

話 中的秘密

文/督導員賴芳琦、社工員高嘉蔚
圖/黃燕茹

家人關係親密又衝突，親子相處會因意見不同或表達方式不適而引起衝突，爸媽該怎麼正確表達內心真正的想法及關心？少年又如何正確解讀呢？讓我們看看這些生活中常發生的小事件吧！

情境一

妳為什麼晚上10點才回來？

妳別擔心。

妳今天比較晚回家，我很擔心是不是發生甚麼事？

妳可以這樣說...

情境二

妳穿這樣很難看，去給我換掉。

多要個煩。管衣，那服，麼也穿。

別著涼了！

我可以搭配喜歡的衣服，但裙子較短要注意安全避免曝光。

我會注意安全，也有帶外套，妳放心。

妳可以這樣說...

情境三

只會滑手機、玩電腦，書都不好讀。

直死玩一會，直唸很煩。

電話費6000元，你自己想辦法。

書唸累了玩一下電腦沒關係，別玩太久喔！

小媽，我先玩半小時，再繼續看書。

妳可以這樣說...

情境四

甚麼都要管。

你是學生，應該以唸書為主，不要每天都跟朋友鬼混。

我不會限制你交朋友，但你要慎選對象。

找時間約朋友來家裡玩！

爸，我知道了，改天介紹朋友給你認識。

這麼愛唸書，自己去唸。

妳可以這樣說...

結語：
親愛的爸媽、孩子～說話是一門藝術，正確的表達能讓彼此了解心中的想法，也能減少衝突誤會，建議家長試著以理性情緒表達關懷，提醒孩子學習同理家長感受，就能增進親子溝通，讓我們一起練習打開「話中的秘密」吧！

勿觸「法」網

親子衝突可能發生的觸法行為

- 口語衝突可能涉及：
 - 公然侮辱罪**-公然侮辱人者，即對他人有輕蔑表示之行為。
 - 恐嚇罪**-以加害生命、身體、自由、名譽、財產之事，恐嚇他人致生危害於安全者。
 - 誹謗罪**-意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者。
- 肢體衝突可能涉及：
 - 傷害罪**-傷害人之身體或健康者。

面對親子問題可諮詢的管道

| 諮詢單位 | 聯絡電話 |
|---------------|----------------|
| 全國保護您（婦幼保護專線） | 113 |
| 全國統一諮詢輔導專線 | 4128185 |
| 婦女健康支持服務專線 | (02) 2533-0300 |
| 臺北市家庭教育中心 | (02) 2541-9981 |
| 張老師專線 | 1980 |
| 臺北市少年輔導委員會 | (02) 2346-7601 |
| 勵馨基金會 | (02) 2367-9595 |