

耶和華的產業-

面對過去，處理現在

這不僅僅是一門孩童教養的課，也是給長大的成人，一個回顧自己孩童時期，重新評估，回到神的心意裡，做新造人的課。這門課會使用一些神經心理學的發現，來幫助弟兄姊妹，理解神對人的創造。這門課的目的，是幫助弟兄姊妹，與主同行，一起教養孩子，一起走人生的路。人的發展是一生的，屬靈生命的成長也是一生的。

- 一． 前言
- 二． 什麼決定人的一生
- 三． 嬰兒期：2 歲前，感覺的記憶
- 四． 學前期：2-5 歲，認知 (cognition) ， executive function (常識，智慧) 開始發展
- 五． 小學期：5-12 歲，社交性的發展，父母親的影響
- 六． 青春期：13-18 歲，朋友的影響，自我的認識與接納，心理問題開始發生
- 七． 青年期：18-25 歲，自我的發展，人生生活的興趣，未來的方向
- 八． 成熟期：26-40 歲，工作，家庭，與許多的不可控。在基督裡做新造的人
- 九． 中年期：40-60 歲，工作，家庭，孩子的獨立，父母親的老化，與太多的不可控
- 十． 晩年期：60 歲以上，一生的回顧，面對自己，面對神，面對周圍親人朋友的離世，面對太多太多不可控的現在和未來

人的記憶

被動的聽 <5%

作筆記 25%

複習 75%

思想，分享 >95%

所以，什麼可以幫助我，每個禮拜不浪費 71.25 分鐘的主日學時間？

為什麼用這個題目？

耶和華的產業，和我的孩子，之間的差別是什麼？創 1:26

第 1 週小組討論題：

- 在我自己一生的發展裡，有沒有哪些地方，我還需要更好的發展？什麼可以幫助我現在開始更好的發展？
- 意識到孩子是耶和華的產業，而不是“我”的孩子，對我的影響是什麼？是好消息，還是壞消息？

第 2 週

小組匯報

上週複習：傳 3:1-8

自我發展的攔阻，賽 8:12-13，17 詩 27:5

孩子的交友問題

特殊需要孩子的發展

為什麼要講這門課？

1. 孩子的問題，經常反映父母親的問題。父母親沒有辦法為孩子負所有的責任，但父母親的確對孩子有責任。孩子小的時候，被父母親有形無形的影響太大，大到一個程度，別人都束手無策。焦慮的父母，經常不自覺的給孩子和旁邊的人太多的壓力；而父母親的問題，又經常是自己從小以來的問題。神的確把一個個寶貴的生命靈魂，交在父母親的手裡。父母親，可以不經心嗎？娃

娃在哭了。不要企圖從別人身上，找回或滿足自己孩童時期的缺失：肯定，安全感，存在意義，重要性，尊重。在基督裡做新造的人。

2. 意識到問題，感覺不好；面對問題，處理解決問題。尼 8:9-11。靈性的腫瘤
3. 基督徒依靠什麼，自己夠好，不犯錯誤？（羅馬書主日學：若歌網站，中文，成人主日學，所有課程，Q 搜尋，搜索範圍，主日學，陳德春師母。
www.tinatchen.com)
4. 在教養孩子的過程中，通常父母親想要改變什麼？對什麼有興趣？箴 26:7，方法可以教養孩子，解決問題嗎？還是，其實教養孩子的不是方法，而是父母親自己？很多問題，根本不可能解決，只能接納，面對，和處理；讓問題不成為問題。父母親可以辨別嗎？可以幫助孩子辨別和處理嗎？（信仰與生活，個性與品格，先天條件）。不同心理學理論的發現：佛洛伊德心理動力學，與華生的行為理論。
5. 別人可以取代我，來教養我的孩子嗎（輔導，教會，學校，祖父母，孩子的朋友，還是，社會）？如果可以的話，怎麼聖經裡都沒有提到這些人呢？孩子跟誰在一起的時間最多？被誰影響的最多？你希望你的孩子被誰影響？
6. 孩子小時候，是吃飽了，穿暖了，就夠了，就好了嗎？我們是不是太低估孩子了？
7. 有了孩子之後，在教養孩子過程中，父母親的壓力，害怕，無力感，羞恥感，擔心失控，和自己孩童時的負面情緒感覺和經歷；經常會白熱化。因為，在無神的文化傳統下，扭曲的價值觀，有條件的愛，接納，靠自己的打拼，和愛面子；使中國人的基礎焦慮線（base-line anxiety）太高，以至於無法承受外加的壓力。成為基督徒後，這些東西對我的影響力還有多少（過去與我）？

8. 健康生活譜：工作/讀書，家庭，朋友，親戚，休閒，獨處，社區，嗜好...詩
46:10，147:10，傳 9:11

主旨：幫助父母親整理自己從前的經歷，回到神的旨意裡，回到神的道上，忠心的教養下一代，也面對處理自己的每一天。

第 2 週小組討論題：

- 教養孩子的，不是方法，而是父母親自己。這對我來說，是好消息還是壞消息？對我的意義是什麼？給了我什麼挑戰？
- 從 0 到 10，我平時的生活有多健康？我可以休閒而沒有罪惡感嗎？休息會不會讓我更焦慮？我會不會覺得休息是浪費時間？

第 3 週

小組匯報

上週複習：教養孩子的是父母，不是方法。獎勵與責罰都可能傷害孩子
管教孩子，是為了孩子，不是為了父母。父母處理自己的情緒
比較的問題，在於謙卑
健康生活譜，敢健康嗎？

前言

1. 學習方式

- 客觀的事實，從 0 到 10，我的觀察力有多強？我有多麼可以觀察自己（太 6:22-23），觀察孩子，理解孩子？我有多麼可以從日常生活，和與人相處上學習？我有多麼可以知道事實，多麼願意接受客觀的事實？我的孩子呢？還是，我選擇活在自己的狹隘裡，活在 20，30 年前的環境，

中國的傳統文化觀念裡面；或者，情願根本就活在自己一廂情願的想法裡面？青少年的無知，自戀，spiritual schizophrenia。事實永遠不可能完美，自己永遠不可能完美，別人也不可能，完美的只有神，這是人在神面前的謙卑（傳 3:16-19）。我可以活在不完美的世界裡，享受完美的神，永遠的信心，永遠的盼望，永恆的愛嗎？（彼前 4:8）

- 主觀的認知，從0到10，我有多麼可以面對和接受自己的負面經歷與感覺，不否定，不壓抑？甚至，不拼命的想要避免？自割，強迫行為。當我的認知，跟主觀的經歷和客觀的事實不合的時候，我怎麼處理？調整認知，還是否認事實？極端的個人主義，自我中心，以偏概全。詩 27:5
- 整合的體驗，認識神的過程，生命成長的過程，破碎的過程，謙卑的過程，重建的過程，林前 15:42-44。（信仰與生活）

2. 正面的經歷（成功），跟負面的經歷（失敗）一樣，可以給人壓力，造成人的害怕和逃避。重點是，我是不是只能成功，不能失敗？我要自己掌控，還是讓神做神。人生最糟糕的事，不是失敗，而是一無攔阻的一直做神根本沒有要我做的事。（耶 48:11）

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，又陰又毒，保證奏效，父母親不會有任何刑事責任，還可以叫屈。不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義

乖孩子會擔心害怕焦慮自責，甚至強迫，抑鬱，邊緣人格，ODD；永遠覺得自己不夠好，覺得自己不夠努力，覺得自己應該更好；不敢嘗試新的事情，該做的事，拖拖拉拉不敢開始，也不知道如何開始，逃避。可 10:17.

