

告别亲子教育中的沮丧 造就有品格的孩子

生气不是坏事

作者 斯科特.特兰可博士（美） 乔安妮.迈勒（美）

翻译：刘丽蓉

“生气不是坏事”是一本相当棒的书，这本书就如何使用我们愤怒积极的一面，如何解决我们的愤怒，如何医治我们心中苦毒的根源和伤痛提供了相当有益的建议和帮助。

—史蒂芬·阿特本, 写过包括“人的争战”(与弗莱德合著)等多部书籍的作者

“生气不是坏事”这本书很好的将亲子教育理论和实际生活中的事例连接，这两位作者用可信和可靠的论述，使得这两方面有很完美的接合，轻松并具有可读性。

—朱莉芬·巴恩希尔, 写过包括“帮助妈妈处理愤怒最实用的方法”等多部著作

我卖基督教书籍近三十年，从未见过一本亲子教育的书籍如这本书一样实际，接近现实生活，并易于使用。现代社会忙碌的父母没时间学很多的育儿理论，但是他们需要有用的教儿工具。这本书所提到的这些方法将很好的帮助孩子们应对他们未来的生活。

—克拉森，加拿大 CBA 董事会成员，基督教书籍零售商

在“生气不是坏事”这本书里面，两位作者一次又一次阐述积极的和有果效的亲子教育的核心在于如何在每日生活中建立良好的常规模式，为孩子们的心来回应上帝作好准备。这里有最实用的属灵的生命和实际生活的操练建议，引领父母教育孩子跟随上帝。

—克雷克。著有“圣经里面孩子的名字”等著作

“生气不是坏事”为有不同年龄段的孩子的父母提供了最实用的亲子教育方面的帮助。两位作者从敬虔的角度提供很不同寻常的教导，这种平衡的教导帮助父母在教育孩子的过程中不致于落入可怕的陷阱。

—丹尼斯·雷尼， 家庭生活的执行总裁

作者简介

斯科特.特兰可博士，是一位父亲，牧师以及教导父母和孩子的家庭教练。他擅长为家庭各样的问题提供实际的解决方案。乔安妮.迈勒是一位母亲,注册儿科护士,公众演说家。他们是美国“有效的父母教育机构”创始人，这个机构的主要是通过教导，书籍，咨询为家庭中的父母和孩子提供家庭成长的方案和资源。

各位读者，

我是斯科特.特兰可,我的妻子名叫卡丽,我有五个孩子：杰克,梅丽莎,本,伊丽莎白,梅根。多年来，我们确实很大程度影响我们的孩子，但是孩子们也教给了我们很多。上帝用孩子来帮助我们成长，同时也借着孩子让我们看到自己的不足和软弱之处。我们所学到的，包括我们多么需要有耐心，以及更好的方法去解决冲突。有一天我辅导我的女儿梅根学数学，她似乎弄不懂我所讲的，我开始变得很沮丧。她温柔的对我说到：“爸爸，你说话的声音变得很大了。”她说的是对的，我深吸了一口气，尝试着用更温和的声音来指导她。家庭生活极大的教导我谦卑，比我承认的更多，但我不会用它来交换任何东西，我爱我的妻子和孩子，我们在一起学习神希望我们成为的样式。

斯科特.特兰可

各位读者，

我是乔安妮.迈勒，我的丈夫名叫爱德。我们有两个儿子，戴夫,蒂姆，他们两个精力旺盛，热爱思考，充满乐趣。我们都很热爱工作，参与家庭学校和教会服侍。我也是一名注册护士，我喜欢孩子，也很乐意看到家庭关系能回到起初的成功连接。

我同斯科特很早就一起开始家庭教育的工作，同时也很高兴的看到我们的孩子的成长。有一天，我的儿子戴夫和斯科特的儿子杰克谈到我们的家庭教育课程，杰克说到：“戴夫，你知道吗，你不是唯一从错误中学习功课的人，有成百的家庭从你的错误中学到功课。”生活时常充满的乐趣，我们很感恩神赐给我们服侍他的机会。

乔安妮.迈勒，

目 录

引言

第一章 “我们是如何落入这种糟糕状况的”

避免进入拳击场

第二章 “我讨厌生气”

愤怒积极的一面

第三章 “他们不按我说的去做”

教导：培养孩子顺服的品格

第四章 “他们不断的做错误的事情”

纠正：培养有智慧的孩子

第五章 “他们不愿接受不的回答”

限制：让孩子学习知足

第六章 “他们总是发牢骚和抱怨”

态度：教导孩子从新的角度看问题

第七章 “他们真的很烦人”

约束：训练孩子的自制力

第八章 “他们撒谎”

诚实：培养孩子诚实的品格

第九章 “我仍然很生气”

饶恕：活出平安的生命

第十章 没有人要求得到这份礼物，但是每个人都需要它

因为人的怒气并不成就 神的义。

雅各书1：20

1

“我们是如何落入这种糟糕状况的？”

避免进入拳击场

亲爱的史葛和乔安,

我发誓我并不想成为一个对孩子吼叫的人，但是我确实成了这样的人。我对自己的所为感到震惊。我从前听到其它父母对孩子吼叫，不敢相信他们会那样去做。但是轮到我做父母的时候，我也变成了这个样子。我的女儿意志相当顽强，有时我会想上帝真是给了一个“好女儿”，她可以把我弄得团团转，我不知道该如何处理这些问题。争吵，指责，或是长篇大论的教训，我知道很多的时候只能放任自流，任凭这种关系被破坏，但除了这些我不知道我还能做什么，我很难过甚至对改变现状不再抱希望了。

现在我的女儿七岁了，儿子五岁了。我终于明白对孩子大吼大叫解决不了问题。当我看到女儿对她的弟弟也是这样大喊，那个样子象极了，我感到很羞愧。借着你的教导和上帝的帮助，我做了一些重大的改变，我简直不敢相信由此带来的不同。我学到了一些新的教导孩子的方法以及帮助孩子如何更加敬虔生活的策略。最重要的是在这个过程中，我看到神的能力在家庭生活中是如此真实的存在，使我作为一个母亲能引导孩子顺服上帝。

— 来自蒙大拿的劳拉

当孩子们不高兴的时候，他们会找到方法将父母也卷入到争战中。孩子知道你的按钮在哪儿，如何将按钮按下去使得你生气。如“爸爸不会那样去做”或者“你总是让我不开心”，所有这些事情能产生象火山爆发一样的效果。当孩子发怒，寻思着要开始一场争战的时候，他们就好像走进了拳击场，邀请你一起加入。

太多的父母相信自己比孩子更强壮，更聪明，更有力量，所以他们很乐意戴上手套，进入拳击场“给孩子一点教训”或者“让他服服帖帖”，说你愿意接受这个邀请很关键的信号是你的怒气。当你以怒气回应这种情形，进入拳击场，成为与孩子对立的一方，双方都想赢得这场争战：讽刺、挖苦，翻旧帐，“你总是”或者“你从来不”，用尽所能来削弱对方。当战争结束后，父母总是认为自己赢了，因为与孩子相比，他们更有技巧，更有办法。

很不幸的是，将自己定位于孩子对立的一方只会更多的伤害我们与孩子的关系。当怒气成为一种报复形式，就会阻止神在孩子身上的工作，也拦阻圣灵在我们和孩子之间做关系和睦的工作，无法帮助孩子的心有真正的改变。

让我们看看所发生事情背后的情况：当一个孩子开始用争吵，尖刻和蔑视来对待父母时，其实孩子内心会有很多的情感反应，特别是内疚。人们通常不喜欢这种感觉，为减轻内疚最好的借口是看到别人也有做得不好的一面。当你应邀进入“拳击场”，你的孩子就会感受到被攻击，这样更容易指责你而轻视自己不对的行为。指责遮盖了他们内疚的感觉。正如罗马书12：19节所说：“亲爱的弟兄，不要自己伸冤，宁可让步，听凭主怒（或作“让人发怒”）”。因为经上记着：“主说，伸冤在我，我必报应。神对一个人的影响常常是以内疚或自我认错的形式来显明。作为父母，我们需要呆在“拳击场”之外，让圣灵来引导孩子认识到自己的过错。

