



養兒育女, 承主託, 蒙主恩





按照圣经
教养子女



Q1

a. 你對孩子的期望是什麼？

b. 聖經的對父母的教導是什麼？

cfccsj



按照圣经
教养子女



Educated people, including physicians, should know the secret to happiness is no mystery. According to "Good Stuff" (Progressive Business Publications; 800-220-5000), all it takes is the ability to do what is on the list below. If taking all this advice seems like a tall order, try slipping as many of these "secrets to happiness" as possible into your day. You soon may be rewarded with a more positive outlook on life.

cfccsj



Secrets to Happiness



- Forgive
- Forget
- Apologize
- Admit errors.
- Avoid mistakes
- Listen to advice
- Keep you temper
- Shoulder the blame
- Make the best of things
- Maintain high standards
- Think first and act accordingly
- Put the needs of others before your own needs.



聖經對父母的教導

按照聖經
教養子女



詩篇 127:3

兒女是耶和華所賜的產業；所懷的胎是他所給的賞賜。

以弗所書 6:4

你們作父親的，不要惹兒女的氣，
只要照著主的教訓和警戒養育他們。

歌羅西書 3:21

你們作父親的，不要惹兒女的氣，恐怕他們失了志氣。



聖經對父母的教導

按照聖經
教養子女



瑪拉基書 3:15

雖然神有靈的餘力能造多人，他不是單造一人麼？為何只造一人呢？乃是他願人得虔誠的後裔。所以當謹守你們的心，誰也不可以詭詐待幼年所娶的妻。

箴言22:6

教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離



兒童成長箴言

按照圣经
教养子女



- 成長在批評中的孩子; 他學會責難
- 成長在敵意中的孩子; 他學會爭鬥
- 成長在嘲諷中的孩子; 他學會畏縮
- 成長在羞辱中的孩子; 他學會內疚
- 成長在寬容中的孩子; 他學會忍耐





兒童成長箴言

按照圣经
教养子女



- 成長在激勵中的孩子; 他充滿信心
- 成長在讚美中的孩子; 他學會欣賞
- 成長在公平中的孩子; 他學會正義
- 成長在安定中的孩子; 他學會信任
- 成長在讚許中的孩子; 他學會自愛
- 成長在接納中的孩子; 他會在世界追尋愛心





Q & A

1. 怎么能读懂孩子呢？对他们有更多的耐心？
2. 听到过很多人都说孩子小的时候是管教的最重要的阶段，想问问具体如何管教，从基督徒的角度来说，我们最应该哪些方面的管教？比如品格？习惯等？





按照圣经
教养子女



Q2

a. 對於照顧教養兒女你(妳)所遇到最大的挑戰和難處是什麼?

b. 如何教導幼童學齡兒童?