第 3 週小組討論題

- 當我，我的配偶，我的孩子比不上別人時，我的感覺是什麼？我會做什麼？
- 我是否在某些地方有完美主義？完美主義帶給我的是什麼？在教養孩子上呢？我要怎麼辦？

第 4 週

小組匯報

上週補充：關於完美，完美是一個方向和漸近，動態而非靜態；成熟而非完美

不完美的害怕

比不上人的害怕，約一 4:18

管教，如何管？體罰，出氣，贏？不要把孩子逼得自我保護

警告和威脅

3. 關於孩童教養，我希望得到什麼？一套可以立竿見影的方法？

我願意付上什麼代價，付多久？什麼時候付？有可能一輩子什麼代價都不需要付嗎？加 6:7-8，傳 3:1-8，太 10:39

我願意自己進行什麼改變？脾氣，耐心，驕傲，思維模式，優先次序，處理事情的方式，自我中心，價值觀，生命，掌控？如果自己不願意改變，那麼，誰應該改變？我又可以改變誰？

經常，不是對錯的問題，是如何處理的問題

神為什麼要讓孩子在我們身邊成長 20 年？

我對基督徒的成聖有興趣嗎？還是，對自己過舒服的日子比較有興趣？太
10:39，彼前 4:1-2

我期待得到什麼結果？什麼時候？為了這個結果，我得什麼時候付什麼代價？

4. 學習的果效

| | 興趣 | 害怕 |
|-------|----|----|
| 內容 | ++ | +- |
| 結果/成績 | -+ | -- |

對我的意義是什麼？

傳 7:29，魔鬼的伎倆

對觀察孩子有興趣嗎？

5. 關於心理學的使用：完全否定

完全相信，並且頂禮膜拜，信之無疑；超過對神的敬拜
和信賴

觀察，解釋，處理；罪人在無神心態下的反應，不依靠
神，用人的方式得到人想要的結果。創 3:5

心理學上所謂的“正常”

魚目混珠的心理學理論，似是而非的基督教教導

“Development Across the Life Span” by Robert Feldman

發展心理學，人一生的發展

6. 關於 AI：

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，又陰又毒，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。
不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義

2. 盡心竭力的把孩子呵護成玻璃娃娃，一碰即碎

結果，孩子遲早會碎。父母親保護的越好，孩子越晚碎，恢復就會越困難。

為了避免碎，孩子只能逃避

第 4 週小組討論題

- 我的孩子現在多大？他現在最需要的是什麼？我不希望將來付什麼代價？
為了將來不需要付代價，我現在需要付什麼代價？
- 從 0 到 10，我對我的孩子有多少興趣？當看到我的孩子時，我心裡第一個出現的念頭是什麼？我嘴裡最想說的是什麼？

第 5 週

小組匯報

上週補充：玻璃娃娃的故事，玻璃娃娃長大以，結婚後；極力避免失望，無法處理失望。來 5:13。Emotional schizophrenia

心理學的邊，evidence base。聽起來有道理不一定是真理，對一個人有幫助的不見得對其他人也有幫助。心理暗示的 power

正面情緒，負面情緒與基礎焦慮線

孩子課外活動的取捨

父母親對孩子的干預

7. 關於過去的回顧

- 佛洛伊德：下意識，壓抑，否認，逃避的負面感覺和記憶；自我保護
下意識真的有那麼“下”嗎？

而且，3-5 歲前，只有感覺的記憶，沒有認知的記憶，怎麼辦？
很多人理智上搞不清楚的東西，不見得都是壓抑，否認，或
逃避的結果。申 29:29

辯證思維，當我感覺受到傷害的時候，不是一定有人傷害了我。
有時候沒有必要，一定要揪出罪魁禍首。因為，有時候根本沒有罪
魁禍首。（信仰與生活，辯證思維）

創傷與恢復講座

- Cohort 效應，時代的影響，不同文化背景對人的影響。父母親可以接受
嗎？意願調整嗎？toxic relationship
人的自然喜好和先天傾向，和小時候的成長經歷不見得有絕對的因果關係。
同樣的環境下，人有不同的反應；不同環境下，人有同樣的“需要”

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。
不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 好爭競的常勝將軍：孩子不會有朋友，因為，沒有人喜歡輸。孩子也不可能婚姻幸福。佔上風的悲哀，自尊心強的悲哀，永遠不知道自己失去了什麼。為了虛空的快感，犧牲了對自己真實的理解和接納，自然純真的愛和友情，無條件的接納，做真實自己的輕鬆和自在

第 5 週小組討論題

- 我會不會認為有一些自己的問題，是小時候的傷害造成的？會怨恨，自哀自怨自憐嗎？我怎麼面對和處理這些問題？
- 我會不會害怕傷害孩子？為了不傷害孩子，我會不會做什麼，或不做什麼？

第 6 週

小組匯報：

上週補充：在關係上，敢“輸”，敢讓別人贏，結果自己才會贏

敢放手，才有可能享受該擁有的。箴 10:22

敢 Focus，聚焦，才有可能有生活的方向和目標

重要的和不重要的取捨，關係和得勝，休閒和成就，興趣熱忱和壓力表現

生命成長與醫治

孩子哭

- 催眠：暗示的操控，錯謬的結果
目前美國允許的催眠，只限於減壓和娛樂
- 醫治與釋放：建議的操控，與對號入座
佛洛伊德和正念 (mindfulness) 的組合
放輕鬆的方式，mindfulness，佛教起源；EMDR 生理學起源
- 真正的醫治，是聖靈的工作，約 16:8。看到自己的責任，不是別人的錯誤。何 14:4，來 4:15，加 6:7-9。真正傷害我的，是我的罪，不是別人的錯。羅 5:20，詩 32:3。別人的錯，勾出我的罪來。沒有聖靈帶領的“挖”，只會越挖越苦毒，越挖越自義

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。
不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 常勝將軍
4. 做任何事情必須認真，認真上課，認真讀書，認真做功課，認真打球，認真彈琴，認真讀經，認真聽道，認真吃飯，認真睡覺，認真... 結果，你的孩子有辦法放輕鬆嗎？強迫症，驚恐發作的由來

第 6 週小組討論題

- 在教養孩子上，我清不清楚做每件事的動機和目的？從 0 到 10，我有多麼可以聚焦，堅持起初的目的？什麼會讓我離開了起初的目的？從 0 到 10，我有多麼敢“放手”？
- 在一般的事情上，從 0 到 10，我有多麼認真？有沒有哪些事情，其實我需要的是放輕鬆，不是認真？我的孩子呢？

