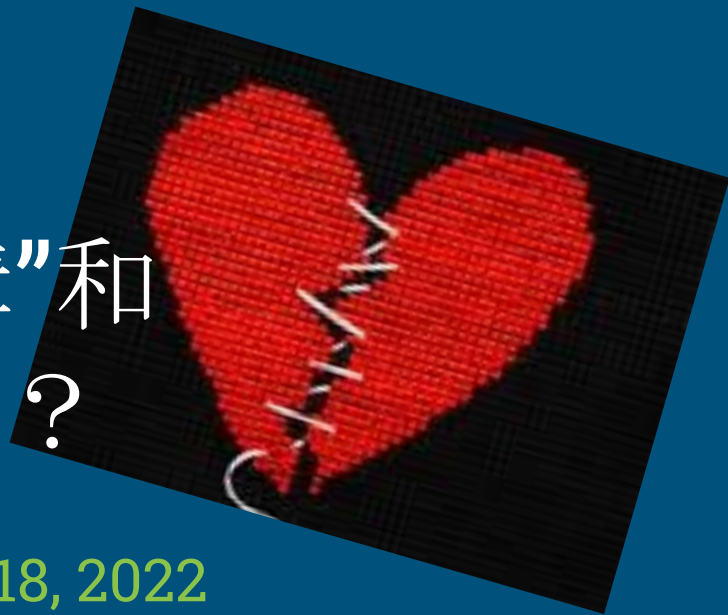


我們有“代溝”和 “文化溝”嗎？



Stacey Soong Sept. 18, 2022

爸媽，我有話要說 主日學課程(2)

代溝

定義：年齡差距較大的兩代人在价值观方面的分歧

語言是會演變的，跟上時代，跟青少年學習

- Text messages: lol, ty, np, wyd
- Slang: tea or T (gossip,) ship (relationship)
- Instagram, TikTok, Snapchat
- Music, memes

學習接納他的朋友，音樂，文化，
他也會比較願意接受你



Memes

Definition: Amusing or interesting items (such as captioned pictures or videos) or genre of items that is spread widely online, especially through social media

Oh look, they've started to make teenager mannequins.



Teachers: Just log into Zablezoot, scroll down to the Zorkle app and have the kids work on the assignments sent through Kracklezam or check the links posted in Zumblekick.

Parents:



文化溝

青少年感覺到的管教方式

民主式 Authoritative

- 高支持度 (hugging, praising children), 中控制度 (clear limits)

權威式 Authoritarian

- 低支持度 (very strict), 高控制度 high (tightly monitor their children)

放任式 Permissive

- 低支持度, 低控制度 (Be your child's friend, low control and guidance)



研究結果

- **民主式**家庭的青少年比較能處理問題, 成績好, 少犯罪行為或憂鬱。
- **民主式**或**放任式**家庭的青少年比**權威式**家庭的青少年有好的自我形象, 生活滿足度高。

Source: Raboteag-Saric, Z. & Sakic, M. Relations of Parenting Styles and Friendship Quality to Self-Esteem, Life Satisfaction and Happiness in Adolescents (2014) .

文化溝

中國文化價值



- 服從權威，尊重父母
- 重教育，成績，成就；少稱讚孩子的努力
- 不輕易表達情緒，要面子，有時羞辱與比較孩子，重視和諧
- 許多中國父母在管教青少年期子女上面臨文化差別的挑戰

研究發現

- 中國父母表達關心的方法不同：犧牲，供給孩子日常所需，幫助孩子課業，而不是說“我愛你”
- 就算父母沒有明白表達愛意，很多孩子還是可以從父母的無言付出感受到愛
- 女兒特別需要跟母親有談心，親近的時刻，而不是只是尊敬母親
- 兒子看中國父親為供應者，權威。很多女兒們覺得父親遙不可及

ABC文化：美國長大的ABC有中西二種文化的價值觀，受父母影響很大

有效溝通 3: 重視教導而不是懲罰

—為什麼不懲罰？

- 懲罰只能暫時制止不好行為
- 懲罰防止青少年從錯誤中學習（他們只覺得父母處罰極不合理，這次倒霉被抓到，下次小心一點就好了）

如果還是不聽呢？

- 可能有比較深層的問題（家庭, 父母, 管教, 心裡等問題）
- 讓青少年參與解決問題的對話，讓他們知道你想了解他的觀點，從他的角度想事情
- 關係 VS 管教：**維持良好親子關係**更重要

