

山姆——試一試

我曾經對參加教育計劃 這件事有點抵觸。

因為我從來沒有參加過小組計劃。

我從來沒有試過好好坐下來向大家 談論我的經歷

和我的感受。

但當與家人及其他人商量過後， 某種程度上幫助了我……

說服了我坐下來加入小組，

就為了 看看這個計劃能對我有多大影響。

但當與其他小組成員 和輔導員相處過後，

他們讓我感覺 很舒適。

而當我感到自在後， 我就更容易敞開心扉，

與大家談論我的感受， 當我表達感受後， 我彷彿看到不同的思考方式，

而且，我想， 我應該嘗試走不同的人生道路。

而且，我現在 與其他成員相處已經變容易得多了，

我已經能夠坐下來 談談我經歷過的事情，

談談我的真實感受，還有，

我意識到……

原來我可以用不同的方式 來看待生活中的其他事情。

這已經不再是一條「單行道」了。

它變成了一條「雙向道」。

而且，我現在實際上感覺良好，因為我以前經常把所有事情都放在心裡，

憋得太久了。

是的，我認為說出來會令我內心舒服多。