

孩子不喜欢跟父母说话,或是顶撞争吵不休……亲子关系不和谐已成当下许多父母的“心病”

# 消解“背对背” 亲情才有爱

本报记者 李佳飞 实习生 穆兰

台湾著名作家龙应台曾经说过:“所谓母子一场,只不过意味着,你和他的缘分就是今生今世不断地目送他的背影渐行渐远。”而在今天,不少父母与子女却经常背影相向,关系紧张。

在抚养孩子长大成人的过程中,亲子之间的矛盾和隔阂总是不可避免。记者日前在12355海南省青少年服务中心获悉,亲子关系出现问题的现象日益突出。该服务中心负责人陈泽裕说,平均每天都有数十个电话打进来寻求帮助,其中,反映亲子关系问题的约占70%到80%左右。

## 案例:矛盾激化如同仇敌

12355海南省青少年服务中心是由省综治委预防青少年违法犯罪专项组和共青团海南省委共同建设和管理的青少年综合服务平台,提供免费接听热线和接待面对面咨询等形式,为广大青少年及其家长提供心理咨询和矫治服务。服务台自2006年成立以来,接待了大量遭遇困惑的青少年及其家长,其中不乏亲子关系激化犹如仇敌的案例。

案例一:17岁的小文(化名)目前是一名高二学生,由于是独生子,从小父母就比较疼爱,虽然家里经济条件一般,但从小到大,父母对他的要求几乎是求必应。

小学毕业后,父母为了给他更好的教育环境,将年纪还小的他从农村转到海口城区读初中。在学校时,小文礼貌待人,表现良好,与其它同学的关系不错。然而,在家人面前,他说话时常没大没小,稍有不满意就顶撞父母,对待父母如同仇人,甚至常说“你再不说我就拿刀砍死你”之类的话。

不久,父母还发现了小文有跟同学攀比、上网成瘾、不爱学习等诸多问题。家人管教小文,他却常常抱怨被限制了人生自由,就连头发长了,父母让他理发,他也觉得被管着;指甲太长,让他剪指甲,他同样觉得被管着。与父母争吵时,小小年纪的他时常咬牙切齿地握紧拳头,好像随时忍受不了就要将拳头挥向父母……

案例二:乐乐(化名)今年17岁,然而吃饭、睡觉、上网几乎成为他生活的全部,为了上网,他已经有好几个月没去上学了,这可急坏了乐乐的妈妈李女士。

李女士介绍,乐乐从初中开始就痴迷网络游戏,每天下午放学总是很晚回家,并声称和同学一起写作业。直到后来班主任打来电话询问乐乐为何经常不交作业时,家人才知道乐乐一直呆在网吧玩游戏。

后来,家人断了乐乐去网吧的路,可是他却以不上学为要挟,逼迫父母在家给他买

了电脑。从此放学回家,乐乐总关起房门玩游戏。为玩游戏,乐乐经常逃课,有时干脆不去上学。“我好话歹话都说遍了,他就是不去上学,问他原因,他也不搭理我。”李女士无奈之下只得去乐乐的学校帮他办理休学,而她也辞去工作,只为一心照顾休学在家的儿子。

可是,乐乐并不领情,每日的生活就重复着吃饭、睡觉、上网。“除了吃饭上厕所,几乎从不出门;除了要钱买游戏卡,也从不去主动跟妈妈说话。”几乎绝望的李女士让长期在外地工作的丈夫专程请假回来做乐乐的思想工作,却同样未能奏效。

## 分析:缺乏有效沟通和理解

“亲子关系矛盾是眼下很普遍的问题。”国家二级心理咨询师、海南心理咨询师协会会员张锦云认为,造成这些问题的原因有很多,其中最重要的一点就是缺乏有效的沟通和理解。

张锦云说,不同年龄段孩子的心理需求是不同的,如果家长不了解孩子的发展特点并随之调整自己的教育方式和方法,便会造成亲子沟通不良。例如,随着青春期的孩子独立意识和独立愿望增强,在情感上开始脱离父母,有想法不愿意跟父母讲;行为上的独立性增强,不愿听从父母的安排来处理事情;思想观念上与父母产生分歧,反对传统观念等,“如果父母经常批评指责孩子,孩子会对父母产生极大的反感和抵触情绪”。

现代家庭中,仍有不少父母会以自己是“过来人”的身份让子女按照自己的设想去发展,而年轻人却常常听不进父母的“好心劝告”,于是,一场“针尖对麦芒”的冲突大战就拉开了帷幕。

事实上,亲子之间产生冲突和矛盾是十分正常的。因为年龄较大的父母通常思想保守,而孩子年轻,较激进,喜欢尝试,心理状态上有很大的不同。再加上不同年代的人群所接触的社会及生活经验往往不一样,价值观也不一样,由此产生的差距被称为“代沟”,这是古今中外社会普遍存在的现象。

