

这孩子将来如何——美好的家庭时光，高品的亲子关系

第四课 父母与儿女的沟通

读经：约壹一 1~3，歌一 2，林前一 10，林后十三 14，腓二 1，约壹五 16，路二二 61

约壹一 1~3 论到那从起初原有的生命之话，就是我们所听见过的，我们亲眼所看见过的，我们所注视过，我们的手也摸过的；（这生命已经显现出来，我们也看见过，现在又作见证，将原与父同在，且显现与我们那永远的生命传与你们；）我们将所看见并听见的，也传与你们，使你们也可以与我们有交通；而且我们的交通，又是与父并与祂儿子耶稣基督所有的。

歌一 2 愿他用口与我亲嘴！因你的爱情比酒更美。

林前一 10 弟兄们，我藉我们主耶稣基督的名，恳求你们都说一样的话，你们中间也不可有分裂，只要在一样的心思和一样的意见里，彼此和谐。

林后十三 14 愿主耶稣基督的恩，神的爱，圣灵的交通，与你们众人同在。

腓二 1 所以在基督里若有什么鼓励，若有什么爱的安慰，若有什么灵的交通，若有什么慈心、怜恤。

约壹五 16 人若看见他的弟兄犯了不至于死的罪，就当为他祈求，将生命赐给他，就是给那些犯了不至于死之罪的。有至于死的罪，我不说当为那罪祈求。

路二二 61 主转过身来看彼得，彼得便想起主对他所说的话：今日鸡叫以前，你要三次否认我。

壹 父母与儿女的沟通乃是帮助儿女建立与神、与人交通的关系；为此，父母需要建立与神个人、私下、情深交通的生活——约壹一 1~3，歌一 2。

贰 神渴望与人沟通、交流：

- 一 神创造人乃是要得着爱的对象，沟通、交流的对象；神渴望与祂所造、所爱的人沟通、交流——创一 26。
- 二 神为人造配偶，因为那人独居不好，神使人得着爱的对象，也是沟通、交流的对象——创二 18，23。
- 三 神祝福人，使人生养众多，使父母与儿女有交通，并进而与神有交通——创一 28。
- 四 在神的救恩里，神亲自成为人，寻找人，救赎人，好恢复人与祂的交通——约一 1，14。
- 五 使徒们将福音传给我们，使我们与他们有交通，而他们的交通，又是与父并与祂儿子耶稣基督所有的——约壹一 1~3。

叁 神与人沟通、交流的榜样、例证：

- 一 人堕落、犯罪后，自己藏起来，躲避耶和華的面。耶和華神没有定罪人、审判人，反而寻找人、呼唤人，对他说，你在哪里？……并继续询问，谁告诉你？……莫非？——创三 8-13。
- 二 主耶稣与失败、堕落之彼得交流的榜样——约二一 4~17：

- 1 首先是关心、问候，“孩子们，你们有鱼吃吗？”——5。
- 2 顾惜他们，顾到他们的需要，“来吃早饭。……耶稣就来拿饼给他们，也照样拿鱼给他们”——12~13。
- 3 “他们吃完了早饭，耶稣对西门彼得说，约翰的儿子西门，你爱我比这些更深么？”——15~17。

三 倾听并询问。我们的主、我们的神对于祂的儿女、祂所爱的人，虽然满了负担、满了感觉、满了话语，但不是立刻告诉他们，乃是首先倾听并询问，使儿女向祂敞开：

- 1 “你们寻求什么？”——约一 38。
- 2 “你想要痊愈么？”——约五 6。
- 3 “我们从哪里买饼给这些人吃？”——约六 5。
- 4 “你信入神的儿子么？”——约九 35。
- 5 “你们在路上争论什么？”——可九 33。
- 6 “你们走路彼此交谈的是什么事？”——路二四 17。

四 为了供应别人的需要，先告诉人自己的需要。“请给我水喝。”——约四 7。

五 指出人的长处优点。“看哪，这是个真以色列人，他心里是没有诡诈的。”——约一 47。

六 指出人的进步。“因你们的信心格外增长，你们众人每一位彼此相爱的心也一直增加”——帖后一 3。

七 “你们各人要快快的听，慢慢的说，慢慢的动怒。”——雅一 19。

肆 父母与儿女沟通的内涵与目标：

- 一 思想的交流，使我们知道孩子所想的，也让孩子们知道父母所想的。
- 二 情感的交流，使父母领略父母对他们的爱，神对他们的爱，也使他们爱父母、爱神，以达到在爱里的联结。
- 三 意见、看法的交流，使我们在一样的心思、一样的意见里彼此和谐——林前一 10。
- 四 灵里的交通。每次的沟通都要带进祷告，就是灵里与神的交通——林后十三 14，腓二 1。
- 五 灵里的交通、生命的交通带进生命的分赐、生命的供应和生命里的建造——约壹五 16，弗四 16。

