

親子搭起共律的橋樑

(1-6年級父母)

2014/12/7 慕主家庭講座 (五)

2014 慕主家庭講座

週日 12:30PM-2:30PM @瑪哈念廳

- 5/18 小寶貝, 大夢想(所有父母)
- 6/22 夫妻同心, 孩子幸福(所有父母)
- 8/10 青春期孩子的窩(teen & pre-teen家長)
- 10/5 愛與管教的手 (0-6歲家長)
- **12/7 親子搭起共律的橋樑 (1-6年級家長)**

10/5愛與管教的手 問卷統計結果

| 總參加人數 | 參與問卷調查者 (10位) |
|-------|----------------|
| 18 | 9位 (0-5歲孩子父母) |
| | 1位 (18歲以上孩子父母) |



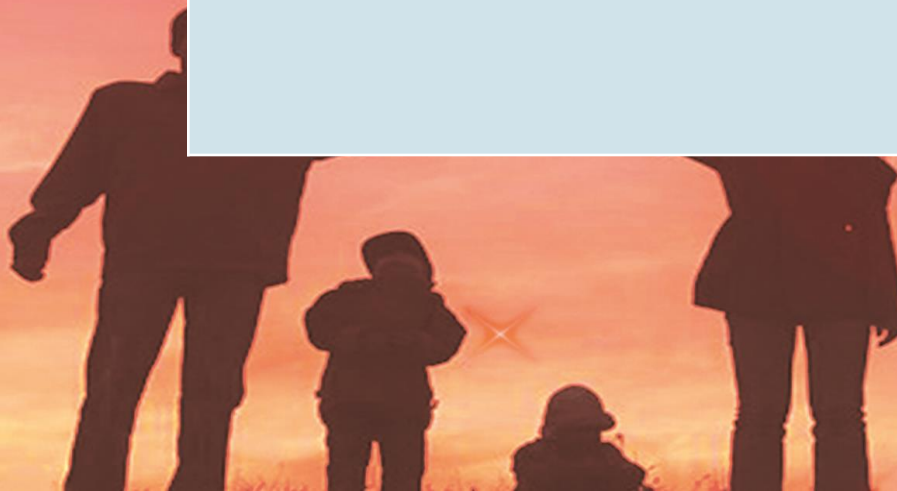
8/10 青春期孩子的窩 問卷統計結果

| 總參加人數 | 參與問卷調查者 (8位) |
|-------|-----------------|
| 52 | 1位 (0-5歲孩子父母) |
| | 4位 (6-12歲孩子父母) |
| | 2位 (13-18歲孩子父母) |
| | 1位 (18歲以上孩子父母) |



6/22 夫妻同心，孩子幸福 問卷統計結果

| 總參加人數 | 參與問卷調查者 (23位) |
|-------|-----------------|
| 70 | 9位 (0-5歲孩子父母) |
| | 10位 (6-12歲孩子父母) |
| | 2位 (13-18歲孩子父母) |
| | 2位 (18歲以上孩子父母) |



5/18 小寶貝，大夢想問卷統計結果

| 總參加人數 | 參與問卷調查者 (37位) |
|-------|-----------------|
| 110 | 16位 (0-5歲孩子父母) |
| | 13位 (6-12歲孩子父母) |
| | 5位 (13-18歲孩子父母) |
| | 3位 (18歲以上孩子父母) |



慕主家庭講座 資訊

- 問卷: 滿意度
 - 網頁: 講座的錄影、摘要、單張....
- 請見: www.frcc.us/familyworkshop
- 聯絡: 聖玲 (510) 565-8568
或 email: frcc.family@gmail.com



今日講員介紹

林管恩佩師母

- ❖ 宗教教育碩士，哲學博士
- ❖ 主修兒童教育，副修教育基礎
- ❖ 常應邀於華人教會與社區中帶領基督教/
兒童/親職教育，師資訓練，家庭/夫妻/親子
等相關議題之培訓，專題講座，和聚會
- ❖ 2013年與先生在舊金山灣區東灣創辦睿理文神學院，
(Relevant Theological Institute)

慕主家庭講座

親子搭起共律的橋樑 (1-6 年級)

2014/12/07(日) 12:30PM-14:30PM

主講: 林管恩佩

人世間最沒有保留的愛是...

父母給兒女的愛 / 一輩子甜蜜的負擔

天下父母心愛孩子是天性

親職是天職卻非天生

一生“愛/害”你

真是自---!