不要同孩子一起进入“拳击场”。想象一下你围绕着“拳击场”周围来到孩子的边上，成为一个教练。你也许可以这样说：“你很不开心的时候我不会和你讨论什么，首先你需要安静下来，然后我才会同你谈一些问题。或者“你这种态度同我说话看来是迫使我与你争论，但我是不会同你争的”，这种表达方式是将问题先摆在一边，把维护关系的重要性放在争论之前。有一位名叫迈克的父亲发现这种拳击场理论对处理他和青少年期的儿子凯勒的关系特别的有用。“我和凯勒之间似乎在一切事情上都有争执，他任何时候都会挑战我所说的，我觉得我被迫要证实我所说的一切都是对的，我必须指出他逻辑中错误的地方。我们之间的争吵相当的激烈，以至到最后我们双方都感到被攻击。”

现在当凯勒挑战我的时候，我的脑海里面就会出现拳击场的场景，然后我决意不进入到它里面。我还是会坚持管教，设立界限，对话，但是我拒绝进入旧有的模式。有的时候我必须保持安静并祷告神向凯勒显明他的真理。当我改变我的回应方式，我也看到了凯勒的改变。我想他明白我不会再同他争论，他也尝试不再用同样的方法来惹我。

在拳击场外指导孩子意味着我们先停止解决手头的问题，以建立关系为主导。当事情变得很紧张的时候，我们的焦点从问题转移到对关系的重视上来。父母要拒绝成为争论的父母，而代之以寻找方法来建立关系。这并不意味着孩子会立即有回应，但是这却意味着父母选择不同的姿态。这个建议着眼于亲子关系的恢复而不是彼此对立，双方关系靠近而不是疏远。

常规的力量

父母和孩子一起进入拳击场可以成为一种固定的模式—你和你的孩子很容易落入这样的模式。尽管很惊讶所有年龄段的孩子都知道如何让他们的父母生气，更让人震惊的是父母很快就卷入到这场争战里面。有的时候你看到一个青少年与父母在购物商场争吵，你会对自己说：“这是谁的孩子”，一争吵开始了。在他们还没有认识到发生什么事情之前，他们就进入争吵状态了。

我们的生活中有很多我们也许认识也许没有认识到的一些常规。人类是常规的产物，我们养成了一些固定模式使我们的生活一切都在可预测中。我们可能每个早晨按照相似的计划来生活，选择同样的路线去工作，用例行的习惯来洗衣，购物，甚至刷牙。即使那些认为自己是主动的顺应固有模式的人也选择按常规来行，想使生活变得简单些，这样可以有时间专注于更重要的事情。

我们也会为孩子设立一些常规，这样孩子才能前后一致做到最好。例如固定的起床时间能帮助那些在起床的事情上很挣扎的孩子。知道早晨要做些什么事能很好的帮助孩子生活有序并且把一切事情处理好。当你同邻居正在交谈的时候，你会教导你五岁的孩子如何礼貌的打断你们的谈话，也会教导你十岁的儿子如何面对哥哥的欺负。这都是我们讲到的建立常规以面对生活中不同的挑战。

想想这些场景：一个忙碌的父亲回到家本想与妻儿共享天伦时光，却发现自己步入了一片事非之地。孩子们在吵架，妻子疲惫不堪，甚至连狗都躲进了一个更安静的房间。同样，一个母亲回到家本想同家人分享几个有趣的故事，却发现每个人都不想参与。

为人父母遇到这些挑战会如何回应？在碰到冲突，压力或难过的时候，你也许用到一些已习惯的方法来处理。有一位母亲告诉我们：“我将它称之为‘家庭管理模式’，我开始去控制所有事情，发布命令，解决问题。我更有兴趣建立在家庭里的权威而不是关系”。一位父亲也承认：“当家里的情况变得紧张起来，我就开始逃避。我知道这不是最好的处理问题的方法，但这就是我对冲突的回应方式。

你的家庭也许已有一些隐藏的常规，无论是一个孩子如何回应简单的指示或者你多么希望餐后有一些乐趣，教导家庭成员面对期待时的行为模式。作为父母，你如何发起一场对话或休息时的热烈的交谈方面有极大的影响力。这些模式也形成了家庭生活所说的常规。

通常这些常规成为家庭的背景，直到我们发现了一些问题时才会认识到。我记得当我的孩子戴夫正处于学走路的时候，吃饭是一个很麻烦的问题，他总是不能安静的呆在他高高的坐椅上。我们发现当他被电视吸引的时候他能很好的坐在椅子上。久而久之，我们开始允许他边看芝麻街的电视节目边吃饭。这样使得吃饭这个日常活动变得容易些，但是却引起其它我们没意识到的麻烦。当我们去爱德父母家去旅行，在那里没有厄尼和伯特的电视可看，同样的问题又出现了。一个看起来很有帮助的常规变得不可依靠了。

当常规出错，正如所有的家庭在某一时刻出现的问题，这些常规需要用更好的常规来替代。为了使我们在常规方面有持续积极的改变，我们首先要认识到这些常规是如何被扭曲的。

上帝的次序

许多家庭的生活方式，无论对父母还是孩子，都显明了一种内心的自私。愤怒的争吵，恶劣的态度，挖苦讽刺的话语，严厉的命令，争吵这一切都随着时间融入家庭常规，使得每个人变得很沮丧。

让我们来看看几个让父母很沮丧的常规。每次爸爸说，“我们要走了”，两个男孩立即冲到车上找到最好的位置。十二岁的杰西卡，每次要求她帮忙做一些家务活，她就会不停的抱怨。当彼得没从妈妈那里得到他想要得到的东西，他就会吵个不停。没有人记得这种

情形是从什么时候开始的，但是现在却变成了一种常规，日复一日的挑战父母，也常因此将父母带入“拳击场”。

作为基督徒，我们相信家庭的挣扎所面对的问题还是我们称之为罪的问题。你也许听到这样的说法，行动起来，一切都会好起来的，或者领先于你的孩子一步，或者成为一个行为矫正专家，你就能看到好的结果了。事实上，问题的根源远比这些深刻得多，任何从长远来解决家庭问题的方案必须结合更彻底的因素。

我们的神是一位有次序的神。他创造的这个世界是有一定规则的，如果顺服神的规则就会带来和谐的关系和成功的人生。亚当和夏娃犯罪之后，人类的生活就变得很复杂了，混乱和无序进到了这个世界，生活的每一个层面都受到罪影响，包括我们的家庭。因为罪的存在，家人的关系经历挣扎，合一受到威胁，紧张加剧。罪使得人们趋向自私，而没有约束的自私变成了一种模式，继而变成常规，记录下家人之间是如何相互交流的。

解决罪的方法并不是依靠康复训练，救恩才是解决之道。耶稣成为我们的挽回祭，他不仅以自己的身体为代价，使得我们恢复同天父的关系，而且邀请我们重新回到创造我们时正确的关系次序里面。任何亲子解决方案都必须认识到耶稣在十字架上的救赎工作，在他里面提供了一个新的处理关系的方法。正是神的拯救计划和圣灵的大能使得我们的关系重新得以恢复。当我们被神的恩典所环绕，发自内心的改变才会发生。

这也许给我们造成了一个问题，作为父母，因为我们主要是针对孩子的行为给与管教，而不是针对孩子的心。我们都希望孩子过一个公义，谦卑，满有恩典的生活，但是他们不会自愿这样去行。我们也许会为他们祷告，准备充满乐趣的家庭崇拜时间，带他们去教会，但是哪怕是最小的合作要求，他们仍然有可能以恶劣的态度来回应我们。

当我们要求孩子把垃圾拿出去，把衣服收拾好，我们如何行在神的恩典当中？呆在“拳击场”外有没有可能呢？特别是已经变成了常规的东西。我们不相信解决亲子之间的方法只是让孩子独自呆上一段时间，咨询专家和自己想法解决，以为这样我们就能变得更有耐心或者包容。我不否认尽管这些方法有作用，但是许多的时候还需要有一个对付人自私的策略。

认识怒气

好消息是，神对父母的设计中有一些功能就是去帮助改变孩子的心。你管教孩子的方法，你在家庭生活中发展的各种常规，这些都可成为圣灵在他们生命中进一步工作的土壤，你日复一日的亲子教育在孩子的心里建立起一个品格的架构，这样有一天神的灵进入到这个架构当中来，使得孩子的心能有更深度的回应。

帮助你从什么地方开始建立这个品格架构的信号之一是同样一种情绪，正是这种情绪使你走进拳击场——它就是你的怒气。你的怒气显明了家庭生活需要在哪些方面有所作为。家庭就是一个教室，你的怒气向你提示需要从哪个方面来教导孩子。

