人不但通过我们的语言了解我们，还通过我们发出的其他形式的信息了解我们。例如，只要丈夫晚上一跨进家门，妻子就可能立刻会感觉到他这一天过得如何。他说“你好”时的姿态，脱外衣的动作，以及面部表情都在表达他当时的心情。我们都是如此，的确，我们以声音谈话，但实际上我们的整个身体都在说话。

“体语”(身体语言)非常非常重要。心理学家阿尔伯特·迈哈若宾认为它占据着人际交流中90%的比例。因此，如果我们对非语言信号敏感些，理解力强些，我们对待别人就会更理解些。

有时做起来很容易。如果丈夫回到家里，带回一个好消息：他被提拔了。他便会兴高采烈、兴致勃勃地说话，他的身体所表达的信息非常清晰，传递得也很明快：我太幸运了，上级很器重我。

不幸的是，信息的表达不总是这样清晰。更经常地，口里说出的话和身体语言所表达的意思不一致。比如，丈夫回到家中问妻子：“今天过得怎么样？”妻子答道：“很好。”但是，妻子脸上紧板的肌肉却表达出完全相反的语言。这时丈夫可能感

到不知该说些什么，是对妻子的口语作出反应，还是对妻子的体语作出反应呢？如果他对妻子口说的“很好”作出反应，转而看他的报纸去了，妻子会感到他误解了自己，心里可能会嘀咕：难道他看不出我累极了？由于妻子感到丈夫不理解她，从而也不想去了解他一天的情况，交流间断，甚至会引发冲突。

为什么有时我们所说的话与要表达的东西不一致呢？这有许多原因。很多人都养成了一种习惯，说出自己认为该说的话以及说那些自己认为别人想听的信息，他们认为这样才能赢得别人的欢心。有时，我们害怕如果自己说出真实的感受，会得不到别人的承认、谅解和喜爱。正因为如此，我们常常处于犹豫之中，要不要诚实呢？担心着别人的反应。也有的时候，是因为想避免伤害别人的感情，所以觉得掩盖一些真情麻烦要少些。而另一些时候，我们尽管自己没有明确说出，喜爱我们的人应该可以自动地了解我们真实的心情。问题在于，我们虽然希望这些情况下能掩饰自己的真实感受，但它仍然通过体语表达了出来。

孩子对体语尤为敏感。当母亲口中说的是一种情况，而体语表达的却是另一层意思时，孩子会敏锐地意识到：一定是某个地方出毛病了。虽然孩子不能立即指出症结所在，但他将变得茫然。

当然，这儿说这些并不是要求每个人时刻都必须向自己的孩子和其他任何人完全敞开心扉。但是，即便你想掩藏自己的一些感受，比如说你觉得这些感受对别人有伤害，也应该诚实地说出自己的想法：“今天我过得很糟，但我现在不想对任何人谈这些。”这话虽难出口，却比撒谎地说“没什么，走开”要诚恳得多。

一般说来，父母大多不善于向自己的孩子表达自己的真实感受。他们常常不愿承认自己在生气、疲倦了或丧失信心了，这是因为父母害怕孩子看到他们的弱点和不完美之处。父母们担心，如果承认了自己的不足与错误，会失去孩子的尊敬。但是，孩子们需要与真实的人交往。如果父母掩藏自己的感情，掩盖自己的过失与弱点，孩子们总归会知道这些的。一旦他们了解了，有可能永远地失去孩子对父母的忠诚与信任。相反，如果父母勇于承认自己的某些弱点，孩子们反而会敬重他们的诚实，对他们更加信任。

父母在育儿中出现某些过错是很自然的事，就象他们在自己生活的其他方面也会犯些错误一样。想一贯正确、永远正确，会使自己处于过分紧张的精神状态之中。更好的作法是，当自己对孩子处理有误时，承认自己错怪了孩子，使他们遭受了不应有的斥责与惩罚。有时，父母处理问题的方法不

当，一旦明白后，最好的做法是向孩子道歉，这不但不会损害自己的威信，相反还会有助于使孩子把父母看作正常的人、可信的人。如果父母不愿承认自己的过错，将会扭曲孩子的心灵，他感到受了不公正的对待，孩子是不能理解出现这种情况原因的，即父母的心中顾虑。

正是由于孩子对父母言谈之中的感情十分敏感，他们能迅速注意到父母说的与做的之间那些不相符的地方。因此，父母在教育孩子时一定要言行一致。比如，如果母亲打着孩子的屁股要他不要去打别人，教育效果不会好。父母自己的行为是最好的教师，千万不要忘记它对孩子是多么的重要——这是一种一天24小时都在进行的交流。

好的交流，意味着始终要努力做到诚实待己，并且把自己真诚的感情转达给别人；意味着能够掌握别人传递的信息以及信息后面表达的意思；意味着对别人的回答能表现出理解姿态；意味着听别人说话，并且不是三心二意地听；意味着要有目光交流，特别是眼睛接触在交谈中极具重要性。最后，好的交流还意味着要站在对方的角度去思考，而不是自己认为对方应该是什么样。

最后一点非常重要。对于父母来说，最难做到事就是把自己的孩子当作一个独特的个体——孩子自己。父母常常总是从自身的经历、需要与价值去

看待孩子。活泼的父母很难容忍一个文静、动作慢悠悠的孩子；希望儿子当体育运动员的父亲，一旦看到孩子整日埋头于读书，他就会生气；总是后悔自己缺乏自信心的母亲，会常常斥责害羞的女儿……