第 7 週

小組匯報

上週補充：認真與輕鬆，人有限的問題，“捲”的問題。

是小時候的傷害，人的天性，還是亞當後裔的問題

到底是什麼造成今天的我？申 29:29；信仰與生活，先天條件

聖經關於孩子教養的教導

孩子上網的問題

輸不起的朋友，我輸得起嗎？

- **讓神做神：不要對號入座**

不要自己掌控，更不要掌控別人，不要熱心過頭，傳 7:16

安靜與神獨處

讀經，認識神，接納神的主權，詩 27:5

Journal，讓聖靈帶領，對自己有深度的理解和接納。謙卑的過程

等候神的時間，等自己準備好，詩 27:14，147:10。我再說，要**等候耶和華**

太忙了，沒有時間，浪費時間？休息，讓神做神。詩 46:10，傳 9:11。別忙著浪費時間，浪費生命，把你的生活擠成一盒草莓醬。可以先舍再得嗎？

焦慮，強迫的根本解決，詩 147:10。一個焦慮的現象，無法休息；休息使我更焦慮；忙反而讓我“感覺”舒服。忙碌的成癮性和戒斷問題

依靠神的恩典，醫治的目的不是讓我感覺舒服，過舒服的日子；是讓我回轉，謙卑，讓神做神。結果不管如何，我就舒服了。

耶 3:22，何 14:4。平安喜樂的日子，是人回轉向神的結果，不是目的

經歷神，是信心的結果，不是信心的來源和依據。約 14:21。不需要造假，不需要造勢，更不需要造假造勢，來幫助基督徒建立信心。不要把結果當成目的。

8. 關鍵期與敏感期

傳 3:1-8

加 6 : 7-9

小時了了，贏在起跑線？

人生是什麼，一百米衝刺，還是馬拉松？

什麼對孩子最重要，現在的表現，還是孩子一生的興趣與樂趣？

從0到10，我重新學習的意願有多高？獨立思考的能力有多少？

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。

不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 常勝將軍
4. 凡事認真
5. 為了防止孩子犯錯誤，我經常用誇大的形容詞，來描述不好的可能性和後果，讓孩子時時刻刻都活在危機意識中

第 7 週小組討論題

- 從0到10，我有多麼能夠接納快跑的未必能贏，力戰的未必得勝？人不接納的話會怎麼樣？接納這個事實對我的意義是什麼？在那些方面我必須時時提醒自己？
- 從0到10，我有多麼願意謙卑順服神在孩子身上的帶領，不用自己的方式來使孩子“更好”或“最好”？

第 8 週

小組匯報

上週補充：教養孩子是回轉向神，經歷神，認識神的過程；價值觀，優先次序的調整；被社会影响的认识，跟随大多數人的安全感，太 7:13-14
禱告，得醫治，得安慰，經歷神...為了過舒服日子，自我感覺良好？
網癮是不愛讀書的原因，還是怕讀書的結果？當問題成為問題時，
問題已經根深蒂固
承受壓力的能力與年紀，危機意識還是智慧？

9. 神經生理學的發現

描述而不是解釋，觀察而不是解決

突觸修剪，太 25:29。有時候，神不共產。詩 18:25-26

神經可塑性，神的恩典

神經再生，林後 5:17，人一生都可以發展，都可以做新造的人

所以，很多大腦的發展，是後天的，不是先天的。IQ 聰明，cognitive flexibility 智慧，executive function，problem solving skill 處理問題的能力。決定人一生如何的，後天大於先天。

10. 成長與學習

- 生理發展，青少年期發展成熟
- 智商發展，26 歲成熟。所以，揠苗助長，大器晚成，小時了了，大未必佳。

父母親沒有辦法加速或提高孩子的發展；但是，父母親絕對可以妨礙或傷害孩子的發展。只發展記憶，不發展思維，推理，判斷，彈性，或創造

妨礙大腦發展：害怕，焦慮，比較，情緒不穩定，癲癇，大腦的不正常放電和刺激。智商高就一定聰明？藥物的問題

- 人格發展，可能被暫時壓抑。（個性與品格，信仰與生活）。長期壓抑的結果，扭曲，壓力，憤怒
- 認知發展：3-5 歲開始，邏輯推理思維
Executive function：3-5 歲開始，組織能力，解決問題的能力，等待而不衝動，顧全大局
- 社交發展，3-5 歲開始，5-12 歲最自然。
每個人的社交能力和興趣不一樣

什麼時候完成？

發展的地點？課堂裡？

發展的時間？

學習對象？比我聰明的人？三人行必有我師。

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。
不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 常勝將軍
4. 凡事認真
5. 危機意識
6. 雙殺 double play，一石二鳥，一箭雙鵰：老大兩歲時告訴他，弟弟/妹妹比你小，要讓著他。老二 30 歲時告訴老大，弟弟/妹妹比你小，要照顧他。

如果成功的話，老大得了心理巨人症，老二得了心理侏儒症。不成功的話...

第 8 週小組討論題：

- 智商是先天的，無法改變；但是認知，彈性，問題處理智慧等等是後天的，可以學習培養。這對我的意義是什麼？對於我自己的學習，孩子的學習有沒有什麼意義？
- 我是否相信，我其實沒有辦法，使我的孩子發展的更好，但是我決對可以，妨礙或傷害孩子的發展？

第 9 週

小組匯報

上週補充：聽話的孩子，守律法的順服，扼殺了什麼？什麼是“順服”？

有一種自討苦吃，就是除了拼命努力，其他什麼都不會，不知道，不敢試，甚至連想都不敢想

基督徒過著非基督徒的生活，愛非基督徒所愛，怕非基督徒所怕，追求非基督徒所追求；part-time Christian

神將來用什麼來審判父母親？用什麼來審判孩子？父母親現在用什麼來判斷對孩子的帶領？

突觸修剪，加 6:7

IQ 的測量

孩子的習慣。好習慣有趣嗎？

觀察，聊天，聽；人最普遍，最基本的學習方式；課堂上學不到的

我對別人有興趣嗎？對別人談話的內容有興趣嗎？narrow band of interest

會不會不發展，或是停止發展，甚至退縮？

什麼讓我不發展，停止發展（固著，fixation），或是退縮（regression）？害怕，怕萬一，其他九千九百九十九呢？苦毒，怕被批評，怕被拒絕，怕被欺負，逃避表現不佳的可能，逃避感覺不好的可能... 不喜歡VS 怕
恢復與韌性，決定人一生的，不是負面經歷，而是韌性與恢復。路 17:1，信仰與生活。從 0 到 10，我恢復的能力有多強，我處理失望的能力有多強？

11. 人的記憶，理解，學習，與年紀

在我現在的年紀，我是否還願意，甚至喜歡學習？

在我現在的環境，我是否還有精力時間學習？

我無法掌控的，和我可以負責的

孩子本來都是喜歡學習（開心）的。什麼讓孩子害怕或厭惡學習？

12. 關於理性與感性

不衝突

理性調節感性，評估感性；不壓抑，不否認感性

神，加 4:4

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。

不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 常勝將軍
4. 凡事認真
5. 危機意識

6. 雙殺

7. 孩子媽：養兒防老，父母拒絕獨立，也不允許孩子獨立；把孩子當成自己生命的全部，自己的希望，依賴，和依靠；自己生命的意義和，目的；孩子長大後，父母親就成為孩子永遠長不大的孩子。路 12:35-37，17:7-10

第 9 週小組討論題：

- 談到學習的時候，我的感覺是什麼，害怕，煩躁，疲累，挑戰，興趣，興奮...？什麼造成我這些感覺？什麼可以幫助我的學習？對我的孩子而言呢？
- 我認為神將來會用什麼來審判父母親？用什麼來審判孩子，我現在應該用什麼來判斷孩子的教養？