现在我们知道有些怒气是不适宜的，太过紧张反而没有什么帮助，这样你需要改变你的心。那些总是有较多的怒气的父母有着很纠结的情感。一方面他们认识到为人父母是一件相当辛苦的工作，有的时候就是在扮一个坏人。另外一方面，他们也会因对孩子发怒产生的后果感到内疚。

大多数的父母只注重生气或只是去管教孩子。我们相信在家庭里面让孩子积极改变最有效的方法是这两者同时兼顾。你可以在调整自己情绪的同时帮助孩子在生活中做一些持久的改变。

心的改变

我们相信建立好的常规对改变孩子的内心比父母所认识到的更重要。从本质上来讲，正确的行动为上帝在孩子身上更深入的工作打下了基础。例如每周都带孩子去教会的父母，需要寻找到一些方法让孩子在这个常规里养成对属灵的事物有一些积极的体验。良好的属灵习惯对孩子相当有益，帮助他们认识神的公义和圣洁。你如何回应孩子的争吵，恶劣的态度，如何教导他生命中重要的事情。另外，当你教导孩子积极的来建立相互的关系时，你就为孩子建立和天父的关系打下了基础。作为父母，你能做的就是为他们做预备的工作，然后祷告神来做改变内心的工作。

例如，当你给孩子一些教导的时候，你的孩子是如何回应你的。父母必须每天都给孩子一些教导。你的孩子在你的教导中形成一些习惯。紧随你的教导后的循环圈是怎样的呢？你和孩子之间是不是怒气冲天，抱怨和态度恶劣？上帝希望孩子在家中学习顺服，这个

原则所包含的美德将帮助孩子长大后成为一个成功的人。教导孩子同你合作将帮助孩子学习如何顺服上帝，以及成长成为一个有责任心的人。

当你纠正孩子的行为时，他们是如何回应你的？如果他们跺脚，撅嘴，你就会变得很生气。有的时候，你怒气爆发是因为他们把你惹火了，但是有的时候当这种情况浮现出来时，你就能看到如果让这种模式继续下去就会有危险。作为父母不要采取挖苦讽刺，大吼大叫来解决问题，而是将怒气视为一个信号，把对孩子的指导过程变成一个良性的循环。在情形令人沮丧时，应用一个好的策略来应对，你就会越来越少的采用挖苦吼叫来回应孩子的问题。你的孩子将学习改变他们的内心，帮助他们做一个持久的改变。当他们逐渐长大时，也能帮助他们聆听圣灵的引导。当你花时间来检验你在家庭生活中指导，纠正孩子所发生的一切事情时，你就开始看到一个正常的模式——一个期待的常规——在你和孩子之间形成。当你更有目的按此而行，你将会改变你以往的方法，发展出一个新的常规。

恶劣的态度在你家里是一个问题吗？当这个问题出现时，你大体可以估计发生了什么事？态度不好其实常常是心里有怒气，孩子们用恶劣的态度来回应父母的指导或纠正表明他们心里有一些被忽视的问题。父母不要用怒气来对抗怒气，而是让孩子学习一个新的常规，让他们认识为什么他们态度不好，如何来改变。如果你能帮助孩子如何处理怒气，你就是给了他一件极大的礼物。孩子们通过处理态度问题来学习如何让自己的心向上帝靠拢。

另外一个容易出问题的方面是当孩子找你要一些东西的时候。父母喜欢说好的，但是有时也必须学会说“不”。孩子通常不喜欢被拒绝，遇到父母说“不”的时候会用一些争吵，纠缠和抱怨这样的方式来回应。如果父母对此采取负面的应对方式，以怒气来对待，就进入了一种恶性的常规中。当你识别出这是具破坏性的常规，并发展一个有建设性的改变。你就是在教导孩子如何处理生活中令他们失望的事情，在成长中学会敬虔和知足心。

但是旧有的习惯很难打破

相对于拳击场，你的孩子需要更多的有益的常规。争吵很容易，这是为什么很多家庭这样去做。管教更难，责难很自然跟着来。建立对话需要做更多的工作。当父母显示出克制和智慧时，持久的改变将会发生。你需要管教孩子，你使用不同的方法意味着不同的结果，通过上帝去触动孩子的心还是只是伤害责备孩子。

我的儿子乔舒亚听说我们正在写这本书，他要求看一看这本书。我发了几篇还未完的稿的给他，他很喜欢这里面所表达的观点。他说：“爸爸，上大学后，我看到我的一些朋友在属灵的生活上颇为挣扎，但是我没有这些问题，当我思考这些事情的时候，这都是因着我成长阶段时，你给我的管教所得到”。就这点来说，我感觉棒极了，乔舒接着说：“但是同时我也看到另外有些朋友，在属灵的生活上有些方面非常强而有力，我想这些方面是你在预备我时本可以做得更不一样的”。

乔舒亚所说的非常谦卑但是却很真实，卡丽和我不是完美的父母。如果能够重来，有些事情我们会做得不一样，我们仍然在成长和学习。乔舒亚同时讲到的另外一点很重要，父母对孩子未来的属灵的生活具有极强的影响力。亲子教育是一个信心的旅程，你所采取的每一个办法都必须信任上帝的解决方法和策略，这样才能给孩子带来持续的改变，整个过程对你来说也是一个灵命成长的过程。

尽管属灵的教育可以在家庭聚会或教会崇拜的这些时间段里面进行，但最有力量的属灵教育是每日生活的例行的事情中进行。在申命记6章，神列出了一个训练孩子的要诀：我今日所吩咐你的话都要记在心上，也要殷勤教训你的儿女，无论你坐在家里，行在路上，躺下，起来，都要谈论；也要系在手上为记号，戴在额上为经文，又要写在你房屋的门框上，并你的城门上。（申命记6：6—9）。当你指正儿子的自私或者教导女儿清理她的房间时，你能教导更多，远超你所意识到的。你和你的孩子之间的日常习惯预备了他们如何来回应上帝。你的家就是使孩子属灵生命得以兴盛的训练场所。

为人父母是所有事情中最冒险的事情。这并不能简单的归结为一个公式，因为孩子和父母都是不同的个体。家庭就是我们这些罪人组成的，自私无处不在，以各种形式每日在家庭上演，我们想帮助你看到你的家庭多年来已形成的不健康的生活常规，帮助你寻找到方法改变这些模式，使亲子教育变得更有效率。我们祈求通过这本书能帮助你识别生活中真正的问题，在日复一日的操练中得到改变，带来持久的改变结果。

本章小结

当你看见

孩子的问题或者你自己的怒气，作为信号提醒你有些事情需要有所改变了。所有的孩子都有罪的天性，真正的亲子教育是帮助孩子找到解决罪这个问题的方法，才是终级的解

决办法，借着神在他们生活中作工得以解决。你的怒气表明了家庭生活中存在的问题，也以此提醒你这种情形需要注意了。

建立新的常规

常规指的是行为模式，你的家庭里面有很多常规。有些常规是好的，有些则需要调整。尽管这些常规有时被隐藏起来或得到赞同，父母需要要提高对家庭中各种常规的认识，这样才能将其改变成为更有益的方式。

因为...

你的管教方法影响到你的孩子将来如何回应他们的生活。你在教导你的孩子如何面对生活的挑战。孩子在生活中将要面临各种情形：纠正，失望，诱惑。你所做的一切并不只是让他们生活容易点，你是在帮助他们发展一些受益一生的习惯。

进一步讨论的问题

每章结尾设计的问题是帮助我们更深入的思考本章的原则以及提供建设性谈话的主题。不管你是单独阅读本书，还是同家人，团队在一起读，这些问题都可以提出来讨论。

“进一步讨论的问题”这部分的设计主要是关于生活方面的谈话和影响。“进深挖掘”则是圣经经文以探讨我们使用这些材料的根源。“家庭作业”是为全家提供的具体的活动，这部分可用来针对所有年龄段的家人来阐明，教导，鼓励来思考本章的真理。

1. 在你家里，孩子做了什么或说了什么把你卷入了“拳击场”？下次遇到同样的情形你能怎样做得与以前不一样吗？
2. 你能识别你和孩子之间的互动模式吗？列举一些典型的事情，当你给孩子教导，纠正或对他说“不”的时候？
3. 你的孩子哪些事情让你很生气？用什么样的方法使你的怒气成为一个针对真正问题的信号，你需要对孩子有的一些什么计划以及进一步的工作？

