

原则三：用恰当的“思想”问题来传授责任感并促进家庭的沟通

家长可熟悉孩子年幼时，常向父母亲所追问的“时烦时可笑”的问题，如：

- “天空为什么是蓝色的？”
- “猫为什么要追老鼠？”或
- “我从哪里来？”

如今若孩子已经大了，我们会珍惜那回忆。孩子们逐渐成长，我们其实可学如何掉过来向他们发问！

身为父母，我们习惯发号施令（这若继续到青少年期，就变成唠叨），父母亲往往有“我讲你听”，“小孩子不要多问”的态度。这种严肃管教方式，孩子们小时适合，也有必要这么教，但孩子一旦大了，管教方式就应有所调整。用有智慧的“思想”问题来刺激孩子们脑力是调整方法之一。

Ezzos 的一个技巧是用“你有自由吗”这问题。用这问题的目的在于我们不想常提醒孩子们他们自己应当做的事。譬如孩子将要去玩时，我们可问“你有自由去玩吗？”。我们的孩子是应在脑海里“检查”一系列“应做的事”并检讨是否全做了才回答。“应做的事”可包括完成功课，整理书包，整理房间和关房灯。孩子们的答复若是“有自由”，他们可去玩。但若偶尔父母亲“突击检查”发觉他们说谎或忘了做一些事，就应有后果，譬如吊销特权等。这技巧可用在任何有“应做的事”的活动。当然，在还没实行运用这问题前，我们应与孩子们讨论各种情况下所谓的“应做的事”是什么。这技巧可在孩子们蛮小时使用。

这是使用恰当的“思想”问题的开始。其他可用的问题，尤其对十岁以上的孩子有：

- “你那场棋赛好的表现有哪些？”
- “说说你对测验的成绩有什么看法？”
- “那令你感觉如何？”
- “你想他的感受会是如何？”
- “你怎么会这么说/做？”
- “你曾说看到朋友太早恋爱不健康。说说如何不健康法？”

- “听起来老师似乎对你不讲理。难怪你生气，发生什么事啦？”
- “你同意发脾气不好。那如何避免呢？”

当我们用问题时，我们的孩子就会自己思考。思想与分析的责任就归于孩子，理所当然的“物归原主”。我们也同时修炼一个重要的沟通技巧—聆听。我们这么做也会在不知不觉中促进家庭的沟通，亲子的关系。

有智慧的“思想”发问会带来的益处有：

- ✓ 促进家庭的沟通与关系
- ✓ 提高聆听的技巧
- ✓ 把适当责任转移给孩子，训练他们成为有责任感的成年人
- ✓ 帮大家分析事件
- ✓ 帮父母亲控制情绪，只在适当事发表自己的意见
- ✓ 让孩子有发泄、倾诉的机会

有智慧的“思想”发问是不自然的，是要通过练习才慢慢习惯、有效。在还没用之前，我们必须认识以下的事，检讨、准备自己：

- 控制我们的情绪（尤其当我们与孩子们的意见不和时）
- 让孩子们发泄/回答（不在他们回答前说话或帮他们回答）
- 不“逼供”，逼孩子要立刻给答案（让孩子有空间，让时间，沉默培养思想）
- 不有个判断的态度

家长们若不同意孩子们的想法怎么办？我们会在下期分析，在分析之前，让我们沉思以上一切，尤其运用“思想”问题前应自我检讨、准备的事。主要是家长们有必要先学“控制”情绪，不轻易“解放”情绪，让孩子们有说话的空间，发泄他们的意见，叙说他们的生命。

功课。刻意在未来两个月内，试试向家里每一个成员（孩子与配偶）一个礼拜内最少发问一个“思想”问题，一个有智慧的问题。把经历纪录起来。您若受益，希望您会电邮给我们，让我们也可得到鼓励。