

# 为孩子们提供咨询服务

父母和教师往往会发现他们自己处于咨询的角色，帮助孩子们应对挑战或做出一个有道德的决定。尽管运用我们的智慧并给出建议可能会感觉不错，长期来看更有意义的做法是让孩子们能够找出他们自己的解决方案。《家庭美德指南》一书中描述的“精神伙伴化”的艺术是一种动态的咨询方法，正如作者 Linda Popov 所说的那样：“尊重孩子发现他自己在美德方面的事实的能力。”它有助于增加自尊，并改善孩子的情感健康。

要成为一个有效的精神伙伴，我们首先自己需要培养某些品质和美德。这些品质和美德包括尊重和理解孩子们的感受、对孩子的爱和同情、真实地表现，并尊重孩子在他或她行进于生命之路时的能力。

精神伙伴化是一个亲密而谦恭的“行进”过程，使你与你的孩子形成亲密的关系。有7个方面可作为精神伙伴化过程中的步骤。这些方面还可以单独地用于应对孩子的特别需要。

## 1. 打开门（发生了什么事？）

有时孩子会打开门惊叫道，“妈妈，你简直不会相信今天发生了什么事！”还有一些时候，你会从孩子的表情中看出他或她在心烦，却不愿说出来。你将需要采取主动。父母或教师可通过问一些开放式问题打开话题，比如，“你的事进展得怎样？”，“那么，有什么新情况吗？”

## 2. 提供易于接受的沉默

一旦孩子开始讲话，不要打断他，不要给出建议，也不要急于施予援助或解决问题。而是，允许孩子自由地讲话。提供专注的倾听。《家庭美德指南》中引用了一位年轻的马耳他牧师的话：“当你认为你已经沉默足够长的时间时，再沉默一会儿。”往往是在这后一段的沉默中，意识得以形成，真相破茧而出。

提供易于接受的沉默需要同情心和超然。尽管同情心会增强你的同感，超然却会阻止你理解你的孩子的感受。

## 3. 提出倾吐性问题（什么是最困难的事情？）

用“什么”、“怎样”提出开放性问题，而不要用“谁”，更决不要用“为什么”。你不需要知道所有的细节。你只需要在场，允许孩子表达他的感受，并倾听他的心声。好的倾吐性问题应是一般性的，“你的情况怎样？”，或者可以集中于让孩子们说出内心的感受——“你最担心什么？”

## 4. 留心感官线索（为什么流泪？）

观察你的孩子的面部表情和身体语言。如果孩子将分享涉及感觉的思想或感受，关注他所见到、听到、尝到、嗅到或感受到的东西。如果孩子将描述一个巨人袭击他的一个可怕的恶梦，提出一些问题来帮助他经受和释放他的恐惧感，如“那个巨人看起来怎样？”“它有多高？”情感得到承认的一个孩子将学会信赖他的感受并重视他内心的判断。

## 5. 提出美德思考问题（什么会给予你勇气？）

只有在给予孩子机会思考并且逐渐意识到他自己的感受之后，父母才会居于主导地位。目的不是“告诉”孩子做什么，而是引导孩子思考将有助于他负责任地行事的美德。提出一些将促使孩子利用他的感受并基于他对美德的理解来决定行动过程的问题。例如，如果一个孩子因为害怕而不敢登上舞台，你首先要通过告诉他：“登台演出看起来是挺吓人”来承认他或她的感受，然后充满敬意地问道：“是什么让你有勇气这样做的？”

## 6. 提出结论性和综合性问题（什么是有帮助的？）

当涉及一个道德问题或强烈的情感时，这一步是有用的。孩子们需要帮助来达成一个结论，并将其整合在一起。对于父母而言，重要的是不要给出似乎“正确的答案”，而是信赖孩子得出他或她自己有道德和创造性的解决问题的能力。

为整合想法和感受，并促进一个可教时刻的终结和内在化，父母可提出下列问题：“谈话以后都弄清楚了哪些问题？”或“对于谈话你最欣赏哪些内容？”

## 7. 承认美德（你对朋友的忠诚令我尊敬。）

最后，承认美德，以恢复充满信任地向你吐露其心扉的一个人的尊严和自尊，如“我真的很钦佩你的勇气”，“某某很幸运拥有这样一位忠诚的朋友”，“对于你告诉我学校里发生的事的信任以及你与你的老师一起解决它的决定，我表示敬意。”注重细节并将美德与所探讨的问题相联系。当感激是真诚的时，它就会触动心灵。

精神伙伴化是一门能够习得的艺术。你可以作为一名导师，使一个孩子能够成为他或她自己的老师，基于自我意识和理解找出他或她自己的解决方案而不只是接受父母的建议。

它将提升你的孩子的自尊和情感成长，这将有助于他或她在成年后更好地应对更复杂的关系。

Mozhdeh Mohajer 博士和 Check Woo Foo 先生著  
《我们身上的美德》