伍 父母与儿女沟通的途径。虽然现代社会有许多沟通的途径，如电邮、电话、短信、微信等，我们也要善加利用，但我们还是强调“面对面的沟通”：

- 一 用耳朵倾听，“快快地听，慢慢地说”——雅一 19。

- 二 用眼睛注视——路二二 61。
- 三 用口询问、复述、表同情、肯定、加强等等。
- 四 用全人投入。

陆 沟通的学习：

一 人沟通的需要是与生俱来的,但沟通的技能是后天操练习得的。我们都需要学习操练沟通。良好的沟通帮助建立良好的关系,帮助我们和家人、弟兄姊妹建造起来。

二 和人沟通之前,先停下来祷告,与神交通。

三 学习听：

- 1 父母敞开心倾听,孩子才会敞开心述说；
- 2 接纳性语言能让孩子们打开心扉,乐意把自己的感受和心事告诉父母。
- 3 说鼓励性语言：

“我明白了，” “真的啊”，“嗯”，“有意思。”

“给我讲讲”，“继续说，我听着呢”。 “你怎么看？”

- 3 积极倾听：正确解读孩子的信号,了解和理解孩子的需要和感受。

孩子：娜娜把我的娃娃抢走了。

家长：娜娜抢走了你的娃娃,你很难过,你不喜欢她这样做。

孩子：是的,不喜欢。

- 4 共情,表同情。积极倾听离不开共情,也就是表同情。共情是把自己置于对方的位置,和他一起感受他所感受的,经历他所经历的。

四 学习说：

- 1 不逃避问题,不让问题堆积。
- 2 告诉对方你的问题,不猜测。
- 3 直接和当事人讲,不去向别人抱怨——太十八 15。
- 4 如何说,孩子才能听？

“我-信息”：当孩子的行为父母不能接受时,用“我-信息”让孩子知道父母的感受。

“我-信息”的构成要素：行为+感受+影响

*对孩子不可接受行为的一个描述+父母的感受+这个行为对父母造成的实际而具体的影响。

例子 1: 孩子打断你和朋友的谈话。

我和阿姨谈话时,你不断打断我,我很不开心,我们无法把事情谈完。

例子 2: 孩子没有按时回家。

当你晚上 11 点钟还没有回到家,又没有打电话给我们,我很担心,无法入睡。

五 共赢解决冲突：产生同时满足父母和孩子需求的解决方案：

1 问题冲突：

- A 你十几岁的孩子晚上 11 点还不睡觉，他们听音乐或看手机，搞得你也睡不好觉，第二天上班没有精神。
- B 你 10 岁的孩子洗完澡，换洗衣服，浴巾丢在地上。
- C 你四岁的孩子玩完乐高，说好了他要收好放到固定位置上，可是，乐高常常丢在地毯上。

2 解决问题、冲突的步骤：

父母和孩子一起触及真实的问题，孩子和家长一起参与，发展孩子的思考能力，一起动脑筋讨论解决问题的可能性，一起找到解决问题的可行方案并付诸实行。

- 1) 确认并界定冲突。
- 2) 找出各种可能的备选解决方案。
- 3) 评估备选解决方案。
- 4) 确定最合适的解决方案。
- 5) 执行解决方案。
- 6) 对解决方案的效果进行追踪评估。

柒 调整、改变自己与儿女沟通的方式：

妈妈请这样对我说话好吗？

妈妈我知道你爱我，我也爱你。对不起有时因我不听你的话而惹你生气。不过妈妈让我告诉你一个小秘密：其实只要你稍稍改变一下你的说话方式，你会发现原来我很乖。不信你试试看：

1 请告诉我该怎样：

不要说： 不要跑。

请说： 在室内要走。

不要说： 我告诉你一百遍了不能往墙上画。

请说： 画画要画在纸上。

2 请客观，对事不对人：

不要说： 你怎么这么不乖呢，我不是告诉你要把看完的书放回书架上吗？

请说： 看过的书要归还到书架上。

3 请避免消极：

不要说： 别用那样的口气和我说话。

请说： 如果你能像我一样平静地说话，我才能听清楚你要讲的话。

不要说： 你不穿大衣就不可以出去玩儿。

要说： 你穿好大衣我们就出去玩儿。

4 请给我一个合理的原因：

不要说：赶快把大衣捡起来。

请说：把衣服挂起来以免被踩到。

不要说：别爬桌子。

要说：桌子是吃饭用的，你可以爬楼梯。

5 请具体：告诉我具体的名字，具体的要求：

不要说：你把磁碟都拿脏了。

请说：用手拿磁碟的边缘部分就不会弄脏磁碟。

6 让我意识到事情的后果：

不要说：不要打明明。

请说：打明明，他很痛。

7 当纠正我不良行为时，请表明你理解我的情绪：

不要说：你为什么打玛丽，她不是你的朋友吗？你怎么能打她？

请说：我知道你很生气，但是你可以伤害玛丽。

8 请用行动来说明：

不要说：你跟我说“早晨好。”

