

如何教养孩童(一)

Ready...Get Set...Go!

◆ 我是哪一种父母？

1. 专制型/权威型。这类型父母说一是一，说二是二，儿女不能有任何自己的想法或意见。这类型父母对儿女有很高的期望和标准，处处掌控他们的生活或决定，却很少给予子女关怀和支持。父母往往认为「我知道什麼对你最好，听我的就对了」，所以他们对於儿女的「为什麼我要这麼做？」的疑问，回答经常是：「因为我这麼说了，你就要照着做。」这样家庭长大的孩子表面上看起来似乎很顺从、尊重权威(因不顺从会遭到处罚)，有良好技能或学业表现，但与父母的关系不亲密，且容易走向两种极端，要不就是恐惧畏缩、依赖心强(因为父母没有给他们独立自主的空间)，要不就是表面顺服，等有能力的时候，便起来反抗父母，甚至选择远离父母。
2. 放任型。这类型父母极为看重与儿女的关系，给予孩子很多关切和支持，但在生活中没有为孩子设立任何界线或是给予引导(怕孩子不高兴、不愿与儿女起衝突)，而是任由孩子爱做什麼就做什麼、孩子要什麼就给他什麼，对於儿女的言行无限地包容，结果孩子在家中变成小霸王、小皇帝，非常自我中心、不懂得尊重他人、顺服权柄。另一方面，这样家庭长大的孩子也无法承受别人对他说 No、经不起挫折和失败(草莓族)。
3. 忽略型。这类型父母对儿女经常漠不关心，没有给儿女关爱，也没有教导他们正确的待人处事之道；或是父母性格不成熟，一被激怒就容易对儿女恣意谩骂。这类型父母往往过度倚赖保姆、托儿所，或是沉迷於自己的活动，对子女疏於照顾与接触，父母与孩子的关系相当疏离。由於缺乏关爱和教导，这样的孩子容易有不安全感，而且跟放任型家庭的孩子一样，可能会有行为和品格方面的偏差(例如冷漠、焦虑、自我中心)，甚至有时会为了寻求他人的注意与归属感而走上岔路(如加入帮派，网路、菸、酒、毒品上瘾等)。
4. 务实型/威信型。这类型父母恩威並施，他们一方面为孩子设立界线，教导他们什麼可以做、什麼不能做，会向儿女解释规矩背後的原因，並在必要时使用作父母的权柄。儿女有权做选择或决定，但要为自己的选择负责任、承担其後果。另一方面他们会花时间与儿女相处，给予儿女需要的关爱和支持。这类型父母与子女的关系有时像亲子，有时又亦师亦友。这样家庭长大的孩子通常富有自信、有自制力、注重道德行为、与人关系良好，且在学业或工作上有较高的成就。



◆ 忘记背後努力面前

1. 我的自我形象好吗？「自我形象」是自己对自己的看法、从别人身上看到的自己，以及自己认为别人对自己的看法的总合——我是谁？我可爱吗？我有用吗？我行吗？父母以我为荣吗？兄弟姊妹喜欢我吗？别人觉得我重要吗？神爱我吗？我活着有价值吗？……
2. 我与父母的關係好吗？（感恩、饶恕、寻求医治）我们自己父母的教养方式一定会影响我们这个人的品格、习惯、思想、自我形象、教养儿女的方式……，若父母曾伤害了我们或给我们不好的榜样，我们必须在主裡饶恕他们，並且奉主耶稣的名切断这些伤害或不好的榜样所带来的影响，才不会继续把错误的管教方式传给我们的後代子孙。（请参考後页「医治释放的祷告」）
3. 我与儿女的關係好吗？良好的亲子关系是有效管教儿女的前提，所有的权柄都是神所赐的，神要我们使用权柄造就人而非辖制或败坏人：「主赐给我们权柄，是要造就你们，並不是要败坏你们……」（林後十 8）、「务要牧养在你们中间神的群羊，按着神旨意照管他们……不是辖制所託付你们的，乃是作群羊的榜样。」（彼前五 1-3）、「你们作父亲的，不要惹儿女的气（激怒儿女），只要照着主的教训和警戒养育他们。」（弗六 4）我是误用、不用还是善用神给我的做父母的权柄？若与子女的關係有破口，要向神认罪、向子女认错，与儿女和好，重新建立合神心意的關係。

成长过程中从家庭所受的伤害

母腹期的伤害

- ☐ 父母吵架、受惊、害怕、忧虑
- ☐ 我的性别不是父母想要的
- ☐ 父母逃难或家庭发生变故(经济、人际...)
- ☐ 母亲在不愉快的心情下怀上我(如不想生小孩)
- ☐ 父母曾想堕胎
- ☐ 母亲生产时不顺利
- ☐ 我是私生子或被强暴而怀的