1. 說出你的感覺



1. 說出你的感覺 (英文版)



2. 說明你的預期



2. 說明你的預期



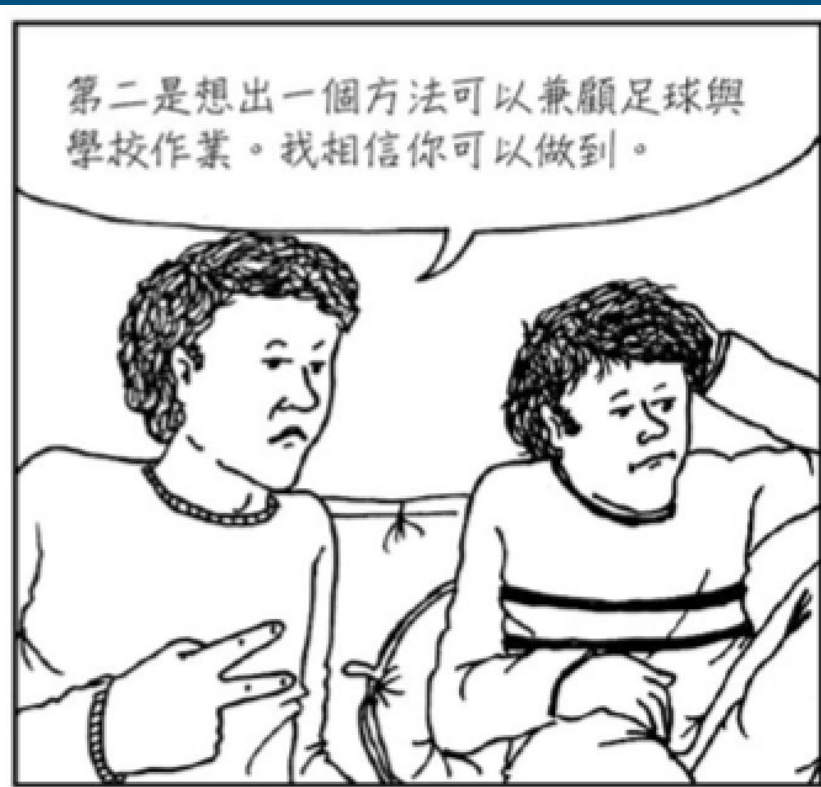
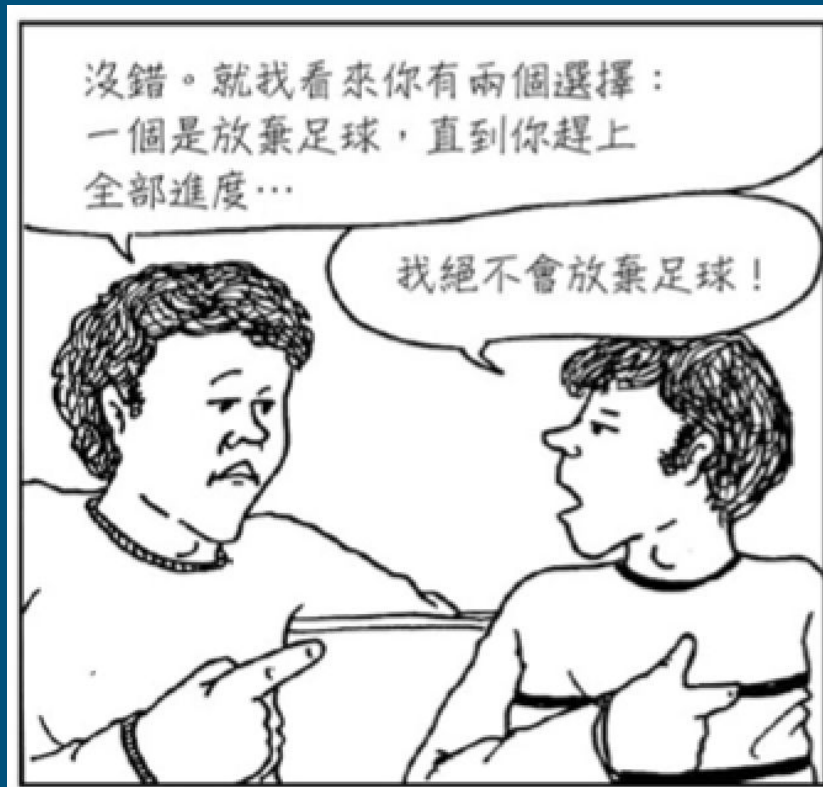
3. 教導如何改正，修復