為何生兒育女？



哽咽

流流

昨天爸爸告诉我，人类养猪是为了吃它的肉，
不是因为它像动画片里那么可爱聪明



嗷咽
流
流

我觉得他是骗人的，后来，我又问养小鸡呢？
爸爸说为了吃鸡肉。

@2477948

嗶嗶
流
流

我问养小鸭呢？爸爸说为了吃鸭肉。我问养小
牛呢？爸爸说为了吃牛肉

56 囍囍

流
流
流

现在我就想知道，爸爸为什么要养我？



蛋花儿

简单分享新鲜笑料的网站

為何生兒育女?

人生歷程

愛一天性

傳宗接代

可愛好玩

養兒防老

其他想法

還沒想就

古今中外父母的共同心聲？

父母難為...

生-

痛，有多痛？

養-

累，有多累？



這麼累!

280天有期徒刑→無期徒刑?



教一難

家家有本難唸的的經，
但我家的最...

傷腦筋



兒女的一言九“頂” VS. 父母的三聲無“耐”

- 產業 → 需要經營 → 挑戰 (獨資, 合夥, 家族...)
- 管家 → 忠心見識 → 交帳 (合神心意 + 善於管理)



“小孩不壞只是愛生氣”(2013-05 / 親子天下雜誌)

教養的過程是一連串的**選擇**，以及一連串問題解決的**歷程**，如果父母能花一點時間了解**發展**過程，就可以給孩子多一點的時間成長和改變；如果父母能花一點時間了解孩子的**氣質**，就可以給孩子多一點空間做自己；如果父母能花一點時間回想自己的童年**經驗**，就會發現那些過去與父母之間尚未解決的情結是如何的**複製**在自己與孩子之間。



親職—生養+教養+信仰

家教的內涵

心的教育

生命的分享

品格的塑造

習性的養成

家教的成效?

當今親子/教養議題

要愛孩子不是問題

如何愛孩子才是大哉問!

主題:

親子搭起共律的橋樑 (1-6 年級)

禱告

講座 → 講“做” — 聽講了能去做

果效：自己改變 + 影響他人



主題：親子搭起**共律**的**橋樑**（1-6年級）

共律：和諧(彼此造就) + 共鳴(相互影響)

橋樑：信任的關係 + 有效的溝通

如何搭？

1. 同信→三教並進
2. 同理→人重自重
3. 同行→主導引導

1. 同信→三教並進

希伯來書12:10-11

生身的父都是暫隨己意管教我們；惟有萬靈的父管教我們，是要我們得益處，使我們在他的聖潔上有分。凡管教的事，當時不覺得快樂，反覺得愁苦；後來卻為那經練過的人結出平安的果子，就是義。

同信蒙福之道

申命記5:29

惟願他們存這樣的心、
敬畏我、
常遵守我的一切誡命、
使他們和他們的子孫、
永遠得福。

神賜福的意念

專一愛神遵守誠命→蒙福之道

神對婚姻家庭的心意乃是培育敬虔的後代

然而

要有敬虔的下一代
得先有敬虔的上一代

同信絕對真理—一心中有神 目中有人

先求諸己改變 + 帶出影響他人

儒家條目:

格物→致知→誠意→正心→修身→齊家→治國→平天下(大學)

基督信仰:

惜物→真知→稱義→新心→委身→愛家→福國→傳天下(管編)

學做合神心意的父母—— BY FAITH NOT FOR FACE

常常回到主面前——

非先求要有什麼樣的孩子

而是尋求自己做合神心意的父母

教養——父母人格與價值觀的呈現(重現)

親職沒有效期但有關鍵期

教養難在？

“教育(教養)無他，唯愛與榜樣而已”

- 教養—要從父母的自省做起(教學相長)
- 殺手：施教者言行不一/說一套做一套

哥林多前書 11:1

你們該效法我，像我效法基督一樣...

WWJD - 主耶穌會怎麼做? (得救→成聖)

信仰傳承一道亦有道

三教並進：言教 + 身教 + 境教

言教—用鼓勵，正向，與引導性言詞

身教—先求諸己樹立好榜樣並激勵效法

境教？

“近朱者赤近墨者黑”

境教—風氣

境教—藉良好環境涓滴成流地默化培育

(家庭, 教會, 學校, 社會...)