cfccsj

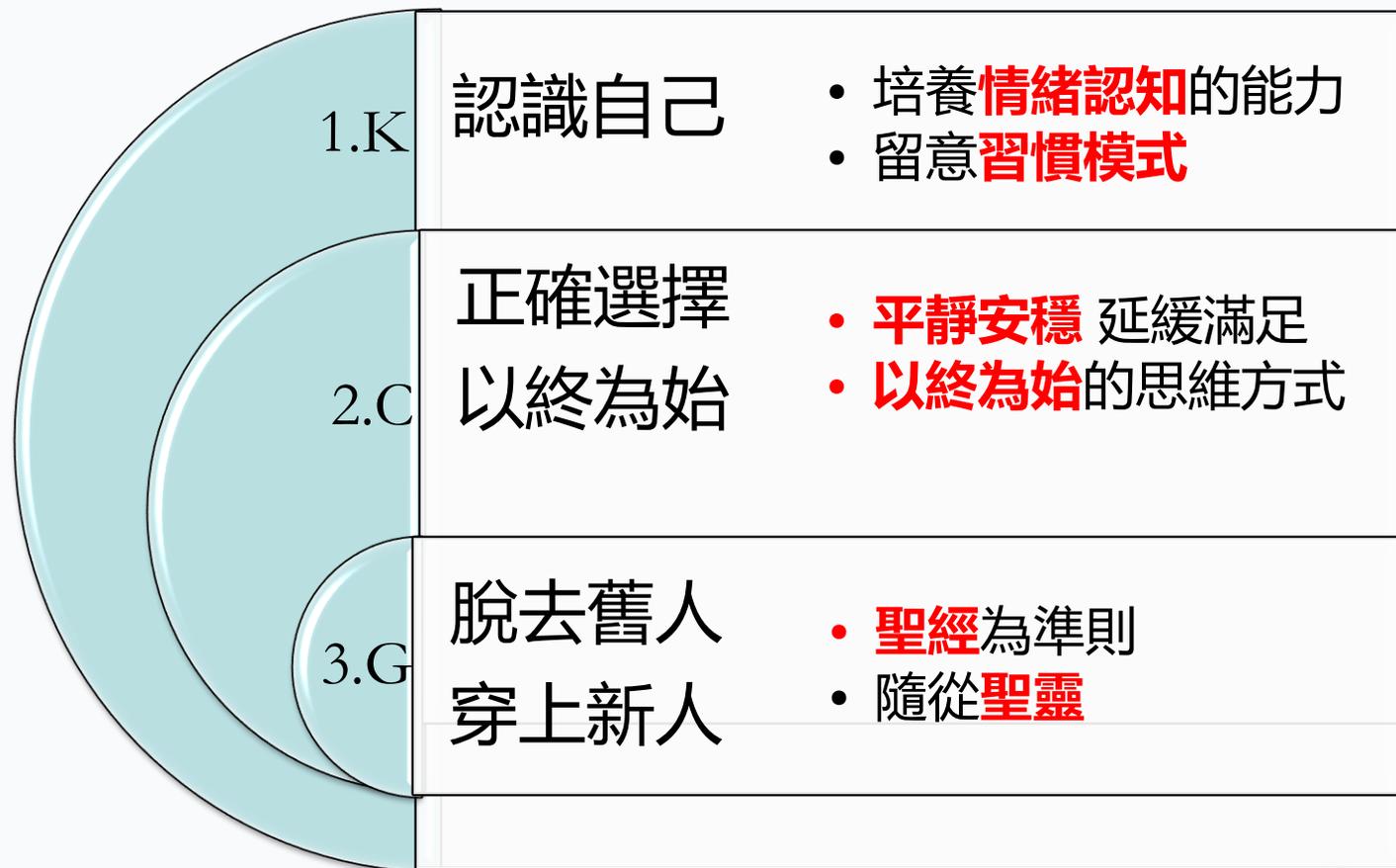


- 先搞定自己的情緒
- 再搞定孩子的情緒
- 做孩子的情緒教練, 按聖經的話引導他(她).