悲剧在于，尽管父母们从自身的角度对孩子不满意，但事实上孩子是一个非常好的个体。这些父母怎么也意识不到这点，不知道欣赏自己的孩子。他们认为孩子所缺少的那些东西，可能正反映出孩子与众不同的特点。如果父母总带着这种不正确的不满与不悦与孩子交流，无疑会伤害孩子的自尊。所有的孩子，在他们认为自己作出了极好的表现后，都期望得到承认。父母是孩子生活中特别重要的人，取得父母的承认与赞同是孩子极为注重的。

父母能够给予孩子的最好礼物就是承认他，容忍孩子个性——哪怕这种个性与自己不合拍——的存在。应该让孩子知道，父母不会干涉他们对自己行为方式的设计。自尊心强的孩子总是坚持自己的东西，反抗外部的压力，不希望父母影响或伤害自己，而渴望全力实现自己的潜力。如果父母能正视自己的孩子，承认他们所表现的他们自身，而不是按你所认为的他应该是什么样的模式去看待他，才能欣赏到孩子的特别才干和能力，对他所表现的特殊品质感到非常满意。

接受和承认孩子所表现出的他自身，并不意味着父母应该去接受和承认他的一切具体所作所为，而是说要把孩子的行为与孩子的自我明确地区分开。当孩子的行为有过失时，许多父母常常喜欢对他作出判断，而不是对他所作的事作出判断。比如，当一个孩子碰伤了他的妹妹时，父母立刻发怒道：“你这个淘气的孩子，你怎么这样笨！”当孩子帮着做家务时胳膊弄翻了牛奶，父母们吼道：

“笨蛋！我刚才不是告诉你不要那样做吗！”父母们这类判断如果经常出现，很可能削弱孩子的自尊。如果父母不是这般的反应，而是让孩子感到自己可爱和有价值，虽然有时会作出一些使父母们生气的行为，但仍然感到以自己的方式向成熟发展是安全的；如果父母能理解孩子的性情，给予他所需要的支持和指引，那将是非常有益的。

然而，交流的最重要职能，是转达父母对孩子的爱。这种交流从孩子一落地就开始了。早在孩子能理解谈话之前，他就已经从其所受到的对待中收集了大量关于他自己的印象和关于他周围世界的印象。如果母亲总是想抱他，把他搂得很紧，抚摸他，以温柔、充满爱的声调对他说话，这位母亲实际上已经在向孩子交流许多东西——孩子意识到自己是可爱的，世界对他是友善的、欢迎的。当婴幼儿发现自己饿时有人给他喂食，自己不舒服时有人

替他换衣裤，自己害怕时有人看护他，他就会信任这些照看他的人。从这些早期的经历中，孩子得到一些基本的信念，这对他身心健康发展是很重要的。

父母如何才能帮助婴儿发展基本的信任与安全意识呢？首先，他们应该了解婴儿的需要以及表达这些需要的方式。新生儿完全依靠父母来满足其所有的需要。当他饿时、冷时、身上湿了时、疲倦时、气了或病了时，他会有一些必须满足的需求。然而，他无法向人们说出他的状况，所以，父母要作一些特别努力，学会理解婴儿的非词句语言。

在孩子生命的初期，哭，是他们唯一让父母了解他有何种情况的手段。如果婴儿没有这种交流的手段，许多会不知原委地死去。哭声是婴儿表达他需要什么信号，他在寻求帮助。注意观察自己的婴儿，父母会逐渐对他的需要作出敏锐而适当的反应。例如，父母会注意到，婴儿哭有着不同的方式，这些哭的差异将使你正表达着什么意思。他是饿了，还是由于吹多了风？他是疼痛，还是身上湿了感到不舒服？他是感到孤独、烦躁，还是仅仅需要亲热？对于新当母亲的，可能为不了解这些感到着急，但用不了多久，随着她对婴儿的密切观察，她将逐渐发现很容易了解婴儿的需要了。

身体接触是使婴儿感到幸福的最基本方式。研

究表明，即使把婴儿置于人众多的地方，若并不给予其适当的慈爱，婴儿将不会健康地成长。在某些情况下，婴儿还会生病，甚至死亡。以与婴儿接触、亲热、说话表达的母爱，与食物等一样，是婴儿最基本的需要。

这种身体接触应该表达出母亲对孩子的“正”感情。婴儿有一种非常的能力，能够感觉到妈妈与自己接触时所持的态度。当妈妈贴着婴儿的脸，握着他的手，摸他的脚玩，抚摸他柔软、光洁的皮肤时，婴儿会回报以高兴，他感到了母亲的温暖，意识到自己是有价值的。婴儿这种热情的响应不仅出现在母亲为其喂食、帮他换衣服、为他洗澡时，而且在其他时间也会出现，如当母亲给孩子一个笑时；说一句逗乐的话时；向孩子学动物叫时；亲吻和拥抱孩子时；唱歌给孩子听，和孩子一块玩耍时……通过所有这些温暖的接触，婴儿感觉到他可以指望母亲来满足他的要求。当然，婴儿还需要发展对别人的信任，尤其是对父亲的信任。父亲帮助着喂饭、洗澡、换尿布，或与孩子逗玩，将会得到孩子的信任。

一些父亲不愿意与很小的婴儿接触，只是孩子大些时才与他们交流，这是不好的。妻子不应因丈夫在带孩子中的一点笨拙或过失来责怪他。他本来一开始就对带孩子抱有担忧，妻子对他的责怪只能