三字經: 昔孟母擇鄰處→為了孩子的教育
(墳場/市場/私塾)

境教

- **重點：**
營造有利學習真理和參與/操練/實踐的環境
- **原則：**
身入其境(學)，親身參與(習)，深受薰陶(塑)

境教

- 管道：
環境，準則，日常，節期，家庭祭壇，機會教育...
(食衣住行育樂/吃喝玩樂)
- 慎誠：破窗效應
“勿以善小而不為，勿以惡小而為之” (三國志)

教養/培育的關鍵：親師的影響力

知(判斷), 情(感受), 意(意志), 行(實踐)



三教並進口訣

光聽易忘記

看過助記憶

參與更實際

做過成經歷

2. 同理→人重自重

• 知己知彼

同意 VS 尊重→欣賞

尊重→尊重 + 自重

信任→責任 + 自信

“童心未泯” = 幼稚/不成熟?

童心未泯?

馬太福音18:3-5 我實在告訴你們，你們若不回轉，變成小孩子的樣式，斷不得進天國。所以，凡自己**謙卑**像這小孩子的，他在天國就是最大的。凡為我的名接待一個像這小孩子的，就是接待我。

“A CHILD CAN TEACH AN ADULT 3 THINGS: TO BE HAPPY FOR NO REASON, TO ALWAYS BE BUSY WITH SOMETHING, AND TO KNOW HOW TO DEMAND WITH ALL HIS MIGHT THAT WHICH HE DESIRES.” (PAULO COELHO)

快樂無須理由 / 不知何謂無聊 / 為得所要努力爭取不懈



如何同理?

同理 = 同情?

CONNECTION & COMMUNICATION

换位思考, 將心比心, 感同身受 → 信任



孩子的心思處境我們懂嗎？

北美華人家庭的子女對自己的華人身分及中華文化，並不像想像中那樣抗拒，只是未能認同第一代移民父母的：

- 溝通方法
- 教養方式
- 對孩子的期望

怎麼說孩子會聽從？

一言九鼎解 一言九頂

1. 能感受到父母給建議 > 命令
2. 能信任/相信父母的話
3. 能明白父母的用心與自己的責任

更圓融的親子關係

操練有效溝通:

同理感受(了解接納/欣賞—情緒 > 想法)

調理情緒(駕馭情緒/誠負面與情緒化)

釐清問題(你, 我, 他, 共同, 其他)

商量對策(引導, 建議, 選擇)

執行評估(一言九鼎)

溝通果效的四大殺手:

溝通中??%是內容，??%是態度



溝通果效的四大殺手:

溝通中10%是內容，90%是態度

1. 自視過高一自我感覺過度良好
2. 自以為是一根據我的推斷他/她一定是這麼想/這意思
3. 自利歸因—我當然都是對的都是好的
4. 自立為王—別人都應聽我的

笨鳥？

- 看到成績單媽很生氣，罵：“笨！笨鳥有兩種...”
- 孩子不服氣，說：“還有第三種呢！”
- 媽回問：“是啥？我怎麼不知！”
- 孩子說：“這第三種最討厭
自己飛不起來，就下個蛋...”

箴言 18:21 生死在
舌頭的權下
衝擊關係 → +, -

駕馭情緒 VS. 被情緒駕馭



同理與溝通



說話溝通

安聯與你讚在一起

原則

和老人溝通，不要忘了他的自尊
和男人溝通，不要忘了他的面子
和女人溝通，不要忘了她的情緒
和青年溝通，不要忘了他的直接
和兒童溝通，不要忘了他的天真

請從對方的角度溝通...

檢視過度情緒化的盲點

- 過度的固執或極端
- 無限的擴大或喧染
- 過早的定論或論斷
- 急切的撇清或推諉
- 過強的成見或主觀

惡性循環：易將自己置身於自怨自艾或彼此不必要的破碎之困境

解決之道：要常自省，願意改變，學習因應

因應之計:

- 注意/加強情緒管理(轉換→解壓)

1. 學習不因對方情緒表現影響自己的情緒

2. 能自我安撫激動情緒冷靜後才處理問題

(放鬆, 離開, 轉進—注意不造成誤解)

3. 培養幽默感, 以樂觀的態度來面對與減壓

4. 停(深呼吸), 聽(快快聽慢慢說), 看(找好時機再處理)

- 注意選擇無後遺症的良好興趣與健康社交有助減壓(支持團體—代禱夥伴)

