

婚姻家庭輔導

目的：

幫助夫妻倆人在神面前對婚姻，彼此，以及神在婚姻中的旨意有更多的了解；也對婚姻中所遇到的難處有一些基本的認知，並且學習從難處里生命成長和彼此扶持，以致越來越多的榮耀基督。

內容：

I. 简介

II. 婚姻辅导

1. 神在婚姻裏的祝福
2. 彼此了解
3. 男女的不同
4. 離開與結合
5. 經濟處理
6. 孩童教養
7. 領導與幫助
8. 時間的安排
9. 控制慾
10. 怒氣
11. 溝通
12. 衝突

III. 婚姻问题

1. 一般问题
2. 家暴
3. 婚外情
4. 离婚

IV. 参考书

Leslie Vernick, How to do right when your spouse acts wrong.
Paul David Tripp, War of words.
Dan Allender & Tremper Longman, Cry of the soul.
Carol Gilligan, In a different voice.

V. 功课

1. 读书报告
2. 辅导模式操练
3. 问题思想，网上讨论

I. 简介

- A. 家庭问题和神的关系：基督教辅导模式与非基督教辅导模式
- B. 圣经中的人际关系：诗 51： 4， 撒下 16： 12， 创 39： 9， 45： 8， 42： 21-22，
创 16
问题还是事实？
- C. 负面情绪处理：诗 77
 - 1. 诗人在这首诗中表现了那些负面情绪？
 - 2. 诗人负面情绪的造成因素是什么？
 - 3. 到诗的最后，诗人的问题解决了么？
 - 4. 诗人的负面情绪得到解决了吗？
 - 5. 诗人的负面情绪如何得到解决的？
 - 6. 负面情绪没有得到解决的后果是什么？
 - 7. 你什么时候会说谎？什么时候会骂人？什么时候会背后批评论断人？
 - 8. 以大卫为例，你可否想到大卫可能有过那些负面情绪？大卫是否因为有负面情绪而做出得罪神的事？
 - 9. 以扫罗为例，扫罗在处理负面情绪上和大卫有那些不一样的地方？你经常用那种处理方式？
 - 10. 你经常有那些负面情绪？
- D. 神的主权的问题
 - 1. 对神主权的认识
 - 2. 对神主权的接受
 - 3. 对人责任的认识
 - 4. 对人责任的接受
- E. 家庭问题给我的挑战
雅 1： 12-15
路 6： 43-45
- F. 基督教辅导和非基督教辅导的不同：太 6： 31-33
林后 5： 17， 罗 12： 2， 弗 2： 10， 创 1： 27
- G. 改变的问题：
 - 1. 改变行为：
 - 2. 改变心：
时间
频率
强度
 - 3. 如何改变：
心， 思想， 感觉， 与行为的关系

辅导模式操练：

偶像的问题：

H. 家庭作业：辅导模式操练

请找出一样负面情绪来分析

在一个家庭问题中稍微划分一下神的主权和自己的责任

II. 婚姻辅导：

A. 神在婚姻裏的祝福

1. 我希望從婚姻家庭輔導中得到什麼？
我為什麼要結婚？我希望從婚姻中得到什麼？
2. 什麼樣的婚姻是蒙神祝福的婚姻？基督徒的婚姻應該是什麼樣的婚姻？我如何在婚姻中榮神？
羅 8:28
3. 同蒙生命之恩：彼前 3:7
創 2:18
4. 管教之恩：希 12:6
約 15:2
5. 敬虔的後代：
6. 我從前希望我的婚姻是什麼樣的婚姻？當希望落空時我怎麼處理？我是否可以接納神在我生命裏各種不同的祝福方式，並且願意為一個榮耀神的婚姻而盡自己的努力？
7. 我對愛的看法是什麼？愛和情慾有什麼不同？當希望破滅時我是否還能有愛？
8. 愛與婚約的關係：婚姻是一永約(瑪 2:14)