第 10 週

小組匯報

上週補充：不知不覺吸引我離開神的道，健康生活的，往往是看起來好的東西，不是壞東西。蛇的誘惑。箴 10:22

孩子的學習興趣

什麼決定人的一生

Nature and/or nurture , 先天與/或環境；生物學理論，和/還是行為理論，佛洛伊德理論

孩子自己，認知cognitive behavior

神，傳9:11

1. 先天/天生就是遺傳

生物學理論，一元論，用看得見的，來解釋看不見的。靈魂不存在。

聖經怎麼說？來 11:3，箴 4:23

遺傳，決定了什麼？生理，外表？

性格？個性與品格（信仰與生活）

是病還是罪？

父母親情緒化（憤怒，情緒不穩定，其他情緒問題）⇒ 孩子不安的情緒 ⇒ 創傷的大腦 ⇒ 孩子認知不發展或發展不良 ⇒ 孩子情緒化

祖宗的咒詛，是影響還是決定？人得學會為自己負責任（信仰與生活）

基因？精神分裂

荷爾蒙？是因還是果？藥物可以解決心理問題嗎？

人永遠有選擇：節制，做該做的，而不是想做的

選擇該做的，還是選擇讓我感覺安全的，舒服的？太 16:25

選擇接受現實；還是選擇抗拒，苦毒

2. 環境

安全的感覺：經常改變，暴力，噪音，有條件的愛，壓力

好，壞；還是溫心不溫心？

旁邊的人。反思，什麼人對我有決定性的影響，我要因為什麼人而改變？對我好的人，還是對我壞的人？我要選擇被誰影響，我的腦子裡經常出現的是什麼人？我的選擇是什麼？箴 27:19

文化傳統，絲毫不察覺的全面影響。不同文化的反思
種族。亞裔孩子在西方文化下成長，認知的發展，不同文化的衝擊，自我的發展。Abusive relationship, toxic relationship, gas lightening
選擇環境？如果人不改變的話

心理學的理论：行為理論，華生，孩子是一白片版，環境/父母親的教導，
決定孩子的一生。

大部分教養孩子的都是方法，父母親的最愛。問題是，
佛洛伊德的心理分析，人的問題都是孩童期的傷害。現在人
根深蒂固的信念

如果孩子是白版，怎麼會受到傷害？

神創造的孩子，不是白版

認知行為理論，皮亞杰，孩子在主動的和環境互動，每個孩子的互動模式不
一樣。所以，需要觀察，理解孩子（信仰與生活，過去與我）

根據聖經，詩 51:5，加 6:7-9

觀察事實，同樣的環境，發展出不同的人；不同的環境，人發展出同樣的問
題。人真的是那麼無辜的被塑造嗎？

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。

不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 常勝將軍
4. 凡事認真
5. 危機意識
6. 一石二鳥
7. 孩子媽媽
8. 孩子情人：孩子跟媽媽的關係最親近，比爸爸和媽媽的關係，或孩子和配偶的關係更親近。創 2:24

第 10 週小組討論題

- 回顧我這一生，哪些事哪些人對我有決定性的影響力？我是否可以選擇被什麼事或什麼人影響？
- 我會不會因為害怕孩子犯錯誤，失敗，或受傷害；而剝奪了孩子學習面對這些負面經歷的機會？

第 11 週

小組匯報

上週補充：決定人的一生，先天，環境/旁邊的人，孩子自己，神不同的帶領
孩子學習的興趣與責任。孩子的心情，與擔心害怕壓力等等負面情緒

3. 孩子的責任

心理學的看法：人沒有責任。但是人還是得負法律刑責

根據聖經：父母親的責任在教養，不在決定。林前 3:6

孩子需要學會負的責任：

- 面對錯誤。人生最糟糕的事，不是犯錯誤，而是不悔改。約一 1:8-9。
什麼讓孩子不敢承認錯誤？孩子在怕什麼？
孩子犯錯誤的時候，父母親如何反應？怕孩子犯錯誤嗎？怕什麼？父母親會不會因為怕孩子犯錯誤，而剝奪了孩子學習面對錯誤，處理錯誤的機會？
- 面對失敗。決定人生的，不是失敗，而是是否可以面對失敗，承認失敗，失敗後是否可以再站起來。
孩子失敗時，父母親如何反應？怕孩子失敗嗎？怕什麼？父母親會不會因為害怕孩子失敗，而剝奪了孩子學習面對失敗，處理失敗的機會？
- 面對傷害。傷害是免不了的，路 17:1。
真正決定人一生的，不是傷害，而是恢復。
積極心理學的研究：2/3 被傷害的人，後來可以恢復
2/3 被虐待的孩子，長大後並沒有虐待自己的孩子
孩子受傷害時，父母親如何反應？害怕孩子受傷害嗎？怕什麼？父母親會不會因為害怕孩子受傷害，而剝奪了孩子學習面對傷害，處理傷害的機會？

孩子長大以後還需要負哪些責任？父母親現在要如何預備孩子？

除了賺錢養活自己以外，時間管理呢？金錢管理呢？婚姻呢？人際關係呢？生活型態呢？心理健康呢？

4. 父母親的角色：

親子關係

| | | |
|-----|---------|------------------|
| | 近 | 遠 |
| 期望/ | 高 管教；安全 | 強迫，壓抑；反叛，ODD，不安全 |

要求 低 溺愛；不安全 放縱，任憑；不安全

代表神：不改變，不順著自己的感覺走，更不被孩子或文化傳統兜著走

有恩典有真理，約 1:17

教養孩子的什麼，行為，還是心？那個比較快，比較容易；哪個比較穩當，比較持久？箴 4:23

陪伴孩子的時間，聆聽孩子的聲音，對孩子的理解。可不可以只聽不說？有什麼困難？在怕什麼？每個禮拜，我有多少時間可以跟孩子在一起？跟孩子在一起的時候，大部分的時間，我都在幹什麼？我們談話的內容是什麼？

媽媽工作的問題，媽媽為什麼工作？媽媽的價值觀，媽媽的愛，怕，和依靠。媽媽的心，擔心害怕，安全感，成就感。我有多少彈性？多少恢復能力？什麼時候管教孩子？proactive or reactive，糾正，還是教導？帶領還是被兜著走？

我不夠完美，我會犯錯誤，我自己也有一大堆問題，怎麼辦？詩 119:96，
there is limitation in perfection

從0 到10，我有多麼可以坦然接受自己的有限而不害怕，不沮喪，不憤怒，不怨天尤人？

父母親對孩子的影響

5. 神的主權：

智商

長相

個性

機遇

先天條件：優點與軟弱

不同的帶領

可以接受神的主權嗎？會踩到神的主權上，想要自己做神，還是改變神的主權？

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 常勝將軍
4. 凡事認真
5. 危機意識
6. 一石二鳥
7. 孩子媽媽
8. 孩子情人
9. 如果成績不好，老師就不會喜歡你。如果不優秀，別人就看不起你。如果上不了好大學，你就沒有希望。如果沒有好工作，你就沒法生活。

第 11 週小組討論題：

- 我會不會對我的孩子，負了過多的責任？又會不會把自己太多的問題，歸罪到父母的頭上？是什麼讓我對我的孩子，負了過多的責任？又讓我的父母，負了我自己該負的責任？
- 從 0 到 10，我有多麼可以接受神的主權，不侵犯祂的主權？侵犯神主權的結果是什麼？

第 12 週

小組匯報

上週補充：父母親的誘惑與試探；父母親真正相信什麼？

父母親和孩子期望值的調整，高期望，不是不合理的期望；成長過程而非當下結果，更不是比較

孩子的抗壓能力，和安全感來源的關係

父母親教養孩子的尺度，原則與彈性。父母親依賴什麼？

父母親和孩子的關係

| | | |
|-----|---------------|---------------|
| | 高反應 | 低反應 |
| 高要求 | authoritative | authoritarian |
| 低要求 | permissive | uninvolved |

