



「家庭守望者」聯繫家人情感

美麗才女周子寒，不但出過多張唱片，還擔任其他歌手的唱片製作人！近年來轉而投入環保節能事業，自在做本分的她，總以包容的心誠懇待人，享受平淡的個性其實是受到原生家庭父母教養的影響。在事業之餘，她更是家中的「家庭守望者」，成為家人間情感聯繫的重要橋樑。

周子寒口述／劉純婷整理



以《吻和淚》、《聽說你離開他》等多首膾炙人口的歌曲打動無數聽眾內心世界的周子寒，從小在小康的家庭中成長，父親雖然收入不高，但總是維持穩定的工作，讓家人衣食無憂。母親是個單純的家庭主婦，但十八般武藝樣樣精通。勤儉持家的她，自學的裁衣技能，包辦了一家大小的服裝，甚至周子寒第三張唱片的打歌服，都是母親的手藝。不只如此，氣功、古箏、二胡，樣樣難不倒別人口中的「謝老師」呢！在耳濡目染之下，周子寒因此也走入音樂之路。

在父母身教下學習生活的技能與藝術

雖然母親20歲就結婚，但婚後一直好學不倦，除了自學之外，她後來進入補校進修，還成為學生代表，並選擇就讀幼保科，成為孩子最好的榜樣。在她的訓練下，家裡小孩個個從小學開始就會洗米煮飯，可以說在母親身上，周子寒學到了生活的技能與藝術。

父親是個善良、樂觀的人，卻不善言辭表達，但家人當中只要誰有需要，他總是默默伸

出援手。這樣一位個性正直的人，對子女的期望並不要求大事業、大成就，只要好好念書、就業，發揮自己的興趣與能力，父母當然盡全力支持、栽培。

不過小時候若是姊妹打架，那皮就得繃緊了，因為父親的管教可是相當嚴格的。而且由於父親不善話語表達，所以周子寒也較少從父親口中得到鼓勵。因為孩子總是模仿父母，在她認識到原生家庭帶來的影響後，現在對姊妹的子女，她都會注意要多多給予讚美與擁抱。周子寒認為，「傾聽」是經營家人關係的一大重點，透過學習跟練習，可以破除原生家庭不好的影響，重新出發。培養親密互動，不需要多奢華的物質享受，只要真心的關懷與陪伴，就是表達「愛」最好的方式。

固定家族聚會，共度幸福時刻

現在周子寒成為家人間情感聯繫的重要橋樑，有時候父母鬥嘴還一定得她仲裁呢！周子寒表示，在小孩長大後，父母可不只是父母，我們還要能當父母的朋友！家庭「守望者」這樣的角色，就在於多傾聽、多關心，父母親的反應，即使只是芝麻綠豆般的小事，也顯示了他們「在意」的訊息。身為子女遇到這種狀況的處理祕訣就是發揮同理心，也不需動氣，不必介入父母的情緒，只要聆聽父母傾訴，然後表達關懷，並鼓勵父母在年老的生命中，多尋求同齡朋友的陪伴。

在忙碌的工作中，透過電話噓寒問暖，就能展現對家人的關心。尤其周子寒的姊妹們和弟弟都已結婚生子，在每兩、三週的家族聚會中，小孩的成長就成為備受關注的話題。

父母含飴弄孫，三代同堂享受天倫之樂，光是「在一起」吃飯的家庭聚餐，與熟悉的親人共享懷念的「媽媽味」，這樣熱鬧的畫面就是周子寒感受最幸福的時刻。在生活、興趣、休閒各方面，這家人都很像。由於家人都愛「拈花惹草」，所以踏青也是全家最常做的事情。當然外出踏青也不忘拍照留念，做為下次聚會的分享。

知足常樂的人生觀來自父母的影響

周子寒與家人雖說居住的距離不近，但彼此的關係是相當親近的。

在父母眼中這個溫和、體貼又負責的乖女兒，細心的維護家人間的聯繫，策劃著一次又一次的家族聚會。而父母對周子寒始終如一的

愛，總是了解她的需求，並設法滿足她，這讓周子寒深受感動。在這樣的家庭中成長，對周子寒影響最大的就是她獲得了「知足常樂」的人生觀，看到父母數十年來的相處，就是夫妻同心維繫婚姻的模範。

目前周子寒與男友穩定交往中，未來她希望彼此更堅定信仰，得到神的祝福邁向婚姻。婚姻像是一道門，雖然自己尚未親身經歷，但她也期待能與另一半白頭偕老、幸福、美滿。📖

給家人的話：

給父親：希望爸爸開心、平安，愛惜自己的身體，注意自己的健康，繼續努力戒菸。

給母親：希望媽媽盡情嘗試，做自己開心的事情，不用過度擔憂子女。

愛家行動：

睡前或出門時給家人一個擁抱、親吻或禱告。



親子萬花筒

親子共享樂趣多

容容

兒子前陣子迷上了韓國天團的「Sorry, Sorry」舞，走在路上會邊哼歌邊扭腰擺臀，寫功課時聽著CD也不時扭兩下，還說要用這首「Sorry, Sorry」參加學校的創作舞大賽。在兒子的說學逗唱下，我也被他感染，晚上對著鏡子扭了兩下，才發現有些「發福」的身材動起來很滑稽，但還是忍不住想試一試。

這讓我想到以前讀書的時候，喜歡看武俠小說，但威嚴的老爸卻認為這是誤人子弟的閒書，絕對不准我看。不料有一次午休時間偷看《鹿鼎記》，被老爸發現，我以為這下完蛋了，沒想到兩天後，老爸把書還我，還說這本書滿有趣的。原來老爸看了這本書，竟也被吸引了，從此不再禁止我看武俠小說，而且他還會跟我來查看，一本「閒」書，讓父子都看得津津有味。

看來，親子一起分享真是件好事，常常能發現共同感興趣的東西而化解矛盾和誤會，即便是年紀漸長，有些喜好我們不願輕易的表達出來，但其實內心還滿希望有機會「表現表現」。

孩子的「不俗」和年輕人的「愛現」，其實有著異曲同工之妙，當他們願意與人分享時，父母不妨摘下「面具」，與他們同樂一下，喜不喜歡是一回事，但共同分享的奇妙體驗和樂趣可是千金不換呢！📖