II. 彼此了解

1. 婚前恋爱：
谈恋爱，如何谈，谈什么？
2. 个性和品格的问题：
3. 思想對方的長處和短處：
有沒有可能，婚前對方的長處婚後成了他的短處？
若是如此，我可以面對，可以接受嗎？
對方的短處呢？我想要改他(她)嗎？我認為他(她)應該要改嗎？若是他(她)不改，我願意在愛裏接納他(她)並且幫補他(她)嗎？可以欣賞他(她)的短處嗎？
神對人的要求是否是人能夠達到的？律法的功用是什麼？
羅 3:20, 8:3-4, 5:20-21
加 3:23-25
4. 我/他(她)的個性是：樂觀/悲觀
積極/消極
急性子/慢性子
內向/外向
熱鬧/安靜
能言善道/沈默
勤快/輕鬆
緊張/自在
很有主見/較無主見
勇敢/怯弱
5. 個性和品格有什麼不同？
6. 我們如何處理我們個性上的不一樣？我可以欣賞對方的個性嗎？還是我希望他(她)和我一樣？我們不同的個性搭配有什麼好處？喜好上的不一致呢？林前 12:22-27
7. 我的過去和我的家人都可以向對方敞開嗎？
我會擔心被對方輕視看不起嗎？對方的家人呢？我會在什麼情況下不接納對方，看不起對方或他的家人？
中国人的问题。
8. 我從前是否有結過婚？訂過婚？有過要好的男/女朋友？這些過去可以向對方敞開嗎？我自己可以面對這些過去嗎？
9. 我希望從婚姻中，從對方身上得到什麼？
我又能給予對方什麼，幫助什麼？
10. 我可以学习无条件的爱和接纳吗？

III. 男女的不同

1. 職份不同
創 1:26, 2:18
男的好还是女的好?
2. 咒詛不同
創 3:16, 17-19
男的好还是女的好?
3. 理性與感性
組織與關係
物質與感情
大綱與細節
事實與感覺
分析與直覺
獨立與親蜜
溝通層面
4. 接納彼此的不同
謙卑
了解
彈性
合作
5. 在信仰上的掙扎
容易犯的罪
6. 在不同中領受神的祝福
7. 现代社会中男女角色的混乱，文化传统，与属灵的真实意义。

IV. 離開與結合

1. 我父母的意見，喜怒是否常對我的決定有決定性的影響？
 2. 我父母對我的配偶有意見時，我是否會受到影響？
 3. 我的父母是否會造成我配偶的不自在，威脅，爭競，不安全感？
 4. 我是否會有夾在父母親和配偶之間作難的感覺？
 5. 我是否需要瞞著父母來討好配偶，或瞞著配偶來討好父母？
 6. 我是否在對父母說“不”上有難處？
 7. 我是否仍渴望得到父母的稱讚？仍然希望父母以我為榮，以我為最好的孩子？
 8. 我最崇拜的人是否是我的父母？
 9. 我是否希望我的配偶像我的父親/母親？
 10. 我是否可以接納對方的父母？是否願意代替對方來孝順他的父母？
- . 離開，離開什麼？
習慣，舒適範圍，安全感，自以為是…
 - . 結合，結合什麼？
林前 7:4, 12:26
 - . 我是否可以完全接受神在羅 5:12-19 的律？
 - . 室友和夫妻有什麼不同？

V. 經濟處理

1. 我對金錢的看法是什麼？錢對我來說重要嗎？
2. 我是屬於比較大方的還是比較節約的？我用錢都有計劃嗎？
3. 我對存錢的看法呢？除了一些基本的退休帳戶外我是否還認為需要購買其他保險/基金？
4. 我們如何處理對金錢不一致的看法？
5. 我認為夫妻應不應該有自己的帳戶？我對“私房錢”的看法是什麼？
6. 家裏的帳由誰來負責？
7. 有了孩子之後我認為媽媽應不應該出去工作？為什麼？
8. 我希望住什麼樣的房子？家事將如何分配？
9. 我對貸款的看法是什麼？
10. 我的父母需要我經濟上的支助嗎？如果配偶的父母在金錢上有需要，我是否會支持配偶供給他的父母？
11. 路 16:9-13

VI. 子女教養

1. 我希望有幾個孩子？我的配偶呢？我們的家人呢？
2. 我喜歡男孩還是女孩？我的配偶呢？我們的家人呢？
3. 如果沒有孩子我們仍然可以滿足喜樂嗎？
4. 我覺得孩子和配偶誰比較重要？
5. 我覺得什麼對孩子是最重要的？
6. 我相信孩子的未來由什麼來決定？
7. 我希望我的孩子將來成為什麼樣的人？
8. 在孩童教養上我的看法是什麼？我希望配偶如何跟我配合？
9. 我們將如何處理在子女教養上不一樣的觀點？
10. 我有信心可以教養出優秀的孩子嗎？

