

**兒**童能夠成為好朋友，除了有共同興趣之外，最主要的原因是雙方有良好的溝通。有良好溝通能力的人，人際關係也自然良好。

人人都需要溝通，這是兒童能夠明白的，如：在一次比賽中得到好成績，兒童自自然然會急着想告訴別人。我們亦可以引導他們回想，被冤枉而沒有申訴的機會時，內心會有什麼感受呢？

溝通是雙向的，有一方講，就有另一方聽。如果講和聽的關係不平衡，兩人的關係不會有很大的進步。很多兒童只顧講，不懂聆聽，對方心裏感到不被尊重，自然沒有心情與你相處，就會慢慢地疏遠你。

另一方面，也有不少兒童很文靜，很少表達自己，甚至連正常的情緒及意見都不能表現或表達出來。有些人會以為這樣的兒童很乖，其實這是不一定的。事實上，表達意見的同時，兒童正在組織思想，對提高思維能力很重要。表現情緒也很重要，因為人的內心正像一個壓力鍋，平時不懂處理情緒，到爆發時處理便變得非常困難。

最後，溝通時亦必須時刻表達對別人的尊重。教師和家長可提醒兒童，在與人溝通時要多說有禮貌的話，同時要小心不可出口傷人。要讓兒童掌握這些溝通原則，最佳的途徑莫過於讓他們透過角色扮演及模仿成人示範，多作練習。

**鄭建生博士**

前香港大學亞洲研究中心助理教授