6. 人際關係與界線：加 6:2,5。父母親和孩子的關係，與孩子的年紀

7. 心理健康的特性：

- 順應而不是順心，adaptation, accommodation；和是非對錯無關
- Cognitive flexibility，思維彈性
- Dialectic thinking，辯證思維（信仰與生活）
- Problem solving skill，解決問題的能力，think out of the box
- Executive function，執行能力，和智商沒有絕對的關係，生活技能
- Resilience，恢復（創傷與恢復講座，信仰與生活）

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。

不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 常勝將軍
4. 凡事認真
5. 危機意識
6. 一石二鳥
7. 孩子媽媽
8. 孩子情人
9. 極端思維
10. 孩子發生任何事情，父母親的反應比孩子更激烈。

嬰兒期

2 歲前

備胎，有必要嗎？越備越緊張？

保胎，保到什麼程度？

會不會剝奪了孩子自己的責任？

C-section，出 1:19

斯巴達的勇士

胎兒有思想，有選擇

避孕方式：避免受孕，防止受精著床，受精卵著床後的處理。胚胎什麼時候

開始是一個生命？生命的特徵，細胞分裂

產前檢查的問題：墮胎合乎神嗎？唐氏兒，自閉兒，ADHD

讓神，讓孩子決定？

第 12 週小組討論題

- 孩子長大以後，我覺得什麼對孩子最重要？現在我每個禮拜可以花多少時間在這上面？我可以如何幫助孩子做準備？
- 從 0 到 10，我認為我孩子的環境有多麼正面？什麼造成或幫助這個正面氛圍？什麼會破壞這個正面氛圍？

第 13 週

小組匯報

上週補充：過度保胎，還是順其自然？拼命延長壽命，安樂死，還是順其自然？

讓神，讓孩子自己做決定？

避孕，備孕的方式；孩子太多，沒有孩子；雨水太多，雨水太少；
沒有太陽，太陽太大...

“人”的權限在哪里？人到底想要什麼？

試管嬰兒的問題：

Designer baby 的問題：誰是孩子的爹？

人可以安於做“人”嗎？

胎教，教什麼？

1. 已經發展完全的：

情緒/感覺：nonverbal encoding，非言語性接收，表情，態度，語氣

開心，害怕，壓力，憤怒

音樂，色彩，皮膚的刺激，氣味，氣氛

Amygdala

Limbic system

Hippocampus 河馬體：感覺的記憶，佛洛伊德理論的錯謬

感覺/情緒的記憶：永遠不會改變。

安全的感覺：父母親的無反應，過度反應，情緒不穩定，態度語氣與
言語；孩童期的性侵。問題是，什麼決定我的行為

Attachment：順其自然，對孩子影響最大的，是感覺而非物質；穩定性，
持久性

獨立性：生活上，心理上

Mirror neurons/cells：鏡細胞，自閉症；觀察，非教導性學習；與人隔
絕時

Social referencing：社會參照，父母親的表情表現與言語

Delayed learning：，立馬的學習，與不經意的教導與學習

毒害孩子 11 招

In the name of Love

招招致命，非死即傷，保證奏效，父母親沒有任何刑事責任，還可以叫屈。
不需要教，每個人都是專家，因為，每個人都想做神

1. 完美主義
2. 玻璃娃娃
3. 常勝將軍
4. 凡事認真
5. 危機意識
6. 一石二鳥
7. 孩子媽媽
8. 孩子情人
9. 極端思維
10. 激烈反應
11. 心靈標籤：壞，笨，傻，懶，沒膽，好吃，討人厭，沒出息；聽話，乖，可愛，懂事，孝順，能幹，聰明，有出息

第 13 週小組討論題

- 我自己有沒有什麼從小以來的標籤？這些標籤對我的影響是什麼？我如何處理這些標籤？我會不會又給我的孩子貼上什麼標籤？
- 我儘量的好好帶孩子，從 0 到 10，我有多麼可以接納自己的不足，多麼可以坦然的把不完美的自己和孩子交給神？

第二季

第 1 週

上次複習：沒有天生就壞的孩子，只有不理解，不會帶孩子的父母

感覺的記憶，認知的記憶

鏡細胞：父母親的情緒，表情，而非言語

社會參照：父母親的語言行為的一致

Delayed expression: 學習，憤怒，害怕，抑鬱，性向。Delay 多久？

父母親的主動與堅持。加 6:9

1. 已經發展完全的

2. 後來被塑造的（次生性）感覺：由認知的發展決定，價值觀

安全感：是感覺，還是事實？安全的建造基礎，自我保護與掌控

羞恥感：什麼是可羞恥的，人，還是能力，長相？沒有羞恥感好嗎？

罪惡感：兩歲以後，道德，還是表現？

驕傲：等於自信嗎？

信任：界線，對世界的理解

無力感：判斷，如何處理

自責：界線，如何處理

自主性：任意妄為，還是被動的聽話

個性的接納：以掃和雅各

3. 左右腦的發展：理性/認知，與感性/感覺情緒

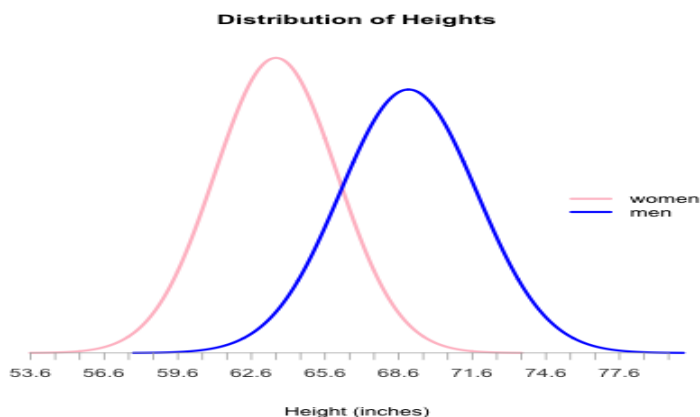
| | | |
|---------|----------|---------|
| | 感覺/情緒不壓抑 | 感覺/情緒壓抑 |
| 理智/認知發展 | 智慧，人性 | 刻板，無情 |

理智/認知不發展

情緒化，任性

麻木，行屍走肉

重男輕女，性別刻板印象 stereotype 的影響：



降龍 12 掌

1. 磐石掌：紮根在磐石上，太 7:24-27

第 1 週小組討論題

- 我的理智/認知和感覺發展的情形怎麼樣？我需要調整什麼？
- 我的安全感建築在哪裡？是否需要重建？我要怎麼樣幫助孩子建築他/她的安全感？

第 2 週

上週複習：理智/認知與感覺/感情，活出神的形象

情緒的塑造，扭曲的價值觀，不合實際的認知，自找苦吃的負面情緒

人生的夢想與意義目的

4. 受傷的大腦：

shaken baby syndrome

自閉，先天，後天？

ADHD，兒童期創傷的大腦？

TBI

壓力，害怕。父母親可以放輕鬆，相信神的帶領，順服神的創造嗎？

申 29:29

生理，感覺/情緒，認知/執行能力 executive function

孩子可以健康發展認知的環境，人格障礙的環境

5. 孩子的性格：易養型，agreeable

挑戰型

固執型

討好型

哪一種真的“易養”？

極端的結果

6. 父母親的害怕

嬰兒猝死

失控：產後抑鬱，完美主義

意外：除了萬一，還有九千九百九十九；可能性哪一個高？

處理害怕：

降龍 12 掌

1. 磐石掌：

2. 無影掌：

第 2 週小組討論題

- 從 0 到，我有多麼敢在人或孩子面前，承認自己的誤會，錯誤，或無知？我在害怕什麼？
- 當擔心萬一時，從 0 到 10，我有多麼可以想到其他的九千九百九十九？想到的結果是什麼？沒有想到的結果是什麼？

