

青少年学习状态与亲子沟通情况相关的调查

陶 然

上海星河湾双语学校 上海 201108

摘要：中国正处于社会转型时期，目前教育环境与社会生活变化下，竞争压力很容易给学生们带来负担。本文就现在青少年与父母交流状况，以及谈话对学习生活的影响。探究父母在沟通中的何种表现对青少年的学习生活有激励作用。

关键词：青少年；学习状态；交流

前言：

我国正处于社会的转型时期，面临社会与生活的变化，青少年产生心理矛盾的可能性逐渐增长。在我国的教育环境下，竞争压力很容易给学生们带来负担。在该情况下，家长与青少年的交流可以对学生的学习状态产生很大影响。相关研究曾显示，亲子沟通和社会支持、社交有紧密关联，在青少年成长中极大地影响了他们的社交行为和自信心。因为亲子矛盾产生的悲剧、因为缺乏沟通造成的麻烦不在少数。可是即使有许多因为沟通不足而导致的事件发生，许多青少年也依旧拒绝同父母交流。出于提高青少年学习生活质量的需求，该调查旨在了解现在青少年与父母交流状况，以及谈话对学习生活的影响。探究父母在沟通中的何种表现对青少年的学习生活有激励作用。调查采用网络问卷的形式，共收到191份有效问卷。

一、青少年对于沟通对象的选择与原因

在第一个问题“你最倾向于与谁沟通”中，选项“身边的知心朋友”排行首位。说明青少年时期，到了需要交朋友的年龄，心理需求是寻求同伴认同，同伴认同的需求要明显大于长辈或父母认同。值得注意的一点是，“藏在备忘录或者心里”这个选项位于“爸妈”之前，可见青少年希望拥有自己的秘密，有些事情可能不会同父母交流。血缘关系不具备天然的黏性，青少年觉得“我不说因为我自己可以为自己做主”。然而他们自己也时常感到矛盾：一方面是迫切的想要独立，一方面是尚不具备独立的能力。在这个阶段，父母可能依旧认为自己是孩子的首选。因此两代人之间在交流对象的选择上有分歧。父母亲的期待和孩子的需求、心理年龄特征不一致，这是亲子关系的特殊性。父母认为孩子依旧应当像小时候那样，多多和自己分享生活碎片，把父母当成朋友。事实上，青少年时期，儿童时期混沌的自我开始觉醒，并逐渐分化为主体我和客体我，青少年的独立

意识增强，不会再事无巨细地与父母谈话。父母便会疑惑不解：孩子心里有事，为什么不说呢？焦急的他们有时会作出不正确的举动，比如偷偷翻看孩子日记、打探孩子手机密码、问同学老师打听孩子学业生活表现，诸如此类。这些举动会让人感到不舒服，不被信任，从而产生恼怒。

二、青少年与父母沟通的优势与弊端

即使父母不是聊天讨论对象的首选，大多数青少年依然期待、愿意和父母交流。被问及是否会主动与父母交流时，在191份问卷中大约三分之二的回答都是“会”。青少年依旧期待父母理解，因此选择和父母沟通，以获得情感上的理解支持，避免产生孤独感。

在交流频率的调查中，表示“每天都与父母交流”的回答占29.84%，57.07%的青少年与家长保持一周三次及以上的沟通。然而有8位同学，交流频率明显短。一位同学回答“一个月一至二次”。理论上同学与家长应当保证每周至少2次的主动沟通，必要时可以组织家庭讨论会。关系的维系需要时间的累积和空间的相处。

青少年和父母沟通的话题主要涉及学习与生活琐事。根据问卷反馈，“日常琐事”的频次（128次）高于学习（114次），说明父母子女的关系不仅限于讨论学习，在青少年逐渐独立的阶段，生活琐事也是谈论话题之一。沟通分为信息沟通和情感沟通。与父母交流频繁可能出于信息分享的需要，也可能出于情感交流的需求。青少年处于寻找朋友的年龄段，他们乐意分享所有生活点滴，期待能有知心朋友。但是现在的青少年课余生活被补课等事物占据，和朋友相处的时间、机会减少。父母因此成为倾诉的对象。如果孩子在交流过程中受挫折，他们对于沟通的积极性会大大降低。在“其他”的填写者中，有补充“国际问题”的，表明两代人之间的沟通不仅限于关心对方的生活，对于时政的讨论也可能促进交流。也有表达负面感受的——“别聊，聊就是洗脑”，在交流