6秒鐘改變你的情緒

按照聖經
教養子女





按照圣经
教养子女

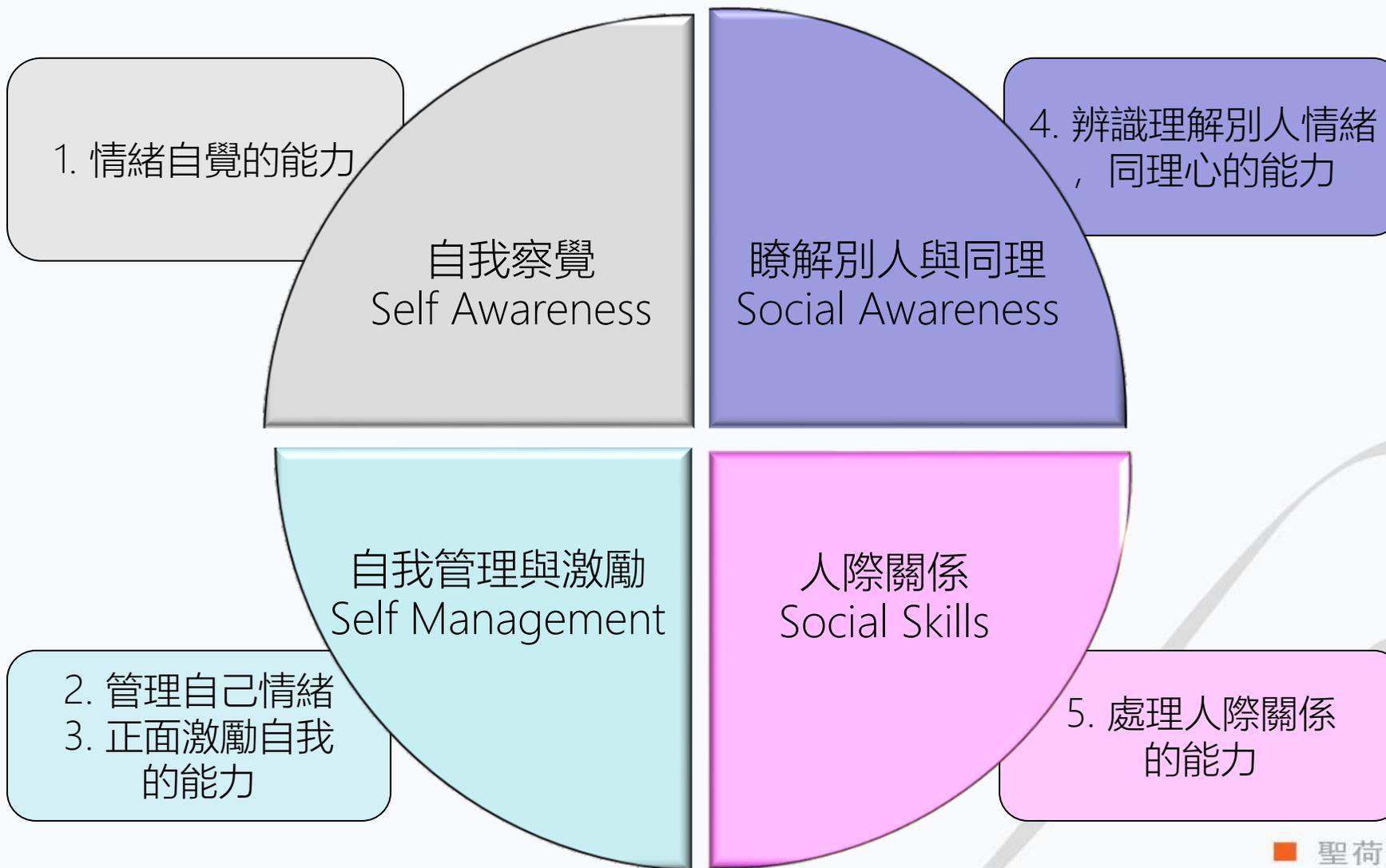


把生活中困擾你(妳), 感到不順心的人事物,
視為鍛煉你(妳)情商的學校. 而遇到教養兒女
的挑戰和困難, 視為是提升情商的最佳時機.
並且也是教導孩子, 如何適當處理衝突,
面對困難和操練聖經的話語的最好機會!

cfccsj



情緒智慧的五種基本能力 (4S)





情緒自覺 (Self-Awareness)

➤ 善用反饋，知道自己的情绪按鈕，



cfccsj



案例一：姊弟之爭

弟弟和姊姊又起了衝突

弟弟拿了姊姊的貼紙簿，想看看姊姊的收集的夢可寶貼紙。姊姊見他沒有經過許可，隨便亂拿她的東西，就生氣的想把它搶回來。但是弟弟緊緊抓著不肯放手，姊姊見搶不回來，就一面搶，繼續一面打他。媽媽看到這個瘋狂的場面，立即抓狂，口裡喊著，你們在幹嘛？怎麼打起架來了？





- 姊姊: 弟弟拿我的貼紙簿.
- 媽媽: 借他看一下有什麼關係?
- 姊姊: 他沒有問我, 就自己去拿!
- 媽媽: 弟弟為什麼不問? 亂拿姊姊的東西?
- 弟弟: 問了姊姊, 可是姊姊不借我.
- 姊姊: 騙人, 你沒問我
- 弟弟: 妳才騙人.
- 媽媽: 你們這兩個小孩會把我逼瘋啦!





按照圣经
教养子女



- 先搞定自己的情緒
- 再搞定孩子的情緒
- 做孩子的情緒教練, 按聖經的話引導他(她)



- 媽媽的**自我覺察**：我現在自己一肚子火。兩個都不對，一個不尊重人，一個太兇狠，真是氣得我半死。
- 媽媽的**自我管理**：深呼吸，**以終為始**，我不能在火上加油。
- 媽媽的**瞭解別人與同理**：姊姊其實很擔心，心愛的貼紙會被弟弟弄壞，或是不見。但不知道如何保護它們。她不是兇狠，她需要的是我的指導，不是我的怒氣。





