

家庭會議：解決衝突，教導公平

譯者：劉如菁 by Thomas Lickona



家庭會議

可以解決家庭衝突

突，同時促進孩子的道德發展。藉著讓孩子發言和分擔責任，來創造幸福快樂的家庭，同時強化我們作父母的權柄和在家中的領導力。成功的家庭會議可分成三部分：(1) 達到彼此的了解；(2) 用對大家都公平的方式解決問題；(3) 切實執行。有一位母親跟7歲的James和5歲的Elizabeth第一次開家庭會議：

■ 第一步：表明目標是公平

母親：James、Elizabeth，你們兩個相處上有個問題，我想跟你們談一談，看看我們能不能找出公平的解決辦法。

■ 第二步：表明目標是了解

母親：第一，我希望你們了解我對這個情形的感覺，然後我想知道你們有甚麼感覺。

■ 第三步：表明你是從父母的觀點來看

母親：孩子們，當我看見你們兩個在吵架時，我就非常生氣，然後我開始對你們大吼，結果我們三個都很不高興。我希望以後你們要好好相處。

■ 第四步：引導出孩子們的感受

母親：我已經把我的感覺告訴你們了，現在我想聽聽你們的感覺。

James：每次我做甚麼Elizabeth也要做，我坐哪個位子她也要坐那個位子，我玩哪個玩具她也要玩那個玩具。有時候她還會打我。

Elizabeth：James打我，害我哭。他不跟我玩。還有媽媽我不喜歡妳大吼。

■ 第五步：覆述孩子的感覺

母親：James，你覺得Elizabeth每次都想跟你一起坐、一起玩。還有你不喜歡她打你。Elizabeth，妳說James打妳讓妳哭，還有他不跟妳玩。還有妳不喜歡我對你們大吼。

■ 第六步：讓孩子覆述妳的感覺
母親：你們還記得我一開始怎麼說這件事的？

James：妳希望我們不要吵架，因為大家都不高興。

■ 第七步：一起想出解決辦法

母親：我們可以怎麼樣讓情況改善呢？我們一起想想看有甚麼辦法對大家都公平。

母親想出的解決方法：

1. 不可以打人。
2. James應該嘗試教Elizabeth怎麼玩他在玩的
3. 媽媽不應該對孩子大聲吼
4. Elizabeth應該嘗試有時也要自己玩
5. 每個人說話都應該好好的說，做有禮貌的事

■ 第八步：擬出公平計畫並約定我們同意以下計畫：

1. 誰都不可以打人或對別人吼——媽媽、James或Elizabeth都不可以
2. James應嘗試每天至少跟Elizabeth一起玩一次
3. Elizabeth有時應該嘗試自己玩
4. 每個人都應該好好的講、做有禮貌的事

我們都在這個約定上簽名。

■ 第九步：計畫一個跟進的會議
我們把決議貼在冰箱上。接下來兩天我們要一起把有禮貌的話和有禮貌的事記下來，James同意幫Elizabeth作記錄。我們都同意要把我們的計畫告訴爸爸，而且要在兩天之後再開會，檢討我們做得怎樣。

■ 第十步：跟進

把大家所說和所作的有禮貌的事情，一條條念出來。我們都覺得每個人都變得比較好了。

母親：James，我很高興看到你會跟Elizabeth一起玩。這兩天裡面我只跟你提醒過兩次而已。Elizabeth，妳也有對大家更有禮貌。

James：媽媽，我很高興妳都沒有對我們吼了，Elizabeth也沒有打我。

Elizabeth：James有跟我玩，還讓我跟他一起坐豆豆袋。

媽媽作結論：

我們家現在更幸福快樂了，我們要繼續對彼此說和做有禮貌的事，讓這張單子越來越長，好嗎？爸爸也要加入我們。我們要用這個公平的辦法跟別的小孩討論問題，甚至爸爸和媽媽有問題

時也要用這個辦法解決。

公平的會議不必長，5歲大的孩子想跟哥哥玩30分鐘，可是哥哥想一個人玩。在父母的協調下，他們同意一起玩15分鐘，自己玩15分鐘。

有些結果可以視需要加進整個計畫裡：玩過的玩具要收起來，如果媽媽在地上撿到玩具，就要禁止兩天不能玩那個玩具；用汽車要在半夜之前開回家，否則失去兩星期開車的權利。最主要的是，結果要大家都認為公平。

本文摘自李寇納著作Raising Good Children 中文版《美式家庭—品質教育家長對策》（海南出版社，2001）■

成功的家庭會議七祕訣

1. 選擇一個實際的問題來召開家庭會議（譬如：早晨的忙亂、家事分配、睡覺時間、看電視政策、讓餐桌氣氛更愉快，孩子們和諧相處）。
2. 開會之前，先個別談話：配偶和每個孩子對這個問題有甚麼感覺？強調你想找出一個對大家都公平的解決方法。訂出一個大家都能參加的開會時間。
3. 開會之前做一件讓大家都感覺很好的事情，比方邊吃晚餐邊進行「感謝讚美時間」——每個人都說說別人說過的好話、做過的好事。
4. 假如預定開會的時間到了，而全家氣氛不太好，就延後。
5. 會議一開始先讓大家承諾一起合作找出解決辦法：「讓我們有一個正面的討論，聆聽和尊重彼此的意見。目的不在責怪——在解決問題。」
6. 保持會議的節奏輕快，不要超過半小時。
7. 把決議通過的計畫寫下來，大家簽名，然後張貼。還要決定下次甚麼時候開會檢討。