第 3 週

上週複習：安全的事實與安全的感覺，安全的感覺真安全嗎？

參考書：Shepharding your child's heart by Tedd Tripp

父母心子女情，泰德特里普，禾稼出版社

Age of opportunity by Paul David Tripp

青春的契機

單親媽媽

7. 得接納什麼？不接納的結果？

情緒與認知的發展落差

感覺的記憶

情緒的處理，讓孩子負自己的責任

孩子的哭鬧：大人煩－孩子哭－大人更煩－孩子更哭

傳 3:1-8

8. 對孩子影響最大的：父母親，

照顧的人，可以要求什麼？

環境

氣氛

影響而不是決定

9. 父母親可以負的責任：接納孩子的教導；不接納孩子叫糾正

身體接觸
安全的環境
正面的氛圍
處理孩子的感覺/情緒，接納，不否定，不壓抑，
理解，不害怕，教導認知
父母親自己的情緒

10. 父母親無法負的責任：孩子的解讀

孩子的反應
孩子的決定

11. 持續發展的：認知

語言

認知的記憶

Executive function

從0到10，我有多麼可以接受孩子的不理解？孩子不理解時，我有多麼容易沮喪憤怒？

12. 父母親容易犯的錯誤：低估孩子的能力，選擇，學習，觀察，記憶

低估自己對孩子的影響力

錯過建立關係的機會

錯過觀察，理解孩子的機會

高估自己的說服力

13. 創傷：面對與接納，中國人的文化傳統，路 17:1

辯證思維，不需要尋找罪魁禍首

不需要個人化，現在一般輔導的嚴重錯誤，同理的時候
traumatize 每一個人

讓神做神

降龍 12 掌

1. 磐石掌：
2. 無影掌：
3. 海沙掌：

第 3 週小組討論題：

- 從 0 到 10，我有多麼容易被自己的感覺（安全或不安全的感覺）兜著走？我觀察，理解，接納事實的能力有多好？
- 在教養孩子上，對我影響最大的是什麼？別人孩子的表現，中國的文化傳統，自己從小的教養，完美主義，我的感覺，神的道？

第 4 週

上週複習：海沙而非礁岩

當孩子需要對付父母，或是應付父母時；當人需要自我保護時

孩子的情緒，憤怒

孩子的掌控：

學前期

2-5 歲

1. 開始發展的：

認知：為什麼

黑白思維：以後還需要發展

自主性，主動性：孩子的選擇。你希望你的孩子自主，主動性高嗎？

會鼓勵孩子自主，主動嗎？你對2-5歲孩子自主，主動做事情的容忍度有多高？你會怕什麼，想要避免什麼？

自主性，主動性低：羞恥，害怕

孩子摔倒時，學腳踏車時，roller skate 時，做錯誤的選擇時，

犯錯誤的結果與意義：

後來的影響：

Prefrontal cortex：和情緒/感覺中心無關

降龍 12 掌

1. 磐石掌：

2. 無影掌：

3. 海沙掌：

4. 鷹架掌：

第 4 週小組討論題：

- 從0到10，我的自主性，主動性有多高？我滿意我的自主性，主動性嗎？如果我的自主性，主動性不高，是什麼造成的？在什麼地方，我得允許孩子自主，主動？我需要付什麼代價？
- 在什麼地方，我可以開始訓練孩子節制嗎？我需要付什麼代價？

第 5 週

上週複習：將心比心

拒絕掌控，以控制控

父母親對孩子學習過程“失敗”的看法與接納度

Executive function : organization skill

邏輯性思維

基本常識

處理問題的方式，溝通，還是行為？

處理感覺，處理，還是被轄制

接受挑戰的能力，思想，還是害怕，煩躁等情緒？

Think out of the box

節制，do what I ought to do, not what I want to do

時間，場合的選擇，最合適的時間，最合適的場合

加 4:4

delayed gratification ,

ADHD 的問題，衝動而非多動

順著感覺走的話呢？

和自信，青少年期危險行為，以後焦慮，抑鬱的關係

一直沒有發展的話：只剩下感覺/情緒，如果感覺/情緒沒有被壓抑的話

自我意識：集體文化 collectivistic culture

個人文化 individualistic culture

加 6:2 , 5

團隊精神

性別：對孩子的意義

性向：

降龍 12 掌

1. 磐石掌：
2. 無影掌：
3. 海沙掌：
4. 鷹架掌：
5. 烏籠掌：

第 5 週小組討論題

- 從 0 到 10，我用語言溝通的能力有多強？可以改善嗎？可以怎麼幫助孩子發展用語言溝通？
- 關於孩子學習過程對“失敗”的接納度，在哪些方面我有很高的接納度，在哪些方面的接納度卻很低？為什麼？

第 6 週

上週複習：

教導孩子的時間與時機：在於心，不在於量。耶穌，路 2:52 瑪麗亞，彼前 3:15

夫妻搭配

情緒管理

道德：害怕刑法，外面的規條；絕對的可以或不可以
顧慮別人，我的選擇。但是，當我覺得被威脅時...
性別的不同
更高的標準，是什麼？
你的道德標準發展到哪裡了？

2. 得接納什麼？不接納的結果？

行為，還是心？

教導，還是批評，糾正，貼標籤？

成長，還是現在的掌控？

3. 父母親的責任：節制，一致，神的形象

因果的示範，說話不算話

聆聽，聊天；幫助孩子認識情緒，接納情緒，表達情緒，處理情緒

接納孩子，怕孩子吵，怕孩子哭？用正確的形容詞

管教孩子的原則：為了孩子，不是因為父母的壓力，怒氣，不喜歡。管教與威脅，虐待。雅 1:20。

父母的面子，安全感，情緒

父母的方便，父母方便時，孩子是否方便？

管教孩子的時機和方式：尊重孩子，孩子也要面子

害怕衝突，避免衝突？處理衝突

什麼幫助孩子建立安全感？要求+ 陪伴，幫助

父母親自己在主裡的生命成長

4. 認知沒有健康發展的結果：任性，不講道理，沒有基本常識，沒有基本邏輯，沒有節制

5. 與弟妹的相處：威脅

競爭

責任

玩伴

軟弱的對象

避免爭吵？

6. 孩子的獎勵與懲罰：不是行為的掌控
 孩子選擇的後果
 持之以恆
7. 孩子沒事幹時：一定得有人陪，一定得有活動？
 獨處的能力
 獨處是浪費時間？
8. 對孩子影響最大的：環境，父母親
9. 孩子不同的性格：爭強好勝
 溫和
 膽怯
 孩子對事情的反應，急躁，慢熱；反擊，退縮
10. 孩子可能出現的心理問題症狀：壓力，焦慮
 不給孩子任何診斷
 拔毛，選擇性沈默
11. 父母親可以做的：
 孩子的情緒管理
 讓孩子負自己的責任
 幫助孩子認知/executive function 的發展

降龍 12 掌

1. 磐石掌：

2. 無影掌：
3. 海沙掌：
4. 鷹架掌：
5. 草莓掌：

第 6 週小組討論題

- 教導孩子在於心。從 0 到 10，我有多麼可以把握適當的時候，說該教導的話？什麼可以幫助我？
- 從 0 到 10，我有多麼可以接納，孩子還在成長的過程裡？不接納的結果是什麼？