VII. 領導與幫助

1. 我對“丈夫是妻子的頭”的看法是什麼？
2. 我如何具體活出“丈夫是妻子的頭”來？
3. 我如何幫助丈夫成為我的頭？
4. “領導”和“挾制”有什麼不同？我如何領導/接受領導而不挾制/接受挾制？
5. 被領導會造成我不服氣或低人一等的感覺嗎？
6. 妻子應當怎樣“幫助”丈夫？
7. “幫助”和“挾制”有什麼不同？我如何幫助/接受幫助而不挾制/接受挾制？
8. 被別人拒絕幫助會造成我的憤怒嗎？
9. 接受人幫助會讓我自慚形穢嗎？
10. 什麼叫做“以別人為中心”？
11. 我對“丈夫愛妻子…為妻子捨己”的看法是什麼？
12. 妻子和我的面子，原則，對錯，方便，金錢，成就感，安全感…比起來那個比較重要？
13. 什麼情況下我覺得我不應該/沒有辦法愛妻子？
14. 神在我學習愛的功課上有什麼重要性？
15. 我對“妻子順服丈夫”的看法是什麼？
16. 當順服丈夫威脅到我的原則，方便，安全感，自尊，金錢…時，我的選擇是什麼？
17. 什麼情況下我覺得我不應該/沒有辦法順服？
18. 神在我學習順服功課上的重要性是什麼？

VIII. 時間的安排

1. 我對工作，家庭，服事的優先次序是什麼？我對配偶的期待是什麼？
2. 我/他(她)是個善用時間的人嗎？我能接受他(她)在時間上的處理嗎？
3. 生了孩子以後工作，配偶，服事，和孩子的優先次序是什麼？
4. 我對休閒的看法是什麼？我有什麼休閒嗜好？
5. 我/他(她)在對人說“不”上是否有困難？
6. 我做事是喜歡早早做完還是等到最後一分鐘？
7. 我常遲到嗎？
8. 我是什麼樣的人？我喜歡什麼樣的人？快動作的，還是慢工出細活的？我能接納和我不一樣的人嗎？

IX. 控制慾

1. 我有多少控制慾？
2. 控制慾是什麼？雅 4:13-16
3. 我用什麼方式來控制；囉唆，發怒，沈默，金錢，愛…
4. 控制的結果：
5. 控制和管理，計劃，節制，教導的不同：路 12:19
6. 解決控制慾：林前 3:6

X. 怒氣

1. 怒氣是什麼？是不是罪？
2. 什麼叫“義怒”？我發的怒是義怒嗎？
3. 什麼使我發怒？
失望：挫折，壓力，恨
害怕：自我保護，憂慮，擔心
路 6:43-45
4. 怒氣立刻可以給我什麼？權威感，報復感，優越感，控制…
5. 長期發怒的結果：失去尊嚴，關係破裂，被怒氣控制，麻木…
6. 在怒氣中我做什麼？生氣不可犯罪對我的意義是什麼？
7. 解決怒氣：為自己的怒氣負責
放棄立刻達到的目的
謙卑，順服神
認罪
8. 我願意學習用別的方式來解決問題嗎？

XI. 溝通

1. 溝通的層面：
寒暄語
事實
意見
感覺
身體觸摸
完全透明
2. 性別在溝通上的不同
3. 溝通的目的：
我和人溝通的目的：

我的禱告：
神怎麼和人溝通

4. 有什麼攔阻我和人的溝通：

害怕：丟臉，不被接納，衝突…

驕傲

恨

失望

自我中心

控制

論斷

錯誤的假設

5. 說的目的：表達自己，分享自己

避免保護性的攻擊

不是發泄憤恨

不是說服別人

不是自我辯護

不是自我表現

不是控制別人

不是改變別人

不是攻擊別人

6. 聽的目的是了解對方，欣賞享受對方，支持對方

不是尋找攻擊點

避免批評論斷，偏見，自我保護，想改變對方

不需要解決所有的問題，給所有的答案

7. 沟通时情绪的处理

节制

不用情绪来控制人

8. 复习问题：

a. 沟通的层面有几个？通常我和人沟通到那个层面？

b. 查经时我们沟通的层面到那一个？你认为我们查经时沟通的层面应该到那一个？如果只到第二个是什么样的查经？只到第三个的呢？

- c. 我渴望可以有更深的沟通层面吗？为什么没办法达到？
- d. 我通常在什么情况下才会找人去沟通？通常我和人沟通的目的是什么？
- e. 我对人有兴趣还是对事有兴趣？神呢？
- f. 通常我在什么情况下才会找神沟通？找神沟通的目的是什么？
- g. 和别人谈话时我有没有注意到我是说得多还是听得多？
- h. 我在沟通上有那些问题？只要别人听我的，我却从不听别人的；怕人笑话所以不说，话没听完就下结论，话说半句吞半句，顾左右而言他，听话心不在焉，永远要站上风，喜欢论断，永远要说最后一句话，永远要在别人的话上加眉批，必需要给一个答案…
- i. 当别人的意见看法和我不一样时，我是否可以看到他的观点？是否愿意承认他也很有道理？
- j. 我自我保护的反应有多强烈？