进深学习

1. 读撒母耳记上16：5—7. 当撒母耳寻找王的人选时，神向他展示了什么样的原则？读马太福音7：15—20，如何识别假教师，耶稣讲到什么样的原则？一个原则是讲到强调外在的行为，另外的原则强调内心。讨论当你管教孩子的时候，内心和行为是如何活动的？
2. 这里引用本章的一段话：“尽管会有家庭敬拜和教会活动，强而有力的属灵训练仍然是在日常的家庭生活中进行的”，读申命记6：6—9，这里提到好几个可以教导孩子的机会，哪些方法是你能够在闲暇时来教导孩子的？
3. 读两个故事，撒母耳记下16：5—12和撒母耳记上26：6—11，两个故事都讲到人的情绪失控的情形，但是大卫却表现出节制和智慧。尽管父母不可能象故事中的人采用这样暴力的行为，这种类似的情形仍然是父母有时也能感受到的？面对孩子的问题，父母会有什么样的感受呢？
4. 请读加拉太书5：22—23，哪种圣灵的果子是帮助你处理孩子的问题时最有帮助的？哪一种果子是你希望孩子也拥有的？你如何帮助孩子发展出这些品格？

家庭作业

在字典里面查一查“常规”这个词的含义。列举出数种你们家里独有的常规或习惯。可以涉及到的领域有旅行，娱乐，吃饭时间，搞笑时间。强调你很享受这些习惯积极的一面，有没有消极的一面呢？不要花太多的时间在消极面上，但是要认识到你看到了一些东西，而且想去改变，同时坚持继续来学习这本书的内容。

2

“我讨厌生气” 愤怒积极的一面

亲爱的史葛和乔安，

我过去常常对自己发怒感到很内疚。甚至会将怒气发到孩子身上，因着这种情绪我感觉极为糟糕。任何时候负面情绪来临时我都感到很不舒服。我也常因自己有怒气很生自己的气，因内疚而感到内疚，因沮丧而觉得沮丧。比较复杂的是我还要尽量处理好同丈夫还有三个孩子的关系，我努力减少情绪化，将情绪埋藏在心里，生活却变得更加一团糟。

你对情绪的教导改变了我的做法。我从来没有发挥过情绪积极的一面。我认为这样显得自己很软弱。我仍然在学习如何处理自己的情绪，但对这个学习过程感觉好极了，上帝借着你的教导来帮助我正确处理自己的怒气以及其它情绪，真的让人很得自由。现在我能用更健康，更建设性的方法与孩子们相处了。

有趣的是，不但如此，我还能帮助我九岁的儿子处理好他的情绪，他总是发脾气，我尽量教导他如何面对情绪问题，他对此有回应。认识情绪成为一个关键的钥匙，为我和家人打开了一扇很重要的门。

—来自纽约的琼妮

当艾瑞克走进我们办公室咨询的时候，只有七岁。他的怒气给家人带来问题。当我们同艾瑞克交谈此事时，他说：“这就是我能用到的方法，我没有办法做别的”。他已经放弃控制怒气的希望了。我们对他讲的第一件事就是：“你知道吗，艾瑞克，愤怒有积极的一面，他望

着我们好象在说：“我父母带我来见这群疯子吗”？我们接着说到：“愤怒有益的一面是能帮助人识别问题，不好的一面是不能用它来解决问题。”

当我们不断影响艾瑞克，他也经历到希望。随着时间的过去，艾瑞克不仅学会控制自己的怒气，同时当他学会正面使用情绪时，感觉更好了。他的怒气不会那么大了，发怒的时候也少了，当他发怒的时候他也知道当如何行。我们告诉艾瑞克，我们不仅仅只是想帮助他自己如何面对愤怒，同时也希望他掌握这个有用的工具去帮助其它有愤怒情绪的人。我们的目标就是帮助他成为一个使人和睦的人，看到其它人身上的冲突，怒气，知道如何将和平带给这样的人。

许多父母就象艾瑞克的父母一样，他们已放弃一切希望，认为孩子无法胜过怒气。而孩子也被这种羞愧的情绪所困扰。在提高你和孩子对情绪的管理之前，你首先要正确的认识怒气。这一章就是告诉你关于情绪的四个事实，及具体到怒气这个情绪，帮助你明白怒气是什么，如何用到怒气积极的一面。

事实一：情绪是上帝赐给人的礼物

亚当犯罪后，罪就入了这个世界，紧接着罪带来的后果也跟着来了。伊甸园的情形开始复杂起来，女人要经历生产的痛苦，人类趋向隐藏真实的自我，彼此的关系也不再是那么敞开。人们将情绪视为人堕落后的产物而不是上帝创造的一部分。这种错误的认识导致一些人认为负面的情绪，如有怒气就是罪。当人生气的时候，会感到很内疚，也因此错失了这种情绪给人带来的有益的一面。

一个更正确的看法是情绪是神赐给人的礼物，而不是堕落后的结果，上帝将情绪赐给我们管理，并要用情绪来荣耀他自己。神按照他的形像创造了人，照圣经中的描述，神自己也是有情绪的。当然，神毕竟是神，它的属性决定了它并不限于人类有限的特质和感受，但照圣经所述的事实，情绪是神与人沟通的方法之一，人类分享了创造者情绪。当然，当我们表达情绪的时候，我们的心总是会夹杂一些不纯净的东西在里面，而神是圣洁的，他的情绪表达总是公义和纯正。事实上，生气及其它情绪是人本身的一部分。情绪增加了人的热情和激情，使得平凡的生活充满了色彩。

这并不意味着我们日常生活中的情绪，或情绪的频率，情绪的强度总是很适宜的。因为人有犯罪的天性，有的时候得到上帝所赐的美好礼物，却错误的使用了他们。堕落的天性使得人的情绪被用在负面的方面。所以第一步是要认识神将情绪赐给我们是有目的，我们也被呼召按着这个目的来使用我们的情绪。

不要将情绪当成是邪恶的，相反我们必须认识到情绪常被误用，我们要学习如何按当初情绪被设计的目的来使用它。例如，在圣经里面并没有定怒气为罪，但是却鼓励我们控制怒气。雅各书 1: 19 说：“但你们各人要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒”，经弗所书 4: 26 也讲到：“生气但不要犯罪，”这些经文里面都没有定生气为不正确，只是要我们学会适度。

开始学习控制你的怒气，首先要认识到这种情绪是神赐的礼物，从积极的方面来认识它。其它的情绪也能帮助你。

耶稣是完美的，然而他也会有各种情绪的表达：

担心：马太福音 26: 38—39（便对他们说：“我心里甚是忧伤，几乎要死，你们在这里等候，和我一同警醒。26:39 他就稍往前走，俯伏在地祷告说：“我父啊，倘若可行，求你叫这杯离开我；然而，不要照我的意思，只要照你的意思。”）

悲痛：约翰福音 11: 35（耶稣哭了）

伤心：路加福音 19: 41—42（耶稣快到耶路撒冷，看见城，就为它哀哭 19:42 说：“巴不得你在这日子知道关系你平安的事，无奈这事现在是隐藏的，叫你的眼看不出来。）

喜乐：约翰福音 15: 11（“这些事我已经对你们说了，是要叫我的喜乐存在你们心里，并叫你们的喜乐可以满足。）

怜悯：马可福音 1: 41（耶稣动了慈心，就伸手摸他，说：“我肯，你洁净了吧！”）

爱：约翰福音 14: 31（但要叫世人知道我爱父，并且父怎样吩咐我，我就怎样行。起来，我们走吧！”）

愤怒：马可福音 3: 1—5（3:1 耶稣又进了会堂，在那里有一个人枯干了一只手。

3:2 众人窥探耶稣，在安息日医治不医治，意思是要控告耶稣。

3:3 耶稣对那枯干一只手的人说：“起来！站在当中。”

3:4 又问众人说：“在安息日行善行恶，救命害命，哪样是可以的呢？”他们都不作声。

3:5 耶稣怒目周围看他们，忧愁他们的心刚硬，就对那人说：“伸出手来！”他把手一伸，

手就复了原。)

平安：约翰福音 14：27（我留下平安给你们，我将我的平安赐给你们。我所赐的，不像世人所赐的。你们心里不要忧愁，也不要胆怯。）

约翰，两个女孩的父亲，发现认识这个真理对他真是很重要，他说：“好多的时候，我会对女儿生气，有时候他们无知，自私，态度恶劣这些事情很容易将我惹怒，我过去常常认为自己不配做父亲因为我对孩子发脾气了，现在我认识到怒气也是上帝创造人的一部分—我只是需要认识到这点并根据情况来管理好情绪，因着我能更好的使用怒气积极的一面，我觉得自己能成为一个更好的父亲。我现在能以不同的方式与我的孩子相处，我知道她们很感恩看到我的改变”