“我常常会同一些来反映问题的孩子:这些事情你有跟父母说过吗?孩子们的回答是:他们不知道,我没有跟他们讲,也不想跟他们说。”张锦云叹息道,父母是孩子人生中最重要老师,孩子在成长过程中也最需要父母给予支持。而亲子隔阂与矛盾产生的诸多问题着实令人惋惜。

此外,当前社会经济飞速发展,各种竞争日益激烈,这也是造成亲子关系紧张的客观原因之一。张锦云透露,部分家长将工作

的压力和生存焦虑转移到孩子身上,自己很少有时间陪伴孩子和倾听他们的诉求,却常常用家长的身份提出苛刻的标准和要求,这很容易激发青春期少年的叛逆心理,而隔阂与矛盾一旦产生,便很容易恶性循环。

## 建议:彼此学会尊重和倾听

那么,究竟应该如何缓解紧张关系,如何解决亲子之间的诸多问题呢?海南省司法系统医生、国家二级心理咨询师、国家二级婚姻家庭咨询师陈正发认为,建立朋友般的关系十分重要,“学会沟通、倾听和尊重。”

陈正发说,传统社会强调子女要“孝顺”父母,处处以父母为重,而现代民主社会,则更倾向于亲子“相互尊重,平等相处”的状态。因此,处理亲子关系,需要一定的技巧和方法:

首先,注意沟通的时机和技巧。例如,青春期的孩子特别敏感,所以父母不要总是责备的语气,不要开口就是下命令,“你应该……”“你不能……”,如此一来,在孩子心里,父母只是一个“领导”;而应多使用温柔、建议的语气,例如“不然,你说说看……”“妈妈很想听听你的想法”,这样一来,沟通的气氛才会好,孩子也更愿意说出自己的心事。

陈正发强调,父母一定要学会换位思考,学会从孩子的角度理解问题,用孩子喜欢的方式、孩子喜欢的话题、孩子理解的语言来交流沟通。要想充分吸引孩子的注意力,就一定要让孩子能听明白,放下父母的架子,才能真正走进孩子的内心,让彼此之间更贴近。

其次,学会做一个真诚的倾听者。孩子在遇到问题、挫折时,父母可以进行客观分析和引导,但是这种交流应该是朋友式的。事实上,父母的建议可能并不是孩子想要的,孩子想要从父母这里得到的是单纯的支持,想要父母做他的盟友,想要父母了解他所面对的挑战。因此,父母要学会真诚地倾听,并努力去理解他。“倾听是建立亲密关系的基础,也是了解孩子的重要途径之一。”

第三,尊重孩子的独立人格。家长应将孩子看作是独立的、平等的个体,适当接受和采纳孩子合理的意见。即使无法采纳,也应允许孩子充分地表达自己的想法和感受,这样孩子才会感到被尊重和理解。在和与孩子说话时,父母最好用关心的眼神注视着孩子,随时注意孩子的表情、行为,适时给予辅导与协助,这也能让孩子有更多被重视的感觉。“千万不要边做其他事边听孩子说话,否则孩子今后可能就不愿意和父母进行交流了。”陈正发提醒。

(本报海口12月5日讯)

邮储银行票据贴现业务

贴现更快捷 融资难不倒



中国邮政储蓄银行  
POSTAL SAVINGS BANK OF CHINA

票据贴现找邮储  
邮储贴现更贴心

中国邮政储蓄银行票据贴现业务致力于为企业客户提供快捷、高效的票据融资服务,灵活解决企业客户在日常经营和运转中的短期融资需求,提高企业资金运转效率,助力企业成长。

客服热线: 95580 网址: www.psb.com

SOUL OF HAINAN  
XINBU-ISLAND HAIKOU

懂生活的人 懂选择

# 8号 仅此一栋

12月8日,海南之心·彼岸|8“楼王”荣耀启售!

稀缺88m<sup>2</sup>通透两房,159m<sup>2</sup>奢华四房,江海湾全景视野尽显尊贵。



购房享一次性87折、按揭89折超值优惠,更有万元豪礼相送!

◆海南仅此整岛开发项目 ◆新亚洲游艇别墅 ◆星海湾豪生大酒店 ◆星海湾水岸风情街 ◆新埠岛国际游艇会 ◆13公里纯净海岸线 ◆南渡江一线浪漫江景 ◆原生态沙滩公园

项目地址:海口市新埠岛海新大桥北侧 VIP HOTLINE +86 (0898) 6613 9999

◎ 投资方:海南优联投资发展有限公司 ◎ 开发商:海口市新埠岛开发建设总公司 ◎ 建筑设计:天津大地天方建筑设计有限公司  
◎ 景观设计:泛亚(国际)景观设计有限公司 ◎ 网址:www.hiunion.cn



海南之心 彼岸  
— 壹 捌 零 —