3. 教導如何改正, 修復



4. 提供選擇



4. 提供選擇



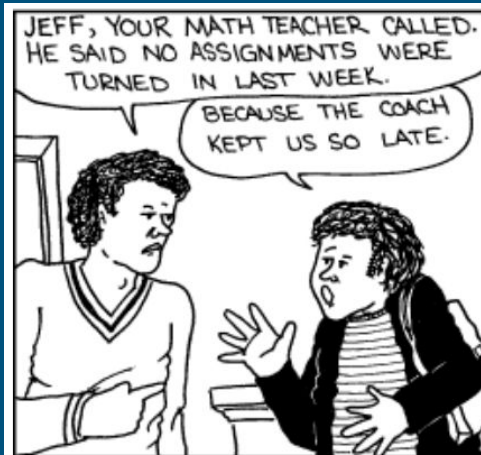
5.採取行動，執行合理後果



目的

- 制止，改正不好行為
- 讓青少年從錯誤中學
習獨立

英文版



有效溝通 4: 親子合作, 解決問題

1. 傾聽青少年的觀點

- 不要爭執
- 了解他們
(他們也比較願意服從)



有效溝通 4: 親子合作, 解決問題

1. 傾聽青少年的觀點

- 不要爭執
- 了解他們
(他們也比較願意服從)



