

# 親子搭起共律的橋樑 (1-6 年級)講座摘要

2014/12/07(日) 12:30PM-14:30PM

主講：林管恩佩博士

有了孩子開始，就會有愛兒女的心，聖經上也告訴我們當父母的是管家的職份，親職是天職卻非天生就會，是需要學習的。父母是管家，所以要忠心有見識，將來要交帳的，我們要合神心意與善於管理。

親職不單單包含一生養+教養，更是信仰，也是家教的內涵，心的教育，生命的分享，品格的塑造(並不等於信仰的傳承)，習性的養成，家教的成效(小孩不在父母跟前的表現才是真實的)，絕對的真理比是非的辨別更為重要。

“共律”的定義：和諧(親子間彼此造就)最重要，而且有共鳴(親子間相互影響) “橋樑”的定義：信任的關係+有效的溝通，如何搭？

A. 用同信 (三教並進) B. 用同理 (人重自重) C. 用同行 (主導引導)

## A. 同信 (三教並進，言教+身教+境教)

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。

神賜福的意念是專一愛神遵守誡命。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，因為心中有神，也會目中有人，先求諸己改變 + 帶出影響他人。

## 引用儒家條目：

格物→致知→誠意→正心→修身→齊家→治國→平天下(大學)

## 改編成基督信仰：

惜物(善用神的創造)->真知(追求屬天的智慧)->稱義(願意讓神掌管)->新心(新的生命)->委身(優先次序的選擇)->愛家(重要單位)->福國(不侷限小環境)->傳天下(管編)

學做合神心意的父母(BY FAITH NOT FOR FACE)就是常常回到主面前，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。

教養是父母人格與價值觀的呈現(重現)，親職沒有效期但有關鍵期，因為任何階段都需要父母的關愛，只是不同包裝呈現。

“教育(教養)無他，唯愛與榜樣而已” 教養一要從父母的自省做起(教學相長)，因為小孩是從”看”來學的，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…  
所以父母操練方向為：主耶穌會怎麼做？

信仰傳承一道亦有道，用三教並進：言教 + 身教 + 境教：言教—用鼓勵(言之有物)，正向，與引導性言詞；身教，先求諸己樹立好榜樣並激勵效法(配合言教)；境教(風氣)，就是”近朱者赤近墨者黑”，藉良好環境(家庭，教會，學校，社會…)涓滴成流地默化培育。

境教的重點：用心營造有利學習真理和參與/操練/實踐的環境原則是身入其境，親身參與，深受薰陶；境教的管道是環境、準則、日常、節期、家庭祭壇、機會教育…(食衣住行育樂/吃喝玩樂)，有時候孩子是在試探父母，而且其實是希望父母守住其承諾，使自己有安全感，如果言教/身教/境教不能一致，會造成孩子混淆，成為絆腳石，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。

另提：跟一到六年級的孩子，是可以談論婚姻預備話題，談論目前看似跟孩子不相干的事情，但其實是頗有果效的觀念建立時候，孩子也比較容易聽進去。

## B. 同理（人重自重）

同理與同情不同，同理是換位思考，將心比心，感同身受，認同感覺，有時候不需言語，拍拍肩都可以；同情是有高低差別；同意 VS. 尊重帶來→欣賞；尊重帶來尊重與自重；信任帶來責任與自信。

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。

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：

1. 溝通方法（單項溝通）2. 教養方式（不准孩子頂嘴）3 對孩子的期望（誤認很多事情對孩子有益處）。

### 怎麼讓孩子會聽從父母？

1. 父母給“建議”重於“命令”
2. 孩子能信任/相信父母的話（給予孩子選擇時，就真的尊重他們的選擇）
3. 孩子能漸漸明白父母的用心與自己的責任

### 如何有更圓融的親子關係？

1. 操練有效溝通
2. 同理感受（換位思考，了解接納/欣賞—了解情緒重於了解想法）
3. 先調理父母本身情緒（駕馭情緒/戒負面與情緒化）
4. 釐清問題（要把問題放一邊，與孩子站同邊）
5. 商量對策（引導，建議，選擇）
6. 確實執行與評估（一言九鼎）

### 溝通果效的四大殺手：

溝通中最大的影響10%是內容，90%是態度

1. 自視過高—自我感覺過度良好
2. 自以為是—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

檢視父母自己過度情緒化的盲點，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，易將自己置身於自怨自艾或彼此不必要的破碎之困境的惡性循環裡。

**解決之道：**要常自省，願意改變，學習因應。

## 有負面情緒時因應之計(學習慢慢動怒)：

注意/加強情緒管理(轉換到解壓)

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)
5. 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

這些都是需要多多操練

親子間的爭辯不一定是破壞性的(有時會是建設性的), 只要不要變成忘了吵何事, 如何良性爭辯? 1. 不人身攻擊 2. 就事論事 3. 爭辯後過往雲煙  
若仍有芥蒂要及時化解 (退一步, 道個歉, 幽個默...)

## 當父母感覺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。

“慢慢地說” 如何說? (以“我…” 開頭來溝通訊息) 其訣竅:

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
4. 聚焦於就事論事達成協議

## 有負面情緒時因應之計(學習慢慢動怒)

\*注意/加強負面情緒管理 (情緒轉換->解壓)

### C. 同行（主導引導，因人施教）

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？”

主導 VS. 輔導→引導，家長確定在神心意裡帶領孩子，應該由“主”導才會同行於蒙福之道，現在的父母要無保留的付出不難，但要無條件的愛（完全的接納）還需要多多努力。

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）：1. 按神所喜悅的 2. 照神所賦予孩子的樣式 3. 階段發展區分出與生俱來的本質，性格，恩賜，潛能，與眾不同的特質。

親子關係的建立要兒女成長有爸媽同行，先決要素是需要父母親身參與，有”量”才談得上”質”，孩子每個時期都需要父母，只是父母的角色（園丁，教練，嚮導，朋友）不同時期有不同的功能（功能比例不同）：

年幼期：園丁（照養）多一點

學齡期：教練（訓練）多一點

青少年：嚮導（引導）多一點

成年期：朋友（分享）多一點（有兒女敬重的父母，才能做孩子的朋友）

因人施教，不是改變他先天的氣質，而是要塑造好的品格，例如：孩子天生動作慢，要改變的不是他的慢吞吞，而是教導守時的概念。

不單是教養自己的孩子，而是要連教會的孩子一起都來監督管教！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！而講座，就是講“做”，聽講了能去做，帶來自己改變+影響他人的果效！