情緒管理

過程：刺激→反應思維→反應情緒→表達/抉擇行動

1. 了解接納與適當表達自己的情緒

2. 培養與善用正面情緒

3. 轉化負面情緒帶出正向功能

3. 需要操練

操練情緒管理/學習正面想法

| 刺激事件 | 負面想法 | 負面情緒反應 | 另類選擇 |
|-------|------------------|------------|--------------------|
| 不聽話頂嘴 | 長大了翅膀硬了 目中無人 | 憤怒, 失落, 自責 | 挺有自己的想法 口才不錯有恩賜 |
| 不守信晚歸 | 有危險 藐視父母 | 擔憂, 抱怨, 自責 | |
| 學習不佳 | 為什麼不如我? 如果... | 憂傷, 內疚, 失望 | |
| 被誤解 | 高處不勝寒 被陷害含冤難申 | 生氣, 擔憂, 怨恨 | |
| 其他 | | | |

不怕爭辯只怕成亂吵—忘了為何事

良性爭辯:

1. 不人身攻擊
2. 就事論事
3. 爭辯後過往雲煙
4. 若仍有芥蒂要及時化解 (退一步, 道個歉, 幽個默...)

覺得有理說不清時因應之計

雅各一書1:19-25

你們各人要**快快地聽**，**慢慢地說**，**慢慢地動怒**，
因為人的怒氣並不成就神的義。

誠反其道而行：大大動怒快快說說...聽？

慢慢地說—以“我…”開頭來溝通訊息

訣竅：

1. 客觀論述事件
2. 合宜表達自己的情緒感受與期待，
3. 降低指責或抱怨對方的口氣

| 客觀論述事件 | 自己的感受 | 期待對方/協議 |
|--------|-------|---------|
| | | |

想一想：“我會被你氣死！”

慢慢地說—以“我...”開頭來溝通訊息

例如：

1. “整理好了嗎？你動作能快點嗎？”

“下雨開車視線較差得開慢，所以我擔心會遲到，我們早些出門好嗎？”

2. “妳每次都這樣，跟妳說話都愛理不理！誰受得了妳啊！”

| 客觀論述事件 | 自己的感受 | 期待對方/協議 |
|----------------|--------|-----------|
| 1. 下雨開車視線較差得開慢 | 我擔心會遲到 | 我們早些出門好嗎？ |
| 2. | | |

○ 有負面情緒時因應之計—慢慢地動怒

- 注意/加強負面情緒管理(轉換→解壓)
 1. 學習不因孩子的情緒表現影響自己的情緒
 2. 能自我安撫激動情緒冷靜後才處理問題
(放鬆, 離開, 轉進—注意不造成誤解)
 3. 培養幽默感, 以樂觀的態度來面對與減壓
 4. 停(深呼吸), 聽(快快聽慢慢說), 看(找好時機再處理)
- 注意選擇無後遺症的良好興趣與健康社交有助減壓
(支持團體—代禱夥伴)

3. 同行—主導引導

因人施教

主導 VS 輔導→引導

- “主”導—同行蒙福之道
 - 主導?

路加福音6:39 耶穌又用比喻對他們說：

“瞎子豈能領瞎子？兩個人不是都要掉在坑裡嗎？”

我的志願...→

(絕對小孩, 朱德庸)

我爸要我以后做总统，又要我做科学家，还要我做艺术家。



那你自已希望以后做什么？



我希望以后做爸爸，爸爸的权力实在太大了。



無條件的愛 = 無保留的付出與完全的接納

箴言22:6 教養兒童，使他走當行的道，就是到老也不偏離。

· 依照神心意或安排的道路 (WAY)

*按神所喜悅的

*照神所賦予孩子的樣式：

階段發展

與生俱來的本質，性格，恩賜，潛能

與眾不同的特質

親子關係的建立：兒女成長爸媽同行

先決要素—親身參與/有量才談得上質

園丁, 教練, 嚮導, 朋友

循序漸進引導: 全權做主/主動出擊/回應所求/彼此切磋)

年幼期: 園丁(照養), 教練, 嚮導, 朋友

學齡期: 園丁, 教練(訓練), 嚮導, 朋友

青少年: 園丁, 教練, 嚮導(引導), 朋友

成年期: 園丁, 教練, 嚮導, 朋友(分享)

***不能成為孩子的父母(有兒女的敬重)

就無法做他們的朋友

因人施教(天生氣質+塑造品格)