2. 陳述你的觀點



2. 陳述你的觀點



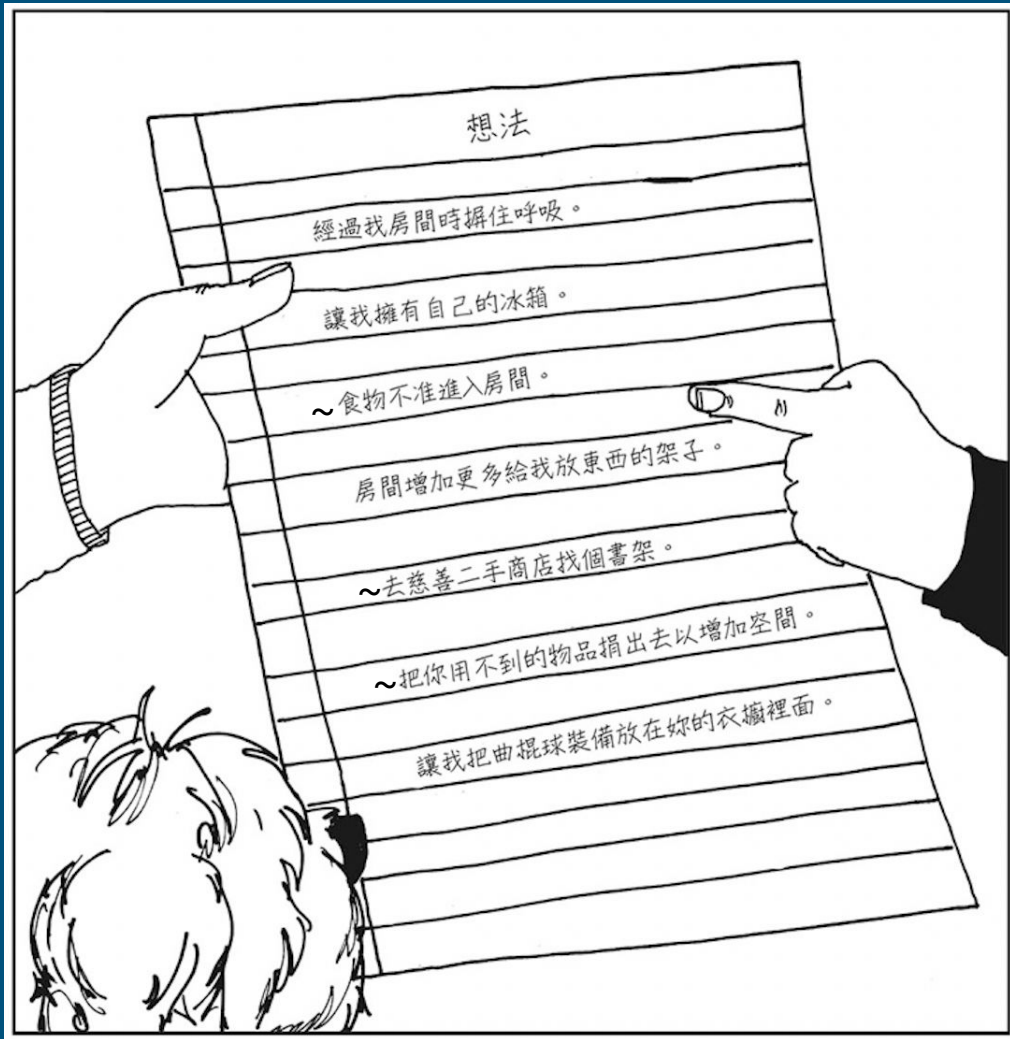
3. 邀請青少年想 解決問題的點子



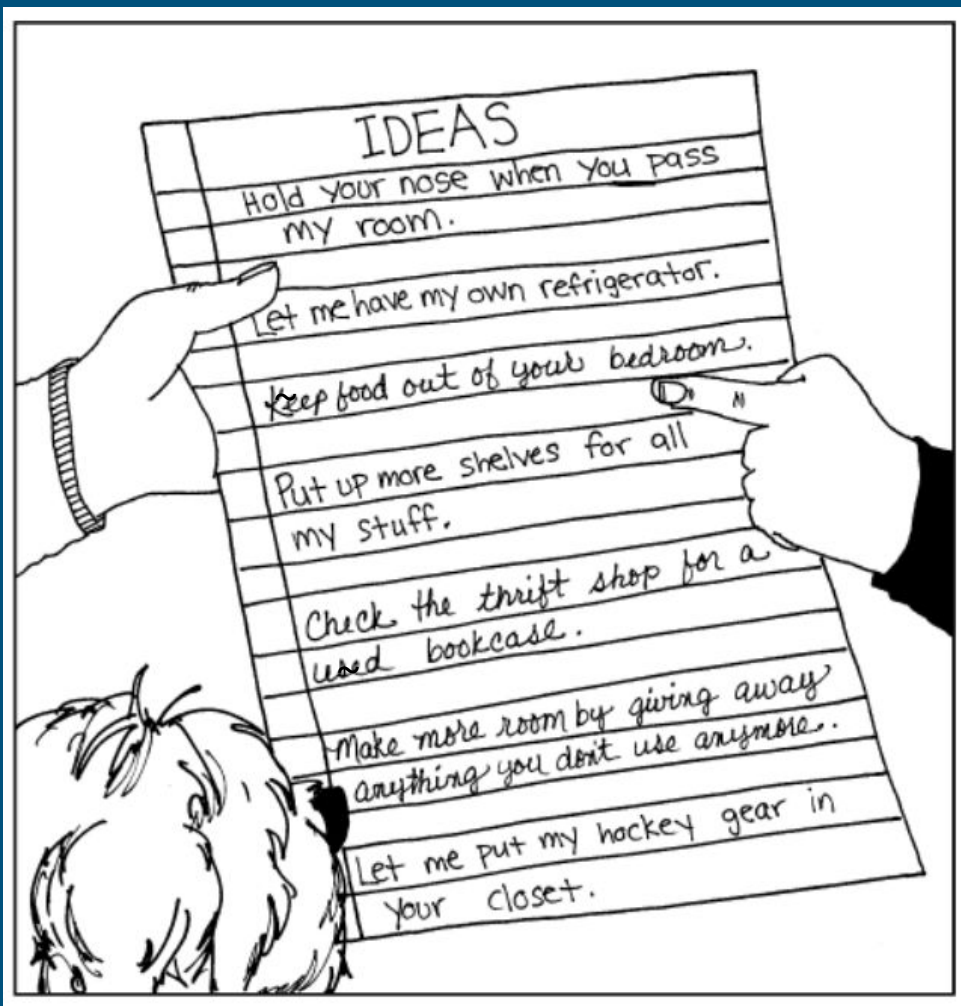
3. 邀請青少年想 解決問題的點子



4. 寫下所有想法， 不要管實不實際



4. 寫下所有想法， 不要管實不實際



5. 複習寫下的所有點子，討論你們同意那幾點，開始執行



青少年的反應：
我感覺被尊重...
我母親有認真聽我說話...
我真的能說我真實的想法...
她沒有要發飆...
我能想到解決辦法，我還蠻聰明的嘛...
我跟我媽媽是站在同一陣線的，不是敵對的。

5. 複習寫下的所有點子，討論你們同意那幾點，開始執行



青少年的反應：

我感覺被尊重...
我母親有認真聽我說話...
我真的能說我真實的想法...
她沒有要發飆...
我能想到解決辦法，我還蠻聰明的嘛...
我跟我媽媽是站在同一陣線的，不是敵對的。

溫馨小叮嚀

1. 父母繼續學習成長
2. 避免生氣或疲累時溝通
3. 常常反省，常常道歉
4. 少說多聽，不用解決他們所有的問題
5. **愛是恆久忍耐**



溫馨小叮嚀

Helpful Tips

6. 夫妻同心
7. 了解青少年頭腦還未完全發展好(25歲！)
8. 常跟你的青少年約會，趁機聊天
9. 愛屋及烏- 接受他們的朋友，喜好
10. 為孩子禱告，把他的未來交給神



良好關係是良好溝通的基礎

建立積極的家庭關係

- 精心時刻：聚餐出遊露營一對一時間
- 家庭祭壇
- 慶祝孩子的成就
- 家庭傳統：慶生，家庭會議，過節
- 分擔家庭責任

這是需要學習的。不要氣餒！



Sources

Raboteg-Saric, Z. & Sakic, M. Relations of Parenting Styles and Friendship Quality to Self-Esteem, Life Satisfaction and Happiness in Adolescents. *Applied Research Quality Life* (2014) 9: 749.