事实 2：情绪为沟通交流提供了工具

情绪反映了我们部分日常生活的不同层面。那些研究情绪的人将所有人都经历到的情绪分成几类基本的情绪。例如，表格一讲到九种基本的情绪（分类有些不同的意见，但是大多数人支持这九种为人类基本的情绪）。包括：悲伤，愤怒，高兴，反感，害怕，内疚，期待，惊讶，希望，而每一种情绪又有强度的不一样，由此带来不同的感受。例如，害怕或许是从忧虑开始，发展成为恐惧。惊讶也许是从分心，发展到强烈的惊异。

不同的情绪结合起来又会形成一系列的感觉，进一步形成多种复杂的情绪图像。害怕和惊讶结合起来变成惊恐。高兴和期待组成了激动兴奋。悲伤和愤怒产生消沉。期待中夹杂害怕变成了焦虑。

正如你看到的，情绪很快会变得很复杂，难怪这么多的人不仅对此很混淆而且干脆放弃对情绪的认识。他们决定放弃对这个事物的讨论，是怎样就怎样吧。这类人对情绪的回应近于失控，错失了很多情绪提供给人的益处。他们常视情绪为要斗争的敌人或闭塞的间歇泉，但是当你能处理好这些感觉，更充分的享受生活的时候，为什么要同上帝创造的你的这部分作对呢？不要视情绪为只发生在你身上的事情，学习使用这个工具来同他人交流。

有一位母亲这样说到：“我开始学习了解复杂的情绪，我感觉有许多，习惯于不去思考这些反应，好象这些情绪有能力绕过我的大脑，需要努力了解究竟发生了一些什么。我正在学习

让自己慢下来，想想我所感受到的，在这方面我取得了一些进步，也确实认识到如何更深刻的去了解我的孩子，他们也看到了我的改变。我不再那么害怕情绪，更渴望去认识它们并充分的用到家庭里。”

庄严	→	悲哀	→	悲伤
生气	→	愤怒	→	狂怒
鼓励	→	欢乐	→	占有
厌烦	→	厌恶	→	恨
忧虑	→	害怕	→	恐惧
错误	→	内疚	→	失败
好奇	→	期待	→	痴迷
分心	→	惊奇	→	诧异
冷漠	→	无望	→	绝望

当父母只是选择以怒气来回应孩子，其实极大的限制了自己。如果他们也选择用其它的情绪来应对，他们的家人将因此受益。玛以琳很诧异她八岁的儿子吃饭的时候将脚放在桌子上。她很生气，但是她选择用不同的方式来应对。“你知道圣经是如何讲到佳美的脚踪的吗？”她用幽默的口吻问到。

本来期望激烈反应的男孩被妈妈的问题给震住了，他也很期待答案：“不知道”，他用自己的语调回复。

“圣经说，佳美的脚踪是将好消息带给别人。现在我有一个好消息给你，甜点只提供给那些脚放在桌子底下的人。”玛以琳向孩子表明了她的看法，但是她并不是用发怒的方式来做的。吃甜点的时候，这个事情发生过几分钟，玛以琳向她的孩子传递了一个要求，：“不要把你的脚放在桌子上”。

他的儿子回答到：“好的”。

这个母亲很好的控制住了怒气，用智慧的方式来教育孩子，避免了难堪的一幕。每次若你止

住怒气，来评估一下当时的情形，你可借着怒气认识到问题，然后选择另外的方式来回应。

情绪的复杂性要求我们学习如何管理情绪，而不仅是对情绪给与反应。愤怒，神赐给我们的情绪之一，也会有认识混乱的时候。压抑的愤怒常会导致身体出问题，但是有些人相信处理怒气的唯一办法就是发泄出来。他们说你有权利喊叫，尖叫，乱踢，发脾气，因为这样可将心底闷烧的怒气发出来。我们既不认为压制怒气是对的，但也不认为这样倾泄怒气对人会很有帮助。当人们这样自由的宣泄怒气的时候，也以伤害别人，破坏关系为终结。

圣经对此有不同的建议，箴言 29: 11: “愚妄人怒气全发，智慧人忍气含怒。”控制怒气比发泄好，这里控制的意思是允许我们将怒气作为一个工具，而不是一个武器来使用。当父母和孩子认识了情绪的复杂，如何在特定的情形下智慧的选择哪种情绪来使用，他们的怒气会减少很多，强度也会低很多。

事实 3：情绪给人信号

情绪并不只是氛围或环境。他们也有很实际的作用——它们显明生活中的一些事情。情绪就象“第六感”，帮助我们认识周围环境的各样事物。我们是不是很惊讶一天中很多时候在头脑还没认识之前就能感知很多的信息，你能感觉到有人在观察你，好象有什么不对劲。提示你可能做错了什么或今天是一个好日子。这就是情绪的功能，它的优势就是其它方面有可能遗失的但是它却能捕捉到信息。

有一个母亲讲了一个故事，关于她如何发现她三岁的儿子吃掉了一瓶阿司匹林的。“我走进卧室，儿子坐在地板上玩，我觉得有些不对头。我问他做了什么，他的回答不是我所期待的。我没有继续我自己的事情，我在儿子旁边坐了几分钟，紧接着我闻到了他口里发出的味道，知道是发生什么事情了，我抬起头来看桌上的药瓶空了，我一把抓住他迅速将他送到急诊室，到现在我仍然不知道我的第一线索来自哪里，但是在第一时间我感到发生了一些什么”。

一个推销员知道他什么时候应当成交了。一个丈夫很惊讶他的妻子敏感的洞察到他们儿子的问题。一个老师决定什么时候应该让班级孩子休息一会儿。如果你问这些人他们如何知道对各种不同的情形并以应对，他们也不能准确的给出线索，他们只是觉得那样做是对的。

如果你分析一下前面所描绘的情形，你会发现每一种情况都会有客观明确的信号，与情绪有关系。人们依赖他们所看见的，所听到的或所记得的细节。然而所有的这些信号却刺激了情绪的反应，而不是智力。推销员，老师和父母学习以表达的方式或行为寻找到一些信号或其它的线索，但是这其中最好的技能却是来自于情绪的判断，知道这是最好的时候做最适合的事。

例如小车上的控制面板是有很多的小灯，它们偶尔会亮起来，有时候甚至强度很大。根据经验，你开始了解所有灯及这些灯亮起来意味着什么。有的时候灯亮表明车到了要加油的时间，另外的一灯亮表示后车箱打开了，还有一灯亮可能告诉你车到了要送去维修的时候了。人的情绪就象这些小灯，你要花些时间去了解这种或那种情绪意味着什么，如何正确的回应。当你越多的与情绪的信号联系上，你就会对它们越加的敏感，你就能以更加健康的方式来回应了。

一天中你有无数次要做一些决定，你很惊奇许多次你都是借着微小的感觉信号来开始的。对气候的感觉促使你打开收音机去看看天气信息，无聊的感觉使得你更新一些菜谱。你的孩子在受到点小刺激后说一些讽刺的话。每一次，一个小小的情绪信号都会促使一个行动的开始。

思考情绪的暗示与你过去所听到的说法相矛盾，我们都被警告过：“小心，不要凭感觉去做决定”，这是很好的建议，特别你在经验中成长，因为情绪对生活的情形给出的是一个不很清晰的信息。这是不明智的做法，仅仅因为你不想收拾房间就任由房子脏乱，或者与某人起冲突仅因为他使你发狂。这些不是我们要在这里谈的。如果要做一个很重要的决定，不会只基于一个暗示或情绪信号。

情绪需要被正确的解读。例如你会用内疚这种情绪来评估你个人和对罪的悔改。这种方式对于一些你已犯下的错是健康的回应方式。但是如果你有错误的内疚，就会带来不必要的羞耻感。例如，社会的压力让你产生内疚感，因为你只是呆在家里照顾孩子，而不是出去赚钱养家，或者出去工作将孩子交给别人。如果你认识到错误解读情绪的危险，你就会明白是外在的压力让你产生了一个错误的内疚感。这样你形成一个决定以对抗其它可能被用来操纵你的一些东西。而内疚这种感觉给你提供一些做评估的线索。

明白情绪以及做一些自我的反思能将情绪转化为日常生活的财富。例如怒气来了时就是一个信号，告诉你说：“有一些事情不对头了，我需要做点什么”。怒气并不是定义什么事情错了，你需要花一些时间来思考，在你采取行动之前正确的解读怒气这个信号。

