

吵架與愛家

林歐陽婉玲（教育心理顧問）



在你的家裡，有沒有常常吵鬧不和呢？是甚麼人的態度和言語最使你失控呢？你們的爭議，有多少事情只是一般生活的無聊細節？你怕不怕自己如果没有化解的能力，最終會引發關係的破損？夫妻之間的冷戰、親子之間的破裂、子女之間的爭鬥，分分鐘都會令你的家庭關係產生危機，甚至婚姻出現裂痕-「冰封三尺，非一日之寒」。再看今天的香港時局，意見不合，就馬上變成爭議的局面，太衝動，太可怕了！那麼你有没有反思自己，有沒有一套「以人情為本」的守家之道呢？我覺得今天與人相處之道，必須裝備好自己的身教，讓子女領會怎樣處理意見的不同，怎樣經歷爭拗與和好。

在我修讀調解課程後，我更相信人際關係的課題，可以從輔導員和調解員的專業，去學習「基本的溝通」技能：聆聽別人、感受對方；如何設身處地去看對方的需要？放棄各自立場競爭，務求啟發雙方共贏，找出可行的方案。

如果能夠這樣處理事情和感受，一家人才能以和為貴，大事化小，小事化無。要爭鬥打架，倒不如合手祈禱，祝願家庭和諧，社會安定！



喚醒一個活潑，好學、有愛的心靈

A spirit to live, to learn and to love

☎:25059226

www.buddies-station.com