小學期 教養孩子黃金時段

第 7 週

上週複習：

責罰孩子悖逆的心，而非行為的掌控

如果不希望孩子悖逆的話

5-12 歲

1. 自我的發展：健康發展的環境，不需要扭曲自己來自保，彌 6:8

發展不良的原因，有條件的愛，不被接納，扭曲的價值觀，過高的期望；內耗，自洽？羅 12:2，詩 46:10

努力與自卑，同樣的目標，不同的動力，造成兩個不同的過程和結果

內在動機，外在動機

Locus of control，控制點，怎麼判斷？如果不嘗試的話

價值觀的建立，鼓勵什麼，獎勵什麼，什麼讓孩子對自己滿意

自信是什麼，表現，還是自我的接納；在於自己，還是在於別人；穩定的，還是不穩定的

道德發展，他律，自律；孩子的選擇。結 36:26，太 5:27

道德，知識，與行為的鴻溝，怎麼處理這個問題？

性向

決定青少年危機

降龍 12 掌

1. 磐石掌：

2. 無影掌：
3. 海沙掌：
4. 鷹架掌：
5. 草莓掌：
6. Bonsai 掌：

第 7 週小組討論題

- 我的 locus of control 經常在哪裡？帶給我的影響是什麼？我希望我的孩子怎麼樣？
- 我認為什麼是最重要的？我怎麼教導孩子？孩子看到我平常的價值觀是什麼？什麼造成中間的差距？

第 8 週

上週複習：

學習，婚姻，養孩子，工作，服事神，敬拜神的內在動機與外在動機。啟 2:4-5，約一 2:15-16

2. 認知的發展：贏在起跑線上，能贏多久？

智商，哪些方面？可以衡量什麼，無法衡量什麼？

Executive function，不發展的原因，突觸沒有機會發展
可以改變嗎？人在不順心時的選擇

學習

| | 內容 | 表現 |
|----|----|----|
| 興趣 | ++ | +- |
| 害怕 | -+ | -- |

發生困難的時候，強迫表現，還是發展興趣和節制

同樣的目的，不同的過程和結果
智障，心不障

3. 社交的發展：玩伴，角色；帶頭，跟隨，觀察，隔離，譏諷
選擇，箴 27:19，赤者近朱，黑者近墨
經常搬家對孩子的影響，長期的關係，深度的關係
對人的理解，深度
對世界事實的認識
不發展的原因，浪費時間，害怕傷害，害怕不被重視
不發展的後果
霸凌，男生
女生

4. 得接納什麼？不接納的結果？
犯錯誤
放輕鬆，當孩子沒事幹的時候，詩 147:10，傳 9:11-12
玩，玩伴
個性，從神來的，沒有好壞
品格，發揮個性的強項，調整弱點
教導，塑造；而非改變

降龍 12 掌

1. 磐石掌：
2. 無影掌：
3. 海沙掌：
4. 鷹架掌：
5. 草莓掌：

6. Bonsai 掌：

7. 疫苗掌：

第 8 週小組討論題：

- 在學習，婚姻，工作，教養孩子，和敬拜神服事神上，有沒有什麼外在動機，取代了我的內在動機？從 0 到 10，我多麼可以回到起初的愛心？
- 從 0 到 10，我有多麼可以處理自己“沒事幹”？當看到孩子（或配偶）沒事幹時，會不會讓我抓狂？是什麼讓我不敢，不允許“沒事幹”？

第 9 週

上週複習：孩子交友的對象，環境

www.tinatchen.com

5. 對孩子影響最大的：父母親

父母親的關係，家庭氣氛

父母親對孩子的期望，過高，水漲船高，不可能

性別的文化傳統

排行，家裡的份量

6. 創傷：性侵

色情，神的靈

暴力，2/3 不受影響

霸凌

壓力，與年紀的關係

害怕，擔心

注意孩子異常行為，洗，睡眠，躲藏

7. 有些心理問題開始出現：壓力，焦慮，抑鬱，強迫，人際關係問題，
情緒問題，自割，自殺
孩童焦慮與成人焦慮的不同，消失，越來越
嚴重
父母親的角色與處理
藥物的使用，ADHD，雙向，精分
成績表現的意義，信號
8. 注意孩子什麼：睡眠
笑容
輕鬆的時間
安靜獨處
9. 父母親的責任：
管教原則已經樹立
價值觀的建立，被誰？
孩子的情緒管理
Proactive vs reactive：固定的時間，全面的教導，聖經，品格
節制 (discipline)：do what I ought to do, not what I want to do
順服，不硬著頸項
謙卑，接受自己的有限，不是人上人
舒服的挑戰
自我中心的挑戰
父母親的安全感
彈性，放棄堅持，信仰與生活的韌性

降龍 12 掌

1. 磐石掌：
2. 無影掌：
3. 海沙掌：
4. 鷹架掌：
5. 草莓掌：
6. Bonsai 掌：
7. 疫苗掌：
8. 穿石掌：

第九週小組討論題

- 我每天是否可以有一些時間跟孩子在一起，什麼時間？要跟孩子談什麼？有沒有哪些題目會有困難？
- 從 0 到 10，我有多麼可以聆聽孩子，聽他講一些我認為無聊透頂的事？從孩子講訴的這些無聊事裡面，我是否可以更多的理解孩子？

青春期

情緒問題，心理問題彰顯的時期

上週複習：溝通的習慣

從小的延續，焦慮，抑鬱，情緒，人際關係

12-18 歲

1. 自我的發展：悖逆，自我意識的不成熟表達

挑戰，父母親對孩子的理解，孩子對自我的理解

自我的形成，認識，與接納

自我意識覺醒，父母親決定，朋友，社會環境，神的創造

自我價值的決定，長相，家世，成績表現，人緣？

自我決定

| | | | | |
|------|---|------|--|------|
| | | + | | - |
| 自我發現 | + | 自我形成 | | 自我尋找 |
| | - | 自我假設 | | 自我模糊 |

2. 認知的發展：自我中心；孩童期，成人期

假想觀眾

個人神話

沒有繼續發展下去的結果

3. 大部分心理問題開始出現：壓力，焦慮，抑鬱，人際關係，強迫

衝動，暴力行為，自割，自殺

性向

藥物的使用

降龍 12 掌

1. 磐石掌：
2. 無影掌：
3. 海沙掌：
4. 鷹架掌：
5. 草莓掌：
6. Bonsai 掌：
7. 疫苗掌：
8. 穿石掌：
9. 無敵掌：

第 10 週小組討論題：

- 到了青少年期，我的孩子會不會有什麼還沒有準備好的？我現在還可以做什麼？
- 有沒有哪些青少年時期的發展現象，自我中心，假想觀眾，和個人神話；我現在還沒有渡過？

第 11 周

上週複習：建築房子，建立根基，往上建造

自我發現，自我決定；沒有發展好的結果，先天傾向決定我的行為；競爭，討好，表現，退縮退讓，攻擊，
在學習表現上，孩子對自己的理解和接納。父母親可以接納嗎？
信任孩子的判斷，孩子判斷錯誤的時候
管孩子多少，教越多，管越少；不教就管，不教光管；代表我的心

