

CONVERSATION STARTERS

談話啟動器

尽管父母和看护者知道他们想谈论什么，但是他们想不出如何将其引入且真正开始谈话。这里有一些如何「跳入」话题的想法！

运用「可教的时刻」

我们都曾经和孩子们在车上一起摇滚前往最新「阻塞」（「爵士」音乐会）路上，你突然听到某些涉及性甚至可能令人反感的言语或歌词。

「我知道你喜欢这首歌，但我必须评论这些歌词，因为我觉得他们代表了我反对的东西.....」 或者

「嘿，他刚说了『XXX』吗？我很好奇你知不知道那是什么意思。」



另一种方法是以和孩子提到你记起某些触及你想讨论的话题或问题的事件、电影或电视节目为开始。



「Sara, 记得我们在电视上看到的那个节目，那个女孩想知道为什么好像她的成长速度比她所有的朋友都慢？我一直在想这件事，而且我想和你谈谈这件事。」

询问意见或建议

「我有一位朋友很烦恼，因为她听到女儿说她想和一个大男孩出去玩。她问我的建议，我想知道你觉得我应该告诉她什么。」

采取直截了当的方式

「Miguel, 有件事最近在常我脑海里，我想跟你谈一谈，现在是好时机吗？」

如果你的孩子说现在不是一个好时机，那么尊重他们的界限，并询问另一个比较好的时间。

承认它在开始时可能觉得尴尬是没关系的

「我知道和我谈这个话题可能会感到不自在，但我爱你，你有足够的资讯为自己做出正确的决定对我很重要。」

认识你的资源

提供你已预览的书籍和网站给他们。有些孩子可能不想和你谈，或者在你尝试开启对话后甚至拒绝谈话。试着把一些你认为内容丰富且适合年龄的书籍留在外面明显处，并确保不时开启谈话以进行澄清。

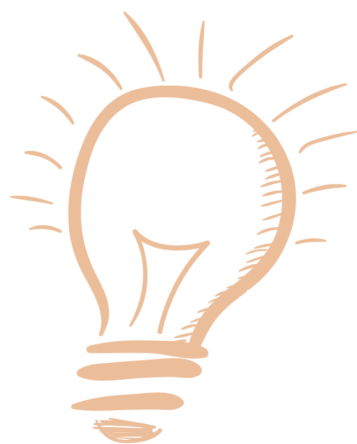
尝试「重来」

如果你想要补充更多信息或更改起初所提供的信息，重新谈论原先的对话是没关系的。

「对了！Jane, 昨晚我在想我们的谈话，我想改变我说过关于...」

玩得开心！！

只要你的孩子不觉得你在取笑他们或他们的选择，绕着这些主题大笑或犯蠢是没关系的。



回答困难的问题

一旦你的孩子开始感觉与你讨论这些主题很安全时，各种话题就会出现，并且可能会（一定会！）考验你。这个工具是回答这些问题的指南。当然，每一种关系都是不同的，需要当下的灵活性和创造性。让乐趣开始吧！

Breathe • Affirm • Clarify • Hear • Explain and Empower

呼吸 • 肯定 • 厘清 • 倾听 • 说明及赋予力量

B 做个**深呼吸**，以及做你需要做的事情让自己专注在**当下**，使自己能够充分倾听，并冷静而周到地回答或作出反应。

A 对你孩子的提问给予**肯定**，并提醒你的孩子你无条件的爱与支持。然后，如果需要的话，花一点（或更多！）时间想一下。

「这真是个好问题！」

「嗯…这是个有意思的问题。让我想一下。」

「呵呵— 你知道吗，我还真不太确定怎么回答这个问题，但我很高兴你问了！我需要（与别人交谈，做一些研究）再回答你。我可以明天告诉你吗？」

「我很高兴你问我那个问题。你知道，即使你告诉我你认为我可能会不想听的一些事，我无论如何都将永远爱你的。」

C **厘清**。试着辨别你的孩子已经知道的事情和对这个话题的信念，并找出问题背后的动机。询问问题以了解你的孩子在寻找什么类型的答案。



「那你觉得答案是什么？」

「关于（这话题）你知道了些什么？」

「你认为（所提到的人）应该怎么做？为什么？」

「我只是想知道是什么引起你这个问题？」

然后**停顿**至少十秒钟再张嘴说话，即使这感觉像永远！

H **倾听**你的孩子在说什么。在回应之前请充分**倾听**。如果你能让孩子先说话，你会学到很多关于你的孩子的知识水平和信念！

E **说明**事实，消除迷思或错误信息，并回答问题。**阐述**并教导你的价值观。如果相关的话，请描述一系列的信念，如果你认为有帮助的话，也请说明你的信念。在陈述你的信念之前，你可能会想先问问你孩子有什么想法。

鼓励并**赋予**你的孩子自己做主提出答案/资源的力量。

「你想让我给你展示一些可能在这个话题对你有帮助的网站/书籍吗？」

「我们还有谁能问这个话题？你还可以去哪里获取信息？」

「你已经考虑过些什么来处理这种情况了吗？」

有关如何与你的孩子讨论性问题的更多信息，以及关于可与他们分享的推荐书籍和网站，请查看我们网站的「家长资源」“Resources For Parents”：

www.bacheinfo.org



让新工具动起来

★ 列出一两个你害怕被问到，或者你不确定如何回答的问题。然后与你的伙伴一起阅读它们，并在你构思答案时，记录每一步骤。 ★

1.

2.

Breathe

呼吸

Affirm

肯定

Clarify

厘清

Hear

倾听(你的孩子可能如何反应?)

Explain/Empower

说明/赋予力量

行动步骤

关于性别、青春期、性、以及健康关系，你希望你的孩子了解些什么？

列出三项从这个研讨会中你想要记住带回家的信息或想法：

什么主题是你想在下个月和你孩子谈谈的？

你对学校/教师/校长有什么问题或疑虑？你将如何以及何时追踪后续情形？