



## 家庭溝通

陳熙商

參加家庭支持方案，令我印象最深刻的課程是親子溝通，想想以前還沒有參加收容人家庭支持方案時，每次寫信回家就只會跟父母親、弟弟請安、問好；自從我參加家庭支持方案之後，學會透過家書和家人清楚溝通，以及用更好的方法與家人互動。

其實，我參加家庭支持方案最主要的目的，是想改善父母之間的關係，希望能讓父母盡棄前嫌，重新建立家人的情感。瓊華老師也常提醒我：父母多年的心結是冰凍三尺，非一日之寒，需要花更多時間去處理才能奏效。我渴望能促成父母再次牽手，是我此次參加這個課程最大的心願。

在參加家庭支持方案課程中，我學習到怎麼和家人互動、溝通；學習到說話語氣的運用，一句話的表達方式不同，效果就不同；也學習到有效的人際溝通方式，如同理專注、積極傾聽，不要一開始就否定對方，只要能全心全意、專注聽對方說話，就容易了解對方的想法與需求。

服刑至今已18年，自從參加家庭支持方案課程，讓我對親子間的感情更加重視。本來父母親已分居十幾年了，這段服刑期間，每次媽媽和弟弟來看我時，我都會在無意間提到爸爸；當爸爸獨自一人來看我時，無意間我也會提到媽媽和弟弟，讓爸、媽知道彼此心裡都互有關心。我希望這個家能像斷骨重生一樣，有機會變得更加圓滿、堅固，所以我特別會找話題，例如：我這次高中段考的成績單要寄回去哪兒呢？爸和媽當然都會

想知道我考得如何？爸爸回答說：寄去媽媽那兒好了，過幾天我再去家裡看。由此可知，爸爸已不再這麼強勢，會考慮到媽媽的立場。漸漸的，爸媽開始會相約一起來看我，我也發現父母開始有互動、有話題，我在想，只要父母有互動、有話聊，那麼我就成功一半了，而另一半，當然必須靠父母雙方。所以我會找機會，例如：之前過年前有面對面的懇親家庭日，爸爸就會約好去載媽媽和弟弟，我知道一路上爸媽一定會閒聊，而閒聊的話題也幾乎都是「我」。經過弟弟證實，爸爸對媽媽說：「你兒子這次考試有進步哦！要怎麼獎賞他呢？」媽媽就說：「你兒子喜歡吃你煮的滷肉，下次你親手煮給他吃吧！」就這樣，爸媽開始有良性互動，漸漸的，雙方開始有重新接受對方的意思，我使用老師教我的方式，一方面和爸爸通信，一方面和媽媽溝通，而弟弟就幫忙在兩人身邊敲邊鼓，終於在前年有了好結果。

前年，爸爸一個人來看我，我發覺爸爸臉色不好，當下我問爸爸：「您怎麼了？」爸說：「沒事，只是小感冒，過幾天就好了。」當下，其實我很自責，也很難過，自責自己沒能在爸爸身邊照顧他，難過的是爸爸生病了還堅持來看我。我趕緊寫信給弟弟，請弟弟去看爸爸，後來弟弟來看我時，告訴我爸爸因為感冒引起肺炎，媽媽已經在醫院照顧爸爸好幾天。我心想，也許爸爸住院的這段期間，雙方已盡釋前嫌，言歸和好。

弟弟有個交往許久的女友，弟和我說他



求婚成功了，我也替他開心，在弟弟即將娶妻的話題中，我提到爸一個人住在外面我都不放心，剛好爸媽開始替弟弟尋找新居，我便趁這個難得的機會，與弟弟做了一次深入的溝通。

媽媽看了好幾間房子都不滿意，不是太貴就是太遠，加上弟弟有預算上的壓力，便提議媽媽把原本住的房子賣掉，再加上弟弟的預算，就可以買一間大一點的房子，大家住在一起，不但可以互相照顧，爸媽還有剩下一點錢留在身上做生活所需，這樣不是很好嗎？弟弟對媽媽提出這個建議，媽媽來看我時，對我說：「你覺得讓你爸爸搬來和我們一起住好嗎？」我說：「這您說了算，看您是否已經原諒爸爸，肯不肯再給爸爸一次機會！站在兒子的立場，我當然希望你們能復合，爸爸的改變相信您是有看見的。」

不久，弟弟準備迎娶新娘，爸媽也達成共識，買了一間大家都喜歡的房子，這一切

的一切都如夢境般的實現，感謝上蒼再次給我一個圓滿的家，感謝父母親、弟弟的互相包容，現在一家人團聚了，父母親也等著我回家全家團圓。

最後，我要向中華民國家庭教育專業人員協會表達謝意，感謝協會的關懷與幫助，感謝瓊華老師的教導，讓我學會如何與家人溝通。更感謝嘉監的用心，讓我有機會讀書，讓我從不識字到識字，更從課程中懂得感恩我的母親身兼父職，含辛茹苦把我和弟弟拉拔長大。我不想再浪費人生，我要把握學習的機會，努力讓自己更好。同時透過家庭支持方案，把內心情意與家人分享，要讓老師教導的正面能量，隨時傳遞給父母親，進而改變我與家人的關係；我也會繼續接受老師教導，常常寫信回家與家人溝通、分享、報平安，學會因應挫折，時時克制情緒，平靜面對未來。

## 早日找到回家的方向

黃耀賢

落入人生江湖夢，醉醒復來一場空，  
此路長恨無絕期，莫再執迷不悔中。

眼前有著粼粼波光的海洋，海燕正在藍天裡翱翔，而那水光映著燕的飛翎，在粼波間載浮載沉，晨曦雲靄在水面向上迤邐，看那柔滑的微光也於黎雲中漣漪蕩漾、擱淺，那是夢幻中的彩霞。我的目光隨著遠方的海面，順著海燕一起滑翔，飛入霓虹色的夢呀！定格的瞬間，拾起了夢想的碎彩，慢慢的航向不知的未來。

未來往往在那迷濛的霧裡射出一束細光，而服刑的我便默默無語追尋著那一道束光。記得，每當風起之時，我的心盤桓在一個偉大的願望中，一串真實，再真實不過的夢想。在美麗的夜空裡，因一顆悔悟的心，而產生懺悔的意念，足以代表過往數十年來，在現實與夢想的天秤上，平衡不再動搖，內心的堅忍和奇異的水平，帶領著重生的夢愈