按照圣经
教养子女



- **媽媽:**弟弟, 媽媽告訴過你和姊姊, 我們要尊重別人和他 (她) 的東西. 沒有別人的允許, 我們不可以直接拿走. 你沒有經姊姊的同意, 拿了他的貼紙簿, 這是不對的. 請你向姊姊道歉! 而且請你先把貼紙簿還給她.
- **弟弟:** 可是姊姊不會借給我.

cfccsj



- **媽媽:** 媽媽是說你未經姊姊同意, 拿了她的貼紙簿, 這是不對的
請你立刻向姊姊道歉, 並且把東西還她 (媽媽選擇用
平靜安穩的權威) 你沒有經過同意, 拿了東西這是不對的,
請道歉 . (弟弟還要繼續辯解.....)
- **媽媽:** 請道歉, 請歸還
- **弟弟:** 可是.....
- **媽媽:** 請道歉並歸還 (媽媽強化正向行為) 知道做錯立刻
回改的人真是了不起. 是上帝的非常喜悅的!





- **媽媽:** 姊姊, 弟弟拿了妳的貼紙, 讓妳很緊張, 你害怕他弄壞或不見對嗎? (媽媽:幫助孩子培養覺察自己情緒的能力) 媽很生氣的時候常常想不出辦法解決, 下次你生氣的時候先深呼吸, 安靜的時候才會有智慧(幫助孩子培養控制自己的能力).
- **姊姊:** 不要! 我討厭弟弟
- **媽媽:** 妳好擔心, 好害怕, 所以生氣. 生氣的時候可以先深呼吸, 安靜下來才有智慧解決問題. 來姊姊練習看看,





按照圣经
教养子女



很多父母以為孩子聽不懂這些話, 我們的經驗是, 孩子是可以被教導的. 只要不是父母為發洩情緒, 絮絮叨叨的說一大串. 跟孩子說了幾次這種短而清楚的話之後, 竟然發現孩子遇到不順心的事情, 他們也能操練控制自己的情緒, 學習冷靜處理事情.

(一分鐘EQ教練 王祈, 雷洛美)





按照圣经
教养子女



分組討論

- 分享今天的學到教養兒女的3點
- 提出3點如何為自己 and 孩子的成長來禱告

cfccsj

■ 案例二--夫妻為孩子爭吵

按照圣经
教养子女



老公：為什麼我在的時候孩子就很乖，不會有這些問題？

老婆：你厲害，你行！那我們換一換如何？你在家照顧孩子，我出去上班，反正你比較行嘛！

老公：我不是這個意思，確實我在的時候，孩子都很乖啊！你就是不夠堅定。

老婆：我怎麼就不夠堅定？你一天跟孩子相處多久，就這麼說大話，好！全世界你最行。那我回爸媽家住，看你們父子、父女能過得有多好！你能撐24小時嗎？

老公：好啊！來試試看哪！

老婆：你的意思是說，這個家根本不需要我？好啊！那我們離婚好了！

老公：你簡直是無理取鬧！

cfccsj

五種情緒智慧的能力的測驗

問題	YES 打勾	情緒自覺 能力	情緒管理 能力	將情緒導向正途 能力	情緒判讀 能力	人際關係 能力
我很清楚知道自己什麼時候開始生氣		Y				
別人生氣時，我可以保持冷靜，以解決問題為優先考慮		Y	Y		Y	Y
面對新的想法處境時，我會以愉快的心情來迎接			Y	Y		
進行一項任務時，我會有始有終，并且與他人配合，信任別人		Y		Y		Y
遇到困難和挑戰時，我能夠不慌不忙地解決難題，繼續工作		Y	Y	Y		
碰到衝突或麻煩時，我總是保持積極樂觀的態度		Y	Y	Y		
我能夠看出別人的感受，領會別人的想法					Y	Y
在做出決定之前，我願意聽取別人的意見			Y	Y	Y	Y
別人喜歡向我傾訴，我總是可以讓對方開心點				Y	Y	Y
解決衝突時，我鼓勵對方與我有誠實與相互尊重的討論		Y	Y		Y	Y
我能夠幫助不同意見的人達成協議					Y	Y
在團隊中，當我的決定有所改變時，我能夠顧到別人的感受		Y			Y	Y
我會察覺到負面想法來臨		Y	Y			
我能夠想辦法將自己的焦慮降低			Y			
我有很好的幽默感				Y		