

用好奇心撬开紧锁的心门

——师长如何倾听孩子的心声

陈佳莹

江西省德兴铜矿中学

DOI:10.32629/jief.v2i4.1225

[摘要] 近年，随着大众观念的转变和心理学知识的普及，“不做专断的师长、要学会倾听”似乎已经成为一个人都懂的概念。但，也有不少人在实践后产生疑惑：自己已经尽力倾听了，但孩子还是不愿与自己对话、更别提与自己交心了！一次、两次……时间一长，难免不由得对“倾听”二字心生怀疑：倾听真的有用吗？我已经这样努力地去听了，为什么还是收不到我想要的效果呢？

[关键词] 好奇心；倾听；心声

中图分类号：G625 **文献标识码：**A

每当面对此种质疑时，我都会问上一句：我们是否反思过，自己真的理解“倾听”的意思吗？为何在“听”字之前，还有个“倾”字呢？显然，如果我们连这个词的意思都没有真正地理解，我们能做到有效倾听、收到实效吗？

那么，“倾听”的真实含义是什么呢？百度词条对“倾听”的解释如下：倾听是在接纳基础上，积极地听，认真地听，关注地听，并在倾听时适度参与。^①倾听的关键在于要求听者以机警和共情的态度深入到求助者的感受中去，细心地注意求助者的言行，注意对方如何表达问题，如何谈论自己及与他人的关系，以及如何对所遇问题做出反应。还要注意求助者在叙述时的犹豫停顿、语调变化以及伴随言语所呈现出的各种表情、姿势、动作等，从而对言语做出更完整的判断。^②

以上文字看上去专业且抽象，难度之大令人不由得心生畏惧，下手无门。但多年的心理咨询经验和班主任经验告诉我，如果我们能保持好奇的态度，多问几个“是什么”、“为什么”，那有效的倾听也就会自然而然地发生了。不信？请看下面这个案例。

小玲^③在学校开朗大方，总是笑咪咪的，与同学们相处都不错，不曾与任何一位同学产生个人冲突，同学、朋友和老师都说她大大咧咧、没心没肺。只有妈妈的眼里看到，她“只有一个玩得最好的同学，和其他人都玩不来。”学习方面，她课堂听讲比较认真，能积极回答问题、也爱提问。奇怪的是，这样一个比较上进的孩子，排名却越来越靠后。连她自己也说，“我可能是比较笨，再加上学习方法可能也不对吧，有时很想看书，可就是看不进去。”一次家访中，妈妈抱怨小玲总是玩手机，但小玲坚称，自己只是喜欢随身携带手机而已，即使玩，也只是偶尔。在争辩中，小玲有时会哽咽一下，但很快便又恢复笑脸。

这个场景比较常见——亲子间的小斗嘴；场面较为温馨——亲子双方微笑以对；过程也很快——不过一两分钟。大多数人都会对此情景一笑了之。但如果我们带着一颗好奇心去看、多问几个“是什么”、“为什么”时，是否会发现其中一些不那么“平常”的小细节呢？比如：

对妈妈的抱怨，小玲是坚决不同意的。为什么？

很明显，在小玲的心里，“随身携带手机”与“总是玩手机”之前不能划上等号。那么，两者之间又有何差别呢？

为什么小玲喜欢随身携带手机？她是从什么时候起开始喜欢的？这对她而言，意义何在？如果不能随身携带手机，她的心情或生活会受到什么影响吗？

和妈妈争辩的过程中，小玲为什么会时有哽咽呢？哽咽时，她的心里出现了什么？

为什么小玲只是略有哽咽，而不是流泪或放声大哭呢？为什么在略有哽咽后，她还能很快便恢复笑脸呢？当时，她的心里出现的是什么呢？她想要掩藏什么吗？

……

你看，这个平常的小场景中有很多可以发问的细节。

在当时，我用了一个问题打开她的心门：“我发现你说自己‘只是喜欢随身携带手机而已’时哽咽了，能说说是什么原因吗？”在那之后，又用一串的“是什么”和“为什么”让小玲向我和妈妈坦言了自己内心深处潜藏多年的不安全感——哪怕是在家里，她也觉得很害怕，所以总是看不进书。

试问，一个连在自己家里都无法感到安全的人，她的学习成绩怎能不受到影响呢？

你看，只要多问几个“是什么”或“为什么”，我们就能挖出孩子内心的很多细节。但注意，在询问的过程中，我们一定要带着发自内心的谦卑与好奇去发问，这是一种真正地想要了解对方内心的态度，而不是那种“我早就知道”的居高临下的审问的态度与口吻。我们需要做好心理、行为和语言等各方面的充足准备，在此前提下与孩子对话，倾听才能有效地进行，我们才能撬开孩子们紧锁的心门，一步一步地走近他们。

注：①②均摘自百度词条。

③小玲为化名。

【参考文献】

[1]刘介均.学会倾听，和孩子一道成长[J].四川教育,2020(21):79.

[2]杨桂华.认真反思，倾听孩子们的心声[J].吉林教育,2020(22):72.

[3]王勤.让爱在倾听中绽放[J].新课程(综合版),2018(11):238.