

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)



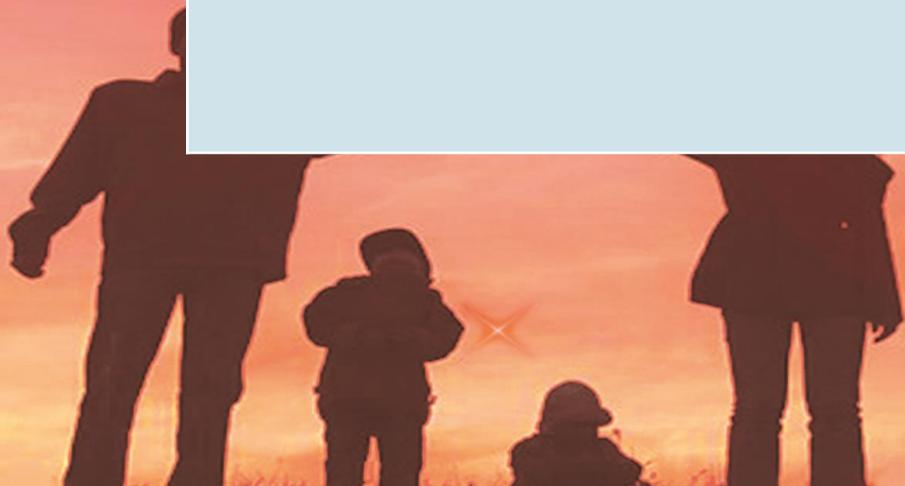
8/10 青春期孩子的窩 問卷統計結果

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?

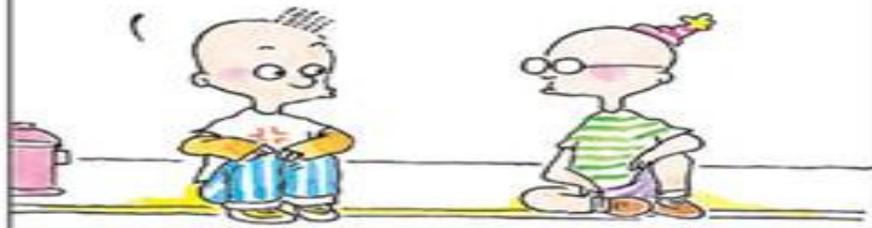
路加福音6:39 耶穌又用比喻對他們說：

“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