请说：早晨好，阳阳。

9 我受不了长篇大论：

不要说：现在不可以出去玩儿球，去读书，一天到晚只知道玩儿，我像你这么大的时候放学回家就看书，复习…

要说：做完功课，复习完老师讲的内容才可以出去玩球儿。

10 试一试用陈述句而不是问句：

不要说：赶快洗手吃饭，好吗？

要说：吃饭的时间到了，赶快去洗手吃饭。

不要说：读完这本书后就睡觉，好吗？

要说：读完这本书后，就睡觉。

11 请不要羞辱我：

不要说：你除了哭还会什么？挺大大个男孩真没出息。

请说：我知道你很难过，不过。。。

12 给我选择的机会：

不要说：不可以挑三拣四的，赶快把这件粉色的外套穿上。

要说：时间不多了，要穿粉色的外套还是蓝色的外套？

13 不要用收回妈妈的爱来惩罚我：

不要说：如果你不好好吃饭，妈妈就不爱你了。

要说：现在是吃饭时间，专心吃饭。

14 有时我需要无声的回应：

不要说：你自己把你最喜爱的玩具弄丢的，哭什么呀！

要：默默地用手抚摸孩子的后背。

15 带我一起经历神吧：

不要说：我也不知道怎么办。

请说：哦，妈妈也不知道怎么办，我们一起祷告吧。

不要说：妈妈说谎怎么啦？不可以这样跟妈妈说话，没礼貌！

请说：是的，说谎是神不喜悦的。为妈妈祷告，求主变化妈妈，使妈妈不说谎。

16 请用主的爱来安慰我：

不要说：不就是死了一条鱼吗，哭起没完了！

请说：主啊，娜娜的鱼死了，她好难过，求主安慰她的心。

17 让我学习对主负责：

不要说：虽然妈妈没看见，但我知道你在说谎。

请说：妈妈没有看见，但天上的父看得到。你回到自己的房间祷告一下我们再谈。

18 帮我建立信心：

不要说：Grace 你怎么那么没出息，和阿姨讲名字害怕什么？

要说：Grace，你的名字是恩典的意思，多好听的名字，下次要大声告诉阿姨，她一定也喜欢你的名字。

19 让我经历祷告的力量：

不要说：一个男孩子黑天有什么可怕的？

请说：如果你害怕黑天，就向主祷告，呼喊主的名，他就与你同在。

20 请用主的话来提醒我：

不要说：你为什么总是抱怨，我讨厌总抱怨的孩子。

请说：记得主的话怎么说的？要凡事谢恩。

作业：

群组：0 岁以下、0-12 岁父母群、有信仰的妈妈群

- 1 分享本堂课的心得，以及收获。（字数不限）
- 2 在家庭时光中，操练学习询问倾听，积极正面的沟通。
- 3 您有任何问题，欢迎写在下面，之后会有问题解答（请写上儿童年龄）。

群组：儿童服事者群

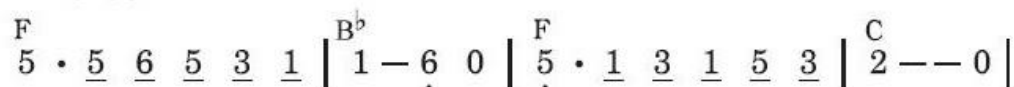
- 1 分享本堂课的心得，以及收获。（字数不限）
- 2 帮助家长们进入课程负担，在家庭时光中，操练学习沟通，积极正面的沟通。
- 3 您有任何问题，欢迎写在下面，之后会有问题解答。

祷告—告诉主

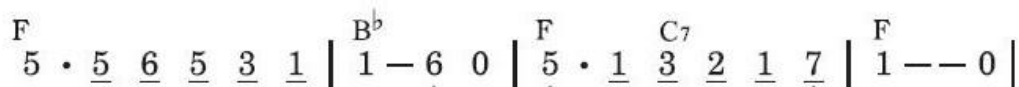
8 7 8 7 双 (英 789)

F 大调

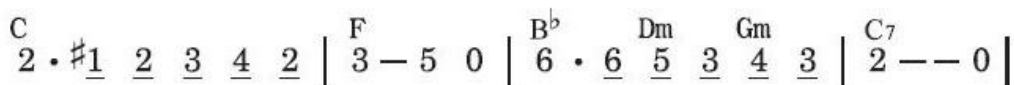
4/4



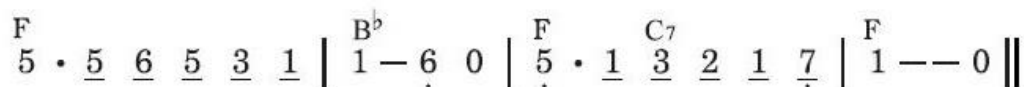
一 何等朋友,我主耶稣! 担我罪孽负我忧;



何等权利,能将难处到主面前去祈求。



多少平安屡屡丧失, 多少痛苦无须受;



无非我们未将万事到主面前去祈求。

二 我们有否苦难、艰辛?	有否试探和引诱?
不能因此失望、灰心,	应当向主去祈求。
谁能象祂忠实、稳妥,	背我重担分我愁?
惟祂知我每一软弱,	故当向主去祈求。

三 我们是否疲倦,苦楚、	思虑、重担压心头?
救主仍旧是避难处,	应当向祂去祈求。
朋友有否卖你、弃你?	应当向主去祈求;
祂的怀抱是你护庇,	经祂抚慰必无忧。