XIII. 衝突

1. 衝突是什麼？
2. 衝突可以避免嗎？
3. 為什麼我們不喜歡衝突？
4. 衝突時我想要什麼？
立刻終止衝突，勝過對方…
5. 衝突時我做什麼？
6. 衝突的處理：
約伯記中的衝突
注意情緒的處理
允准不同的觀點
了解情緒化的言語
避免人身攻擊，翻舊帳，保護性的攻擊，記帳，破壞性的言語，找別人來支持自己的觀點，快速的終止衝突，要求對方道歉
7. 當衝突發生時我是否還可以保持心平氣和？
8. 我是否可以對事不對人，把人和事稍微分一分？
9. 問題思想
 - a. 我對衝突的反應是什麼：逃避，迎戰，必需獲勝，速戰速決，了解對方？
 - b. 我是否會因為害怕衝突而不說該說的話，不做該做的事？
 - c. 從 0 到 10，我有多想在衝突中獲勝？讓別人獲勝我的感覺是什麼？
 - d. 家庭中衝突的原因經常是：害怕一沒面子，沒好結果，沒尊嚴；報復
 - e. 為了在衝突中獲勝，我是否會不擇手段，借着損人來抬高自己肯定自己？
 - f. 在衝突時我是否可以安靜下來，聽對方的聲音，了解對方？
 - g. 在處理衝突上我有多少創意？
 - h. 我是否可以心平氣和的溝通不同的意見？
 - i. 在衝突中我有多少情緒化的言語？我多麼會被情緒化的言語激怒？事後我還多麼會允許情緒化的言語霸占我的思維？
 - j. 事情平順跟神的喜悅和祝福那個比較重要？

婚姻问题

1. 一般问题
单身
新婚
养育
空巢
单身
2. 家暴
3. 婚外情
处理
4. 神对婚姻的看法：创 2:24，箴 5:15，玛 2:14-16
5. 摩西的律法：申 24:1-2，可 10:1-12
6. 基督徒可以離婚嗎？為什麼？
7. 合乎圣经的离婚与再婚
合乎圣经的离婚：林前 6:15-16，太 19:9
林前 7:13，太 18:15-17
离婚后十戒
再婚前十思
8. 复习问题：
 - a. 人为什么要结婚？结了婚为什么要离婚？离了婚又为什么还要再婚？人的问题到底出在那里？婚姻或是解除婚姻可以解决人的根本问题吗？
 - b. 根据圣经，旧约中什么人可以再婚而不算犯奸淫？什么人再婚则是犯奸淫？
 - c. 根据这堂课的教导，只有那两种情况的离婚是和乎圣经的？再婚呢？
 - d. 摩西何时颁定十戒，是在出埃及之前还是在出埃及之后？是向谁颁定，是向埃及人还是向以色列人？因此，我们可以要求非基督徒遵守神的律吗？靠着我们自己，我们有办法遵守神的律吗？婚姻问题真正让我们看到的是什么？
 - e. 离婚的人经常会有那些负面情结？

离婚后十戒

1. 不可活在过去.
2. 为现在负责任，并且不埋怨过去.
3. 不自哀自怨自怜.
4. 在过去婚姻的失败中承认自己应负的责任.
5. 不可用另外一个婚姻来解决现在的问题；也不可用另外一个婚姻来创造未来.
6. 不可使孩子成为报复或得到什么的工具.
7. 不可恶意批评或破坏前夫或前妻.
8. 不可粉饰太平，需要谦卑的承认自己的伤害.
9. 努力学习独自生活或是做一个好单亲.
10. 学习处理过去的情续，面对现在的生活，和计划未来.

再婚前十思

1. 我为何再婚？
2. 我离婚后的生活处理的好吗？
3. 我对第二次婚姻的期盼是什么？
4. 我的孩子是否能接受上一次的离婚？他是否仍希望父母亲可以复合？
5. 如果可以的话，我是否原意复婚？如果不可能，我是否可以坦然面对前妻或前夫以及他的家人？
6. 我是否可以和现在交往的对象谈过去的婚姻？我是否会拿现在交往的对象和前夫或前妻相比.
7. 在前一次失败的婚姻中我学到了什么？
8. 我如何处理失望？
9. 我对下一次婚姻的成功有确据吗？我的确据是什么？
10. 我对婚姻是否会有恐惧感？