Van Campen, K. S., & Russell, S. T. (2010). Cultural differences in parenting practices: What Asian American families can teach us (Frances McClelland Institute for Children, Youth, and Families ResearchLink, Vol. 2, No. 1). Tucson, AZ: The University of Arizona.

How to Talk So Teens Will Listen and Listen So Teens Will Talk by Adele Faber and Elaine Mazlish

怎麼說, 青少年會聽 vs. 如何聽, 青少年願意說 by Adele Faber and Elaine Mazlish (eBook through [Rakuten Kobo](#))

How to Talk So Teens Will Listen & Listen So Teens Will Talk

Adele Faber & Elaine Mazlish

Authors of the multimillion-copy bestseller *How to Talk So Kids Will Listen & Listen So Kids Will Talk*

怎麼說，青少年會聽 vs. 如何聽，青少年願意說

How to Talk So Teens Will Listen and Listen So Teens Will Talk

八堂青春期溝通課，
讓孩子敞開心胸、樂意合作、
接受指引的對話技巧

紐約時報第一名暢銷書、美國亞馬遜排行榜第一名暢銷書
《怎麼說，孩子會聽 vs. 如何聽，孩子願意說》青少年版教養經典！

★家有青少年必備的教養聖經★

學業、家事分工、門閥、虛弱、戀愛、性、毒品……

青春期的各種難關，該怎麼和孩子順利溝通？

國際知名的親子溝通專家教你掌握與孩子連上線的新語言，帶來易懂、實用的青春期生存指南！

【專業推薦】

Choyce | 親子作家 胡麗皓 | 諮商心理師 陳志恆 | 諮商心理師 彭菊仙 | 親子專家
劉仲彬 | 臨床心理師、作家 歐陽立中 | 丹鳳高中教師、Super教師 魏瑞忠(澤爸) | 親職教育講師

高富貴版

Q&A

time