#069期培訓

改變的開始，愛在流暢

文／守怡 **2012-09-23**

感謝愛團工作團隊的辛苦，於9/22-9/23二天的活動課程讓我收穫滿滿。

活動結束9/23當晚，我請我兒子教我申請FB帳號，無奈他一直忙於電腦前，現在難得請他幫一下忙，卻未得到立即協助，經幾次提醒他，卻也比不上網路遊戲的順位，想到之前他一有需要幫忙的，我大都優先回應與支持他，他當時未即刻申援，令我生氣與失望。後來在先生協助下也終於申請到FB了。但我謹記雲蘭理事長今天告訴我們:必須將心與頭腦分開，愛孩子是無條件的，愛必須及時。所以我告訴自己，至少這次縮短生氣時間，必須將停損點設在隔天孩子出門前。

孩子出門前，我請他來找我，我問他有甚麼要跟我說的嗎?他說:讓他想一下。我說:不急，等今晚想到再告訴我。接著就抱他一下，並告訴他:我昨晚是對他的行為感到生氣，不管他做了甚麼，媽咪都永遠愛他。9/24晚上我告訴他:昨晚是生氣難過他的行為，但父母對你的愛是一輩子的。他解釋:因昨晚在玩電腦遊戲。對不起!

他說到了學校才在想關於我早上給他的回應。不過媽咪才參加二天愛團的課程，就改變得這麼大，他要花時間來重新適應一下。我問他：那你喜歡哪一種行為的媽咪？ 當下他說：他不知道，要想一下。過了幾天，我再問他，他說：當然是現在的媽咪。

女兒以前不大喜歡我陪她做功課(因為我對她不大有耐心且她討厭數學)，但9/24晚上寫功課告一段落於洗澡前，她就主動把我抱得好緊(通常是睡前我主動抱她)。她常問我現在幾點了，我調整以另一種相處模式來伴讀，自稱為「布穀」，她就為「布穀寶貝」。我將她做錯數學題關鍵處，說成：這是大野狼的陷阱，布穀寶貝要小心，才不會掉到大野狼的陷阱哦! 9/25她出門前，就主動預約我晚上要陪她做功課。

就連我先生也說，我於上課後變得比較有耐心，跟以前不一樣了，上課可以有這麼大的改變，那妳以後都去上課!

於愛團課程前，桃子的引導與貼心關懷；課程中心莉的真誠鼓勵與溫暖關懷；雲蘭理事長帶領我們傾聽自己內在的聲音；文蘭的積極傾聽與正向肯定回饋等，都讓我深受感動。感謝愛團夥伴們對我的溫暖關懷，給予我信心與支持，讓我產生改變的行動力量，就從改變自己開始做起。

也感謝愛團給了我改變的機會，讓我們家庭開始有更良好互動的溝通機會，我們彼此感受到愛在流轉。感恩愛團賦予的神奇力量，讓我們重新認識自己，讓孩子有更多更好的可能。感謝愛團所有工作團隊們!