有的时候问题可能并不是出在你这里，例如你的儿子将自行车停在过道上，一个兄弟在打另外一个兄弟，青少年将桌面弄得一团糟。但这些问题常与大人内在的想法有关，一些不现实的期待有关，例如要两岁的孩子单独清理玩具，一个自私的母亲心里只想着花时间计划自己的事情，或者有三个十二岁以下的孩子却希望保持家庭完全整洁。

有一位父亲告诉我们：“我很认同怒气积极的一面，但是当我生气的时候我感觉很不好，我希望我能有不同的反应。”我们确信建设性的使用怒气的关键就是将刺激的因素从你的反应中分离出来，你意识到了你的怒气，你将这个情绪作为一个信号帮助你如何更有效的回应相关的事情。

太多的人在评估情绪之前就进入到了解决问题的里面，用怒气来操控他人或事情。当我们用怒气帮助我们明白什么时候有问题了，我们就能因着这个信号的提醒而受益，不至于落到危险的情况当中去。

事实 4：情绪影响人的心理能量

有一些情绪如害怕或者沮丧，能增加你的能量级，而另外一些情绪如悲伤或绝望，会减少你的能量级。两种情绪都有上帝命定的目的。如果你能很好的利用这些情绪的信息，你就能获得情绪带来的最大的好处。情绪常常是促使我们行动或者不行动。例如因着恐惧提供了额外的精力使得一对疲惫的父母跑出门廊救下冲到街上的 2 岁小孩子。感激促使人写一张感谢的卡片。悲伤或伤心使得人退后一步，经历一些损失后学会放手。

愤怒是增加人能量的一种情绪。当你生气的时候，你的身体也同时有一些状况发生。如心跳加速，血压升高，呼吸加快，血糖上升，瞳孔放大，肌肉紧张。肾上腺释放出肾上腺素，思想紧张。所有这一些身体反应是上帝设计以帮助人来应对人身威胁或从某种状况中逃离。你也许并不是面对非常紧迫的危险，但是当你的孩子影响了你的安宁或交通堵塞破坏了你原本的计划，你的身体就会产生这些物理性反应。

怒气使得能量增加有积极的一面也有消极的一面。当你愤怒的时候，你更有动力去解决问题，面对冒犯者，或生活中作一个改变。你如何作改变，最后的决定结果就是对关系的影响。在这里要学习的是用新的技巧，新的策略来解决冲突，用更健康的方式来交流你所关心的事情。

因怒气而产生的能量的积聚有时被形容为沸点到达顶点的沸水锅。当生气的时候，有的人会有身体上的粗暴动作如摔门，跺脚，敲击，抓取，推搡等一系列的释放能量的行为。那些能控制身体动作的人，有些会用嘴来争斗。他们的话语，音量，音调或许比身体上的反应来得更具有摧毁性。另外即便有些人控制话语，也可能用其它更为老练的方式来表达愤怒一对相关的人沉默以对或者瞪眼。愤怒的母亲也许会向全家发出“摩尔斯电码”，通过比平时更用力的关冰箱门，推椅子，咕哝，叹气，拨弄火炉上的锅子。没有粗暴的动作，没有恶劣的语言，但是家里每个人都知道妈妈生气了。家庭气氛因此变得愁云惨淡。

有人依靠怒气来使得事情成就，怒气成了一种燃料来推动他们的日常生活，如果事情就这样做成了，他们也继续保持这样的状态。如果事情按正常方式解决了，他们就会变得很没动力。有一个年轻人告诉我：“我喜欢生气，这样我能得到更多，有勇气面对问题，成就事情”。这样怒气成为他的一种推动力。很不幸的是这个年轻人过于依靠怒气，到最后沉溺于这种状态，对家人造成一个反作用，自己也因此变得焦虑，神经高度紧张。

长期的怒气不仅伤害身体也影响同别人的关系。作为父母不要执着于怒气并发展这种情绪，而是应当利用怒气所带来的能量辨别孩子身上发生的问题，进入到一个新的常规当中，帮助孩子建立品格。

圣经里面对以怒气作为生活方式的谴责

好生气的人，不可与他结交；暴怒的人，不可与他来往，恐怕你效法他的行为，自己就陷在网罗里。（箴言 22：24-25）

好气的人挑启争端；暴怒的人多多犯罪。（箴言 29：22）

一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒（或作“阴毒”），都当从你们中间除掉。（以弗所书 4：31）

但现在你们要弃绝这一切的事，以及恼恨、忿怒、恶毒（或作“阴毒”）、毁谤，并口中污秽的言语。（歌罗西书 3：8）

因为人的怒气并不成就 神的义。（雅各书 1：20）

怒气传达的信息

这四点关于情绪的事实能帮助你很好的用到怒气并且建设性的使用它们。怒气有一个很具体的工作。它能传达一个信息——即什么地方出了问题。这个问题可能是内在的，也可能是外在的，也可两者兼而有之。争吵，藐视，态度恶劣，孩子的这些问题引起你的愤怒（外在的原因）。或者你的怒气也来自于你不切实际的期待，要求，一个需要牺牲但又抓着权益不放（内在的原因）。怒气只是提醒你有问题了，紧接着必须想想真正的问题是什么。

揭示怒气背后的原因一个有帮助的方法是认识引起怒气的五个基本原因。这五个原因在某点上有重复。你会发现你所经历的适合其中一个以上的原因，但是将这五个原因列出来有助于对愤怒这种感觉的基本认识。当你开始感到生气的时候，认识这些原因能引领你反省。

什么是狂怒？

当怒气变得十分强烈，称之为狂怒或者怒气失控。狂怒的人没法清醒思考，丧失了评估或考虑现场情形的能力。现在只是对原始的情绪给出反应和作用。有时候出现大骂，咆哮，疯狂。有些人愤怒会导致他沉默不语，拒绝说话。

狂怒导致两种情形：不能清醒的思考，不能评估目标情形。如果将狂怒当作一个信号，你需要休息一下，安静下来，这样你才能以健康的方式来了解问题出在什么地方。有一种方法能帮助你从这种情形下脱离，就是你认识到是什么原因引起你如此愤怒。

身体上的痛引发怒气

所有怒气的中心原因是痛。当一人碰到脚指头或撞着了头，或踢到了地上的水管，马上就会有怒气出来。当你的孩子撞着你或者踩到了一个尖利的玩具，也会有这样的情形发生。所以你的怒气至少部分原因是因为身体的痛引起的。

目标被阻碍引发怒气

本想早晨 7:35 离开住所，回头看 3 岁的孩子又把穿好的衣服脱下来了，这使得你很生气因为你的时间计划打乱了。从主干道上开出来，却发现交通阻塞使得你迟到了，怒气大发是因为你因此无法按时赴约。当你需要为公事作一些准备的，却碰到不愿合作的孩子或者一天已是第三次帮他寻找遗失的鞋子，很让人沮丧生气。

权利遭到侵犯引发怒气

当五岁的孩子敲浴室的门的时候，妈妈很生气，她想：“我有权利洗浴的时候稍有点安宁”。一位父亲相信在卷入家庭问题之前他有权利下班后回家轻松一会儿。诸如此类的种种情形，父母会认为是孩子妨碍了他们的权利，因此生气。

不公引发怒气

当妈妈看到哥哥在找妹妹的茬，小的孩子让大些的孩子烦扰，因着这种明显不公平的现象会变得很生气。一位辛苦工作回来的父亲还要帮着孩子洗澡他也会感到不公平。当父母认为生活对他们或对家人不公平的时候，他们常常感到很愤怒。

期望落空引发怒气

如果不是因着孩子的原因，生活原本有更高的期待。一位母亲也许会说：“我期待着下班后回家做饭，而不是面对一片脏乱。”期望落空似乎伴随着上班族的父母，并常常导致愤怒的感觉。

明白这五方面引起怒气的原因能帮助你建立同家人的关系。每次你开始生气的时候，停下来辨别一下是什么原因引起你生气，给你的情绪贴上一个标签也许能帮助你将能量传递到更具有建设性的方面。你将会看到你自己所处的模式，并明白引起你生气的常见的原因。这样的观察能帮助你调整自己的情绪反应。

孩子做错了事，我生气不对吗？

有些人认为他们发怒是合理的，因为他们是正确的而别人是错误的。他们相信正确是成年人愤怒的通行证。只要说“他惹我生气”就意味着所有的外部事情都能决定他们情绪的强度。爸爸联系起这些促成因素（使他生气的事情）以及回应（他因着怒气所做的事）会很快的将