孩子的專心度，興趣，節制，其他因素；人還是成績表現？

4. 孩子對學習失去興趣：

壓力：過高的期望，擔心害怕，躺平，厭學

課外活動：多少？

休閒：浪費時間？網癮？

心情：父母親的情緒，家庭氣氛，環境安全，

交友：不被接納，異性朋友，

害怕：社交退縮，家庭衝突，經濟困難

5. 成績下滑的時候：父母親做什麼？

工作倦怠：現象

處理

崩潰

壓力，心情

發生事件

逼

6. 得接納什麼？不接納的結果？

荷爾蒙不穩定，情緒不穩定，思維混亂

獨立性，意願與能力

7. 對孩子影響最大的：朋友，成群結黨

社交性高 受歡迎

被接納

社交性低 被排斥

被忽視

搬家對孩子的影響

霸凌，男生，女生

孤獨的孩子

早戀，異性朋友；跳躍小學期的交友，快速進入親密關係

性向

8. 受歡迎/被接納的孩子：長相

成績

行為

表現

社交能力

降龍 12 掌

1. 磐石掌：
2. 無影掌：
3. 海沙掌：
4. 鷹架掌：
5. 草莓掌：
6. Bonsai 掌：
7. 疫苗掌：
8. 穿石掌：
9. 無敵掌：
10. 床墊掌：

第 11 週小組討論題：

- 從 0 到 10，我有多麼可以信任孩子對自己的判斷？有沒有什麼困難？什麼可以幫助我？

- 從0到10，我有多麼可以柔軟但堅韌？我會不會在強勢掌控，和巴結討好的兩個極端裡跳躍？是否可以支持，理解，但不縱容？

第12週

上週複習：孩子誠實的對自己判斷，當人不需要自我保護時

孩子的朋友，影響孩子的

學習倦怠，Burn out；外在壓力大於內在動機；工作，服事

先天傾向；討好，愛

9. 危險青少年特質：

學校成績表現不理想；不在於好不好，而是滿不滿意；永遠不會工作倦怠的事

和父母親的關係

人際關係；被接納，被排斥，被忽視

和長輩的關係，教會的輔導

親近的朋友；選擇？

壓力

10. 青少年危險行為：

高危險度行為：飆車，打架，fraternity

自殺，自割，厭食

厭學，輟學

非法行為：偷竊，偷窺，破壞

酒精藥品的使用

大麻合法化，對大麻的認識，大麻的危險

性行為

Prom night

11. 青少年危險行為的預防：

韌性

完美主義

解決問題的能力

溝通能力

自我價值

社會支持

未來的希望

12. 孩子不認錯的時候：孩子看到的父母，是什麼樣的父母？自己永遠都是對的？自己從來不認錯，不敢認錯？父母親死要面子？

13. 孩子的態度：父母親的態度和處理

14. 孩子非語言的溝通：

沈默：不高興，不開心，不以為然，不在乎，無言的抗議

臉色：心情，反應

不耐煩：

逃避：給予時間

爭辯：

悖逆：

反抗：

暴力：

15. 父母親可以做的：陪伴，family time，attachment

理解

溝通，孩子多麼願意，多麼可以跟父母親敞開

家庭穩定性

父母親的形象

父母親的權威性

道歉而不解釋，自我保護

教導，而不是指正；給孩子時間思想，掙扎，成長，
甚至犯錯誤

後悔？

16. 父母親自己的心理問題：壓力

焦慮

抑鬱

人際關係問題

*父母親從孩子小時候花的時間，下的功夫，這個時候開始產生作用
感覺的記憶，親子關係與溝通，自我發展

降龍 12 掌

1. 磐石掌：

2. 無影掌：

3. 海沙掌：

4. 鷹架掌：

5. 草莓掌：

6. Bonsai 掌：

7. 疫苗掌：

8. 穿石掌：

9. 無敵掌：

10. 床墊掌：

11. 海綿掌：

第 12 週小組討論題：

- 從 0 到 10，我的恢復能力有多強多麼可以接受不完美的事實，不落在後悔懊惱中？什麼可以幫助我？我的孩子呢？
- 孩子漸漸長大時，從 0 到 10，我有多麼可以慢慢放手？我會害怕什麼？我可以安排好我自己的獨立生活嗎？

第 13 週

孩子打入青少年團契，退修會，夏令營

屬靈，屬世；耶穌的講道，箴言，傳道書，雅歌，羅 14:14，徒 10:15，林後 3:6-7

心理學，箴言，傳道書，客觀誠實的觀察，AI

神學，dogma 教義，doctrine 教條，opinion 意見

青年期

18-25 歲

1. 對人影響最大的：工作，創 1:26，帖後 3:10
專業的選擇：興趣，能力，社會需求
親近的人
獨身，為什麼？
社會，文化
2. 交友問題：條件
3. 大部分心理問題已經出現：壓力，害怕，焦慮，抑鬱，強迫，精神分裂，出櫃

中年期

26-40 歲

1. 對人影響最大的：工作，能力，態度？人際關係？
婚姻家庭

壓力，經濟標準；工作目的，婚姻期望值，人際關係，
父母親

積極或是枯燥無趣，下了班做什麼？喜歡做家事嗎？
喜歡帶孩子嗎？什麼都不喜歡？

還在學習嗎？學什麼？有興趣嗎？

可以從環境中學習嗎？觀察，判斷

2. 工作的意義：養生

自我實現，肯定，和發展？

還是，賽43:7，工作性質，職位，態度？

3. 家庭與事業的平衡：什麼可以等，什麼不能？

魚與熊掌不可兼得的時候，沒有了什麼會讓我以後
後悔，我的選擇是什麼？

4. 體力，記憶力開始下降：菁英漸漸過氣

接受事實的能力有多少

接受以後，生命的多面性

不接受的話，焦慮，沮喪，抑鬱

理解力，組織能力可以增加

社交能力可以增加

成熟度可以增加

Executive function

第二個事業

5. 空巢的準備：可以 let go 嗎？

孩子預備好了嗎？

自己預備好了嗎？

自己的獨立性
對孩子的期望和失望

6. 父母親的照顧：住美國還是住台灣/中國？孝順？
7. 健康生活譜：生活的樂趣和多面性
嘗試新的經驗
8. 父母親可以做的：父母親的健康和獨立性
和孩子同住？

成熟期

40-60 歲

1. 對人影響最大的：成就，工作，家庭，社交，其他
自我意識清楚還是絕望
神
2. 開創新事業：服事神
宣教
Second career
3. 工作倦怠：
4. 空巢：可以回到年輕時的自在嗎？
5. 鳳還巢：
6. 對孩子的期望和失望：

7. 父母親的健康和看護：
8. 父母親的離世：
9. 退休計劃：和世界的漸漸遠離
 - 生活重心
 - 生命意義
 - 自己的獨立性
 - 焦慮的軀體症狀
10. 父母親可以做的：
 - 自己生活的獨立
 - Adult community
 - Assistive living
 - Nursing home

降龍 12 掌

1. 磐石掌：
2. 無影掌：
3. 海沙掌：
4. 鷹架掌：
5. 草莓掌：
6. Bonsai 掌：
7. 疫苗掌：
8. 穿石掌：
9. 無敵掌：
10. 床墊掌：
11. 海綿掌：

12. 蝴蝶掌：

第 13 週小組討論題：

- 人到了 30, 40 歲以後，開始得慢慢承認接納，自己恐怕無法成為總統，大公司總裁，或總統夫人。你覺得這是一件好事還是壞事？人這時候生命的重心可以是什麼？回想過去，會不會後悔做了什麼，或是沒有做什麼？
- 到了中年期，人得開始承認接納，自己的孩子恐怕無法成為總統，或是大公司總裁。你覺得這是件好事還是壞事？回想過去，會不會後悔過去沒有跟孩子做什麼，或者跟孩子做了什麼？