

失去倾听,子女和爸妈聊天越聊“越崩”

专家:老人和年轻人应多亲近多理解,以弥合“沟通障碍”

“生活的烦恼跟妈妈说说,工作的事情向爸爸谈谈……”一首《常回家看看》唱出了父母的期盼:希望孩子回到家,能和自己聊聊天、说说话。然而现实生活中,多数子女很少有时间坐下来和父母说说心里话,甚至有的子女“吐槽”:生活的烦恼跟妈妈说说,越说越烦;工作的事情向爸爸谈谈,越谈越崩。近日,记者对此进行了采访,对于两代人沟通不畅的问题,不少年轻人和老人“不约而同”地坦言:如果能够彼此耐心倾听,沟通便成功了一半,可问题是,很多时候双方都无法做到耐心倾听。对此专家建议,老人和年轻人之间应多亲近、多理解,弥合“沟通障碍”。

□陈红 王佳伟 记者 马冰璐

多数老人愿与子女沟通

记者对20位老人和20位年轻人的随机调查发现,大部分老人表示,非常愿意和子女沟通,可子女们往往无暇和自己聊天。不少老人表示,由于和子女的想法不同,有时候一肚子话却无从开口,不知该如何表达。

“儿子工作忙,下班后不是玩手机、玩电脑,就是去跑步健身,根本没空和我们说话。”55岁的李阿姨有些失落地表示,上次和儿子推心置腹地交流已是儿子上大学时的事了。

家住合肥市二里街社区的郭大爷说,子女们根本没耐心听自己说话,“年纪大了,就喜欢回忆过去,年轻人不感兴趣,也不爱听这些陈芝麻烂谷子的事,所以根本没法好好地聊聊天。”

“对于我们老年人来说,最盼望的事便是子女多陪我们聊聊天,可每次我想张口说些什么,总是被他们三言两语‘敷衍’了事。”64岁的潘阿姨直言,自己有些生气。

子女爱把话藏在心里

调查中,记者了解到,对于老人来说,他们最看不惯和最常“唠叨”的事便是孩子花钱大手大脚,“出去吃顿饭,一花就是好几百;去超市买东西,不看价格就往购物车里放;整天网购,买的都是没用的东西……”

面对父母的“吐槽”,不少年轻人表示,最反感老人唠叨,“不是我不想和他们聊天,而是他们经常一两句话就让我无言以对,比如,我说最近工作很累,原意就是‘吐个槽’,可他们不仅责怪我年纪轻轻就怕辛苦,还苦口婆心地劝我‘好好干’,不要在单位耍小孩子脾气……如此一来,我哪还有心情和他们说说心里话。”30岁的胡女士郁闷地说道。

“我最怕的事便是我妈太唠叨了,经常一件事翻来覆去,说了许多遍。每次我说约了朋友去逛街,她总是千叮咛万嘱咐:‘没用的东西别往家买。’虽然勤俭节约是好事,但她每次都‘强调’,我真的不想听了。”25岁的小陈不禁“吐槽”道。

调查还发现,多数年轻人不愿意把心里话告诉父母,在他们看来,老人和年轻人在教育问题、婚姻问题等诸多方面存在异议,甚至完全相反的意见和看法,因此不愿意把心里话告诉父母,一是怕父母担心,二是即便说了,事情也得不到解决,还不如不说。

对于两代人沟通不畅的问题,不少年轻人和老人“不约而同”地坦言:如果能够彼此耐心倾听,沟通便成功了一半,可问题是,很多时候,双方都无法做到耐心倾听。



老人和子女间相互理解最重要

对于子女很少主动和自己聊天,调查中,有些老人也表示可以理解,“现代社会,竞争激烈,孩子们面临着各种各样的压力,可谓身心疲惫,所以不愿意和我们沟通,也是可以理解的,而且有时候,他们说的那些事,我们也听不懂,所以不如不说。我觉得只要他们回家后,能够陪我们吃吃饭、散散步,我就很知足啦!”78岁的王大爷说道。

还有些老人认为,子女们忙于工作和家庭,事务繁忙,藏着一些“心里话”不愿意和老人说也是正常的。比如,工作上的事,如果子女说了,老人不免要担心,长此以往,也影响老人的身心健康。因此老人与其“执着”于孩子不爱和自己聊天,诉说“心里话”,不如多帮子女分担家务,当好“依靠”,为子女们提供安慰和支持。

调查中记者发现,也并非所有的年轻人都抗拒和父母交流,也不是所有的老人都面临着子女不愿和自己畅谈的尴尬。“我和儿子儿媳有着说不完的话,他们遇到什么事都喜欢和我说说,有时候他们遇到烦

恼和困难,我也会帮忙出出主意,提提建议。我觉得,作为父母要拿捏好‘沟通’的技巧和分寸,多理解孩子,少唠叨,担当好‘倾听者’的角色,把握好适当的时机,说出自己的想法让孩子参考,如此一来,彼此间便不会有代沟。”家住合肥市王卫社区的赵阿姨还分享了自己的心得,“为了当好孩子们的‘知心人’,我经常去社区妇联、老龄办举办的‘心理课堂’听课。”

32岁的丁女士说,从小到大,父母一直扮演着“朋友”的角色,“他们一直非常尊重我的选择,从来不会干涉我的生活,所以我有什么心里话,也都会毫无保留地告诉他们,而且他们非常开明,喜欢研究新事物,所以和我几乎没有代沟。”

调查还发现,老人和子女都有自己的想法。互相之间有所保留,主要还是为了不让对方担心。事实上,想打破这种习惯,需要耐心和技巧,因此,子女应该坐下来,听父母把话说完,倾听也是一份孝心;与此同时,子女不愿说时,父母也要尊重和理解。

专家:多亲近多理解,弥合“沟通障碍”

对此,国家二级心理咨询师周金妹表示,年轻人与老年人出生的时代不同,必然会有不同的人生态度、世界观、价值观。年轻人要面对父母与自己的生活习惯、脾气性格等方面的差异,彼此间肯定会有分歧和异议,如此一来,“沟通障碍”很容易就出现。“有‘沟通障碍’是正常的,只要理性看待,两代人完全可以相安无事,如果不能正视问题,便可能会激化矛盾,平添烦恼。”

其实,年轻人与老人之间的“沟通障碍”并不是很难跨越,关键是要理解各自正在经历的一切,多亲近、理解、尊重,彼此的“沟通障碍”是可以弥合的。尤其是年轻人,要多理解老人的心理,找到与其相处的方法,才会让老人生活得开心,自己心里也高兴。

年轻人要多理解父母的封闭性和局限性,多关注父母在想什么,父母的生活方式怎样才能更充实、快乐,积极同父母分享自己周围的新鲜事;老人则要学会去理解年轻人的个性化、接近年轻人丰富多彩的生活现状,父母与子女共同向对方靠近,沟通才能变得更有意义。

“年轻人应该多和老人进行沟通,多陪陪他们,

多了解他们的想法,这样才能更加理解他们对我们的爱。”周金妹建议,子女还可以多鼓励老人参加一些感兴趣的活动或发展一些兴趣爱好,以丰富他们的晚年生活。

安徽省发展和改革委员会 分行业定价成本监审办法 向社会征求意见

安徽省发展和改革委员会根据《中华人民共和国价格法》《政府制定价格成本监审办法》(国家发展改革委第8号令)等有关法律、法规规定,制定了安徽省分行业定价成本监审办法,2019年5月16日至5月19日向社会各界征求意见(请登录安徽省发展和改革委员会官网fzggw.ah.gov.cn民意征集栏目)。