1. **personality**性格/人格/個性:
面具/思考與行為的總合

2. **temperament**氣質:
柔化或平和/天生的性格
(心思的習性及規範方式)

1. 2. 3. 三者息息相關
*非用來論斷貼標籤
*避免性別差異與樣版複製
*“你是因為我卻非為我而改變”

3. **character**品格:
銘刻烙印/特質與
行為模式
(經過教導學習操練而成)

2. 天生的氣質:

急性子, 慢郎中, 害羞, 外向,
冒險, 保守, 膽大, 膽怯,
頑強, 溫馴, 緊張, 冷靜,
好動, 文靜, 專心, 好奇

(←-----→)

1. 性格或人格:

悲觀, 樂觀,
積極, 消極, 堅強, 柔弱,
心細, 大而化之,
合群, 獨立, 自私, 大方,
嚴肅, 幽默, 領袖, 跟從

(A型-激烈, X型-混合, B型-冷靜)

3. 塑造的品格:

勤奮, 誠實, 正直,
果斷, 耐心, 自律, 忠心,
尊重, 守信, 勇敢,
和平, 專注

(是父母親師長的著力點)

教養：養善抑惡—道德判斷的發展

- 皮亞傑(PIAGET) 道德認知發展論
用臨床訪談法(講故事)研究5~13歲
行為結果/行為動機/懲處輕重

二期論：

(5歲前無律)5-8歲他律(HETERONOMOUS STAGE)→

8,9歲之後自律(AUTONOMOUS STAGE)

階段特徵

- 無律階段（約5歲前）

尚未以道德觀和守規則的概念做為言行舉止的原則依據

- 他律階段（約5-8歲）

獎懲的行為後果=判定對錯（後果>動機）

階段特徵

- 自律階段（約8或9歲以後）：判定對錯=行為動機>行為後果
 1. 規定，權威，或行為後果的懲處不是唯一考量(從情理法如從關心同情，公益/義，公正/平的角度思考對錯好壞)
 2. 建立與遵行自己的原則

再思：叛逆期？

教養：養善抑惡—道德判斷的發展

- 柯柏格(KOHLBERG)的道德發展階段論

針對72個10-16歲之男生研究追蹤10年，再將研究結果到不同國家去驗證後，而完成其道德判斷的思維歷程

三期六段論

循序漸進發展

未以年齡為界

柯柏格(KOHLBERG)的道德發展階段論(三期六段論)

1. 成規前期 (PRECONVENTIONAL LEVEL)
 - 第一階段 因避罰而順從 (避免負面的結果)
 - 第二階段 以利己為取向 (想要得到後續回饋)
2. 循規期 (CONVENTIONAL LEVEL)
 - 第三階段 尋求認可讚許 (做別人認為對的事)
 - 第四階段 順從法規 (遵守社會規則)
3. 自律期 (POSTCONVENTIONAL LEVEL)
 - 第五階段 社群合約 (相信情有可原的情況)
 - 第六階段 普同原則 (超越法律的正義原則)

未來—急速變動→競爭+壓力+試探

造福兒女擁有美好人生幸福未來

培育兒女：全人發展—人，人才，人品

好的身心 + 好的人才—專業知識技能(數值)

父母更重要的著力點→好人品(+/-)：

- 有健康自我觀與高抗壓性
- 有正確價值觀與判斷力
- 有樂觀積極態度與進取心
- 擅於溝通表達與拓展人際關係

給兒女最珍貴的資(遺)產—同行蒙福之道

敬畏神遵行祂的道

建立正確的價值觀：有信，有望，有愛

擁有生命的品質 比 生活的物資更重要

活得更好 比 生活得更好來得重要

永生的盼望 比 今生的名望來得重要

榮神益人



Barcelona'92



© 1992 COCOSA S.A. All rights reserved. TM

共勉

主動積極搭起共律的橋樑—同信, 同理, 同行

教養兒女難在不能光說不練—
我們希望他們成為何等的人,
我們得先成為那等的人!

自己沒有就談不上給予/傳承—
我們很難教會孩子我們自己都不做的事!

求神幫助我們—
以永不止息無條件屬天智慧的愛來教養培育兒女!

禱告

講座 → 講“做” — 聽講了能去做

果效：自己改變 + 影響他人



2014/12/7 慕主家庭講座（五）

親子搭起共律的橋樑

（1-6年級父母）

Q & A