成长期的伤害

- ☐ 不常被抱，尤其不常被父亲抱
- ☐ 被批评长相或身材(瘦小、黑、醜、胖...)
- ☐ 时常一个人被关在婴儿床或房间裡
- ☐ 父母大声惊吓，或被炮声、雷声惊吓
- ☐ 被父母带去收惊
- ☐ 认偶像作义子
- ☐ 被带去算命、命名、算八字
- ☐ 父母常不在身边(如外出工作、被下放、打麻将...)，感觉被他们忽略
- ☐ 被哥哥姐姐欺负
- ☐ 有了弟弟妹妹而失宠
- ☐ 常常要照顾弟妹或家庭而不能出去玩
- ☐ 总是被要求要作弟妹的榜样
- ☐ 被要求做超过年龄能力所及的事(如要帮忙煮饭、照顾生病的爷爷奶奶等)
- ☐ 父母要求完美或期望过高
- ☐ 别人(如兄弟姊妹)做错事却责怪你
- ☐ 父母偏心、重男轻女
- ☐ 家庭气氛不和谐，父母常吵架，兄弟姊妹不合
- ☐ 换了环境，被送到爷爷奶奶、外公外婆或亲戚家住
- ☐ 失去父亲或母亲(因死亡、婚外情、离婚、逃难等)
- ☐ 因讲话慢或不清楚而被讥笑
- ☐ 父母动不动就生气，例如不小心打破杯子，受到很大的责罚
- ☐ 大小便未能控制，父母以打骂的方式训练如厕
- ☐ 手摸生殖器被骂
- ☐ 胃口不好被骂

- ☐ 太好动被骂
- ☐ 想帮父母忙却被骂多事(鸡婆)、笨手笨脚
- ☐ 成绩不好、不好好唸书写字被打骂
- ☐ 父母不关心我的需要
- ☐ 意见不被尊重(不能有自己的意见、不能选择自己想读的科系…)
- ☐ 隐私不被尊重(如父母偷看日记、偷听电话、将我分享的私事随意说给人听)
- ☐ 父母管教不一致
- ☐ 父母言行不一
- ☐ 父母很唠叨
- ☐ 父母当着亲友的面数落我的缺点
- ☐ 常被父母拿来跟人做比较
- ☐ 父母严厉责打或处罚不公平
- ☐ 经常被父母批评、很少或从未受到称讚
- ☐ 父亲或母亲有酗酒、家庭暴力的情形
- ☐ 被父母骂「败家子」、「没出息」、「巴不得没生下你」、「给我滚出去」等
- ☐ 父母採放任式教育，很少管我或教导我
- ☐ 常生病，让父母心烦或忧虑
- ☐ 很少或从未感受到父母的爱
- ☐ 经常处於缺乏的心态中(别人有的我都没有)
- ☐ 被迫去补习、学才艺
- ☐ 电视看了一半被关掉
- ☐ 父母不信任我
- ☐ 父母对我的接纳和爱是有条件的(我表现好时才爱我)
- ☐ 父母不在乎我的需要
- ☐ 父母对我说谎或不遵守承诺
- ☐ 父母不合，要我选边站

(取材改编自翁秀霞师母着，「堵住家庭破口」，1999 年)

医治释放的祷告

认罪、饶恕的祷告（马太六 14-15；歌罗西三 12-13）

天父，谢谢祢藉着耶稣的受死，完全无条件地赦免了我、接纳我，我愿意把得罪过我以及伤害过我的人交在祢手裡。现在我定意选择饶恕_____（伤害或得罪我的人），饶恕他/她曾_____（一一列举出来）。我愿意不再追究，释放他/她得享自由，求祢也赦免他/她，赐福给他/她。天父，求祢的爱和平安来包围我，医治我的记忆和伤口，让我以後想到_____（伤害或得罪我的人）的时候都不再有怒气、苦毒或伤痛。现在我奉父子圣灵的名，切断在我和_____（伤害或得罪我的人）之间所有不合神心意的连结，我收回所有属於我的部分，也弃绝所有属於对方的部分，求主将十字架摆在我们中间，从我身上除去任何从_____（伤害或得罪我的人）而来不好的影响。我奉主耶稣的名砍断黑暗的势力以及魔鬼藉着这些伤害带给我心灵、精神、心理、身体所有的辖制（捆绑），我今日要在主裡得自由。

天父，我也承认因为被伤害，我允许自己心中对_____（伤害或得罪我的人）怀有怒气、怨恨、苦毒以及_____（其他不对的心态）。我现在定意悔改，不再怀恨，求祢赦免我的罪、洁净我、释放我得自由。

天父，我曾经 _____（一一列举得罪或伤害他人的事），求祢赦免我，谢谢祢，我也要饶恕我自己，不再活在悔恨中。

谢谢天父，耶稣的宝血洗净我、圣灵的活水滋润我、父神的大爱医治我。奉耶稣的名，阿们。