

关于讨论与说教之区别的沟通方法分析

本文系知乎问题“为什么有些人不喜欢承认错误？”的回答

摘要：

这篇文章分析了“讨论”与“说教”的区别，指出有效的沟通应基于平等讨论而非居高临下的指责。文章解释了人在面对外部批评时下意识辩解和自我保护的的心理机制，认为反思应是循序渐进的过程而非一蹴而成，并且指出当双方对“对错”有分歧时，本质上可能是考虑因素不同导致的观点差异。

如果是出于善意的目的想要让一个人产生好的改变，“讨论”要比“说教”有效得多。

例如：A认为你的这件事情做得确实不妥当，因为……所以……B则说我之所以选择这么做，是因为……（一般人回复会下意识地先解释原因，而不是先承认错误，除非能第一时间认同这个地方确实是错误的，但大多数情况下这是极难的，尤其在没有任何清晰判定标准的事情方面）。A说你这么做确实有原因，但你其实可以做得更好或者你考虑得不够全面，所以……B说：是的，我确实做得不是非常妥当（如果B认可了A的说法）；或者说：不，我考虑到了你说的这些因素，但是我考虑到了更多的因素，所以……（如果B没有认可A的说法）。

在这种情况下，无论B最终有没有认可A的说法，这个讨论都属于“有效讨论”。即使最终B没有认可A，但是在做同样的事情的情况下依然会考虑得更加全面，或者自行反思做得还不够好的地方。

并且这里还有一个需要注意的点是：绝大多数普通人对于错误的反思都是循序渐进的，而非一蹴而成的。这实质上是每个人必须的心理保护机制，而缺乏这种保护机制的人反而不适合在这个社会上生存。因为缺乏这种保护机制的人更加容易在意他人的言语攻击而陷入自我否定甚至最终自我终结。

也许我们可以关注到这种自我保护机制形成的原因，然后说“这种保护机制必然是合理的，但是我们也应该在应该自我反省的时候认识到这种保护的不合理之处而放弃保护”。但是现实显然是比这个要复杂太多的，绝大多数情况下我们都不能在第一时间去清晰判断一个来自外部的侵入究竟是善意的还是恶意的。

所以当我们第一时间指出一个人的错误的时候，绝大多数人的反应当然是辩解和自我保护。但是在一段时间以后，当对方通过分析意识到这个指出是有理的时候，会在潜移默化的长时间之下自动吸收到这个新的信息来进入自我反思（因人而异，如果这种保护过强会变得完全听不进去）。

所以当我们认为对方某一件事情做错了，需要先确认的一个大前提是：对方认不认为这件事情做错了。如果一件事情，我们认为对方做错了，但对方认为自己没做错，那本质上其实是考虑因素的不同导致的差异，而不能直接武断“对方错了，但对方不听”。因为反过来说，如果换到对方的视角，我们才是“错误”的一方。这种情况下，我们是没有资格“说教”的，而是“讨论”一件事情到底是对还是错。而如果对方也认识到这是错误，但是迫于面子而不想公开承认，那就完全属于另一种情况了。而我们也必须考虑到公开认错对更多因素和事情的影响。