时该同学可能是发现与父母观念不一致，在争执过后没有被说服，与此同时父母也不愿意肯定他/她的观点，使得这位同学产生了负面情绪，未来与父母交流的积极性可能会降低。这时候，丰富亲子沟通的形式是有必要的，甚至说形式的作用可能大于内容。父母如果多多表现出愿意倾听的姿态，而不是否定之后进行大篇幅的说教（或者按照那位同学的观点——“洗脑”），即使观点依旧无法达成一致，孩子在辩论、沟通方面的积极性也不会被打压。

被问及谈话带来的感受时，代表正向体验的“开心”被选中的频次相当高，为133次，说明很多时候，必要的交流确实能带来积极的情感体验。其他负面体验的选项，频次不相上下，64人选择“无趣”；69人选择“不欢而散”；“委屈”和“愤怒”分别被选择了56次、55次；52人觉得受到了不公平的对待。根据数据不难看出，选择“开心”的学生也会选择其他负面体验。还有五个填写“其他”的同学，给予的答案也表达了“沟通无效”、“平平无奇”甚至是“累”的感受。

三、亲子沟通存在的问题分析

亲子之间的界限问题、父母如何管理自身情绪、父母亲如何尊重孩子情绪主体，都与沟通的效果直接相关。在下一个问题“家长表现的态度是怎样的”中，认为父母“太过关心”且“情绪开始影响子女”的同学不在少数，说明如果父母带着情绪与子女沟通，子女受到的影响比较大。很多同学都表示“希望父母把情绪收一收”。父母如果带着焦虑、痛苦的情绪与子女沟通，孩子的情绪很容易被感染。他们会跟着焦虑，或者表现出对于父母反应的厌恶，有时候也因为不知道怎么处理而无助。

还有同学觉得父母很忙碌，有时候的交流更像是心不在焉的敷衍。如果父母有表现出在沟通过程中对子女的忽略，则青少年的感受不亚于被抛弃。他们在第七题中往往选择“父母不那么在乎我的感受，他们还有更重

要的事情要处理”。这来源于错误的认知：“我不重要，我不值得你爱我，我的优秀才能证明我值得你爱”。

值得一提的是，前文中觉得父母在“洗脑”的同学，在这题中又一次填写了“其他”，内容为“态度坚定：洗脑”。Ta的感受则是“无语”，这位同学对于沟通持有负面态度。

在回答“如何消除谈话带来的负面影响”时，选择“对父母发脾气”的有57人，选项位列第五，可见这并不是最优选择。在发脾气之前的是“听音乐”、“出门走一走”、“打游戏”、“和朋友抱怨几句”，可见青少年会选择暂时回避、冷静下来。不过在自行填写的“其他”选项中，有少数青少年会采取“扇自己巴掌”“撞脑袋”等比较冲动、暴力的行为。

在所有选项中，“听喜欢的音乐”被选中102次，频次最高。现在的青少年很多都离不开耳机，音乐是可以转移注意力、舒缓心情的助手。

四、结语

129位青少年表达对沟通的期待时，选择了“听我倾诉学习上的困难，不要插嘴评论”，说明青少年渴望他人的理解、倾听，但是不希望对方反客为主，予以太多说教。过多的指导、建议，反而会降低他们分享、交流的热情和积极性。因为这些有时候反而加重他们的焦虑。多数青少年对学习抱有积极态度。然而选择“没动力”这个态度消极选项的也不在少数，这些同学中有不少都表达了沟通方面有难处。通过调查可知，大多青少年希望父母可以对交流持平等、尊重的态度；双方观点输出均衡，而不是单方面的说教。

参考文献：

- [1]徐杰, 张越, 詹文琦, 王晶, 代娅梅, 张林. 亲子沟通对青少年社会适应的影响: 社会支持的中介作用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24 (01) .
- [2]李瑾, 徐燕. 上海市某区初中生亲子沟通状况分析 [J]. 中国健康教育, 2016, 32 (05) .