自己这种情形归结给孩子。当父母亲这样做的时候，他们常常指责孩子的问题，却很少承担他们因自己的情绪带来的责任。确实很多情形下，孩子确实错了，除了他们做错了事外，期待孩子来为我们怒气这样的情绪来承担责任是无益的。妈妈们也许会说：“如果孩子刚开始就听话我是不会生气的”，这种说法实际上落入了一个陷阱，要孩子为他们的怒气承担后果。

正确的做法是不要太多的关注谁对谁错，而是用智慧来想想如何应对。一个全自动烹调火鸡的器皿有按钮表示什么时候菜食物做好了，与一个亲自动手做火鸡的厨师还是有很大的不同的。有的人就象这个按钮，无论何时事情不对劲了，他们都只是以怒气来回应，愤怒的依据就是他们是正确的。

在生活中只是做到正确并不够，父母还需要有智慧。真正的智慧是用一种能带来改变心的方式而不是报复。作为父母，我们并不是想惩罚孩子做错的事，我们是要帮助他们有内心的改变。成人发怒也许表明孩子做错了，但却不是解决问题的好方法。一旦你认识到有愤怒在其中，最好的方式是如何激发自己去改变。

圣灵充满

加拉太书 5：22—23 讲到九个圣灵的果子。很有趣的是：头三个果子是与情绪有关的：爱，喜乐，和平。当我们顺服神并允许他来引领我们的生命，我们就能经历到被圣灵充满的情感。珍妮特，一个四岁孩子的妈妈说到：“我正在学习如何对我的怒气有不同的回应，不要把每个争吵都要带到家里，这种感觉很让人得释放。我的祷告以及为这些所做的努力得到了回报，因为现在的我很享受家庭的平安。当然仍然会有一些问题，但是我不再重复这种旧有的模式，而且我还能帮助我的家人，因为我自己能保持平静”。

将情绪信号（不对劲的事）从反应（解决问题）中分别出来的想法使很多人重新得力。父母们不会再说：“因为我儿子对我的蔑视，我对他发怒是正当的”，这两件事没有必要联系在一起。是的，孩子犯了错，怒气也许能帮助我们看到问题所在，但是并不意味着只有粗暴的言词和行为可证明是正当的。

父母通常是家庭设立情感气氛的，孩子们则学习按所设的气氛来驾驭各种情绪的风浪。父

母愈能在生活中保持平静，孩子们也能看到并学习榜样，你回应冲突，愤怒与生活挑战的方式能将平静的风浪融入你的家庭，不仅是你的家庭生活因此受益，你的心也会得到很好的回报。圣灵希望在你的心中做工。许多次他使用你每天生活里面的各样机会，使你心中积累属天的情感，这是你跟随上帝来生活得到的另外的益处。

还记得艾瑞克，那个挣扎在愤怒的漩涡里的七岁男孩吗？艾瑞克现在十四岁了，是一个情绪非常平稳的男孩。过去他将发怒当作生活的一部份，经常落入到沮丧的情形当中。现在却能用他在过去几年中所学到的经验去帮助其它被愤怒所辖制的人。

你也许被告知你的怒气是一个问题。你也许读了一些书教导你如何通过改变你自己来变得少一点愤怒。但是当你为许多你孩子身上真实存在的问题使得你发狂的时候，要改变自己并不是容易的事。你知道你所有的怒气都是被别人行为所挑起。你认识到你不仅需要自己改变，你还需要帮助别人改变。我们也知道。我们想帮助你调整你关系中的一些障碍，这样你的孩子将得到改变，你自己更少一些怒气。

为了发展一些对品格有用的习惯，你必须首先学会将怒气当成有益的东西。再复习一下本章所讲的关于怒气的四个基本的事实。将它们抄写下来贴在不同的地方。学习认识你的怒气，停止带伤害性的回应，开始将怒气用在家庭里面做必要的改变。花一些时间来祷告，求神帮助你如何使用情绪，特别是怒气，给家庭带来益处。你将会惊讶所得到的结果。

本章小结

当你看见…

将你自己或别人的情绪视为正面积极的东西来好好管理，而不是当作一个包袱去掉。愤怒指出有些事不对头，需要引起注意了。

建立新的常规

在你用怒气回应之前，思考用一个智慧的方法来回应。将怒气的发作从回应中分别出来。智慧常常是深思的结果。你选择用更温和或更有创造力的方法来回应或许正好能帮助对方有改变。

原因

怒气帮助我们识别问题但是却不能用它来解决问题，上帝将我们创造成有情绪的人，这些情绪帮助我们洞察生活。

进一步讨论

1. 列出五种你家里常抱怨的问题。常抱怨的问题就是引起你发怒的事情。辨别一下每次是什么事情引发问题？
2. 看看21页表一，想想这一系列的情绪，说一说在你的生活中不同的阶段什么时候情绪强度会增加？
3. 读雅各书1：19，人们会用很多的技巧来防止自己对怒气的反应，例如数到十。许多的技巧都是来帮助自己的，分享一下你是如何使自己冷静下来，防止怒气过分发作的。

进深学习

1. 以弗所书 4：31 讲到六种类型的怒气，你如何解释这些不同类型的怒气，以使他们相互之间区别开来？
2. 读加拉太书 5：22—23，谈谈对圣灵充满的认识，你如何才能被圣灵充满，这如何帮助到你和孩子建立关系？
3. 读以弗所书 4：26—27，撒旦是用什么方法借着怒气在一个人身上或一个家庭里面立足的？
4. 读创 4：4—7，根据本章所提供的引起怒气的原因，辨别一下是什么原因使得该隐落入困境。这句话是什么意思：“你若行得不好，罪就伏在门前。它必恋慕你，你却要制伏它”（v. 7）

家庭作业

参考表格一提供的各类情绪，同家人一起填空，“这件事令我感到（情绪）”，这样做活动很有趣且家庭成员之间更多的分享一些信息的很特别的方法。

你要听劝教、受训诲，使你终久有智慧。

—箴言19：20

3

“他们不按我说的做”

教导：培养孩子顺服的品格

亲爱的史葛和乔安，

我感到很沮丧，说出来你不敢相信我为家人做了多少事，跟在孩子后面收拾东西，购物，做饭，清理，开车送他们去这里那里，使房间里的一切保持整洁—看起来从没有停过。我的两个儿子，一个九岁，一个七岁，他们是可以帮助我的，但是他们从来没这样做，我也放弃了这个希望。每次叫他们中间的一个来给我帮帮忙，得到的就是争吵，恶劣态度。与其这样，还不如我自己做起来容易些。我反思为这些男孩子所做的一切，为了避免同他们争吵，我失去了很好的训练这些孩子的机会。

现在，我学到一些关于如何教导孩子的功课。它帮助我看到孩子们需要改变的地方。在这个过程的当中我也在教导他们关于生活的事情。最重要的是，我在为他们预备道路以听从神的教导。我现在更有动力多花一些时间和精力来做这方面的事情，因为我知道这样行并不仅仅只是在处理家事，而是与神同行，建造孩子的品格。

—来自罗得岛普罗维登斯的卡拉

教导孩子如何做是为人父母的重要职责。我们好象一天上百次告诉孩子什么时候做什么，如何做。我们都希望孩子看到需要并且去做，但这种情形在大多数家庭的现实状况却

不是如此。孩子们将鞋子遗留在门口，书包丢在厨房，看着垃圾桶满溢出来，看起来对凌乱的房间毫不在意，将自行车放在房面的草坪上，这样的清单可以列出很多很多。

保持家庭生活前行真是一项巨大的工作。一位母亲告诉我们：“我无法想像我还能去规划别人的生活，我自己的麻烦够多了”，随着家庭成员的增多，要将所有事情处理妥当是很不容易的，这进一步加深家庭成员之间的情绪张力。成员众多的家庭是一个祝福但也需要有严格的体系以确保各样的事情在掌握之中。（有一位父亲讲到：“在孩子的成长过程中，我从未错过孩子的任何一场球赛，当然并不止一个孩子”）。教导孩子并不是图方便和省事——事关孩子如何在这个世界上生存。

教导这个词由“in”和“structure”这两个词构成，基本的意思是“将架构放进去”，当某人出现在某地教导，他就是将相关事情的架构带入某种情形，帮助人们如何去做。母亲看到房子需要清理，定下清理的最后截止日，并给与一些指导，以推动家庭成员朝这个方向去行。她加入这种架构使得家庭生活得以正常进行，很不幸的是因为父母和孩子的关系被破坏，孩子常常抵挡这些事情。因着这个原因有的父母会更加加强教导上的强度，有的则会放弃教导。这就意味着秩序和结构走向混乱。

有的时候父母无法分辨孩子是否在响应他们的教导，因为孩子们可能没听懂父母的指示，或者身体上很累了。这里给父母一个工具来帮助区分这两种情形的不同，不顺服，抵挡或者态度恶劣还是上面所说的情况。这里所讲到的一些常规将会放慢教导的过程，这样你需要判断孩子是抵抗你的引导，还是无法处理某种情况。同时也将教导和听从指导的工作分成若干个步骤，这样父母和孩子都能接受而不感到沮丧。

教导孩子不仅仅是将任务分配给他们，或为图省事叫孩子去做父母要他们做的。教导的过程中包含着很多有价值的工作。通过教导，孩子们学到了品格和技能，这些能帮助他们获得家庭之外的成功。他们要学到诸如如何保守同其它人的约定，如何在无父母的提醒下完成工作，当他们完成事情后如何回馈信息，在无人监督的时候如何保持完成自身的责任。

最重要的是，孩子们要学习如何顺服父母的教导，这样当他们成长的时候才能具备顺服上帝的品格。这也许是为什么所罗门在箴言书里面十五次讲到听从教导的重要性。当你专注于建立孩子的常规时，你就为建立你和孩子之间健康的属灵关系铺平了道路。帮助孩子来听从你的教导是帮助孩子发展聆听上帝的教导以及顺服上帝所需要的品格。父母需要花很多年的时间来做这项工作，但投资点时间能给孩子带来持续一生的益处。毕竟，作为成年人，

我们常常不适应别人给我们指示。有时候上帝要我们去做我们还不完全明白的事或希望我们不要去做某事。顺服则要求自律和谦卑。

不是说要父母过份的通过帮助孩子学习无争论，无抱怨的来听从指导，这个过程就是在建造孩子的品格。当父母放弃了给孩子指导，他们就失去了宝贵的教导孩子的机会。这样做并压制孩子。如果你学习如何建立教导这个常规，你自己和孩子都将受益，你不仅只是在教导孩子听从指示，你也是在教导他们如何正确的回应指示。这个观点非常重要，在日复一日的养育孩子的过程中，你孩子学到的不仅是如何来回应你，也是在学习如何回应他们未来的雇主，团队的领袖以及永恒的上帝。

箴言书中关于听从教导的价值：

4:1众子啊，要听父亲的教训，留心得知聪明。

4:13要持定训诲，不可放松，必当谨守，因为她是你的生命。

8:33要听教训，就得智慧，不可弃绝。

9:9教导智慧人，他就越发有智慧；指示义人，他就增长学问。

19:20你要听劝教、受训诲，使你终久有智慧。

争战

许多父母觉得教导孩子就象打一场仗，伴随着冲突，没得休息。当孩子们抵挡父母的时候，父母常常是借着大声吼叫来让孩子听从。

以艾利为例，她在上班回来的路在超市停留买了些东西，她走到门口看到她十岁的儿子塞恩在看电视，然后她说到：“塞恩，请你帮忙把车上买的东西拿下来好吗？”

当她第二次走进房间的时候看到他还在看电视，“塞恩，关掉电视来帮忙”

当她第三次过来的时候，塞恩手上拿着电视的遥控在搜索看更多的台，“塞恩，立刻关掉电视，出来把车上的包裹拿下去”

塞恩咕隆了几句关上了电视

当妈妈放下第二趟拿的东西，发现塞恩失踪了，她大声吼到：“人呢？”

塞恩也从楼上叫到：“我找不到我的鞋子了”

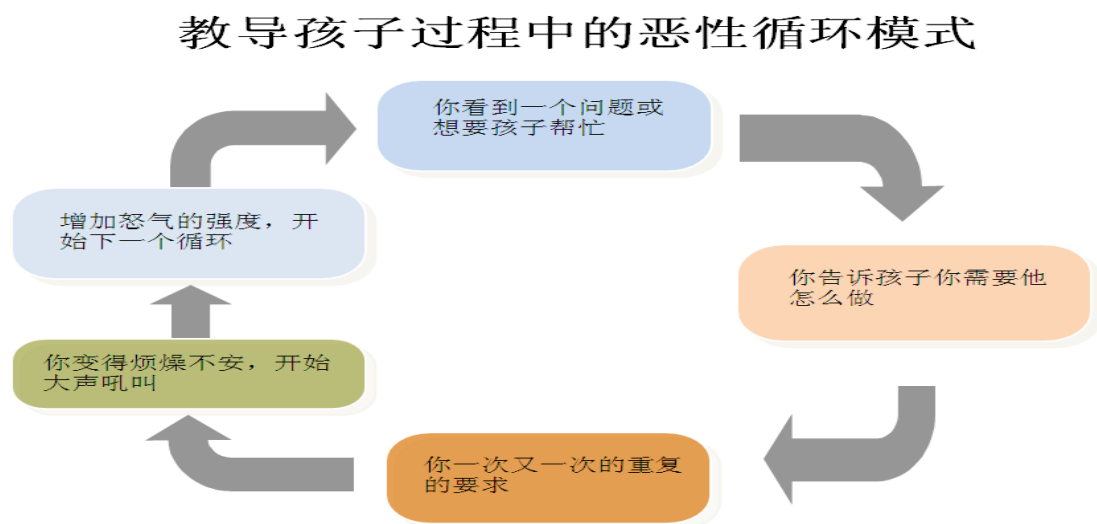
妈妈又吼到：“出来，不要穿鞋子，把车上最后一个包拿下来。”

经过几个回合，当塞恩将最后一个包拿进屋来，妈妈又开始下达另外一个指示了：“塞恩，请将洗手间里面厕纸安装好”

塞恩说：“为什么我必须……”

这一切事终于让妈妈开始大爆发了。她开始大声吼叫，数落儿子，所有的事都是让她这个妈做，无论要他做什么事总是不配合等等。

如果你就这个问题问艾莉，她会说：“这不是一次发生这种问题，这种事情总是在不断的发生”。现实的情况是许多家庭已发展出了一种负面的为常规模式，随着时间的推移这种负面的模式成为家庭生活的日常现象，这样一个循环的结果是，妈妈越来越容易情绪激动，孩子越来越不听从妈妈的吩咐，这种模式如下表所表示的一样。



一次又一次的落入这个循环，沮丧，孩子对父母的抵挡增加，结果就是父母和孩子之间关系越来越紧张，距离越来越远。

现在是时候要打破这种恶性循环了。当孩子不按你所说的去做的时候，你很容易发怒，在这个时候，不要以更多的怒气来回应。你当教导孩子在生活中如何接受你的指导，从而建立起一个新的常规模式。这种新的模式不仅能使你们之间的生活变得容易一些，每一步也是在训练孩子如何回应他未来的领导，以及如何回应神的教导。

步骤1： 靠近— 叫孩子到你这边来

许多父母看到什么问题就立即开始指教孩子。这常常意味着隔着停车场在喊或者在房子的另外一头发布指示。我们相信这种方式不是最好的。看到有需要就要人有回应还是不够的。这种方法没有显明父母与孩子之间关系的价值。父母不仅仅只是给孩子下达任务，同时还要同孩子建立关系。

从与孩子接近开始。大部分时候这意味着你给孩子指示前要将孩子叫到你身边来。对许多有较小年龄的孩子的家庭，这种要求会成为一个问题，因为许多学龄前的孩童当父母叫他时他是不会走过来的。事实上是，即便是年龄较大的孩子除非你教他这样做，否则他也不会走过来。

当我想教导梅根和伊莉莎白这个规则的时候，他们才四岁。因为他们是收养的孩子，在最初几年要学习如何听从一些规则和习惯。我和卡丽会告诉他们：“在我们家里叫谁名字的时候就要走过来的规则，你要走过来，不超过多少英尺的范围内说话：“什么事爸爸”或“什么事妈妈”。

尽管孩子们理论上会同意这个规则，但在实际操作上还是会有一些困难。首先，如果孩子们在后院玩，我在后门口喊一下，“梅根”，只是让她听见，“什么事”，她问。然后我会说：“记住，当我叫你的时候你要走过来”，她会这样行，有的时候不情愿，起身走过来听听我要说什么。当她走过来后，我会有不同的方式来回应她。有的时候我会说：“我想说我爱你”，我们会在一起享受咯咯笑的时光。有的时候我会说：“我有点心给你”，其它时候我也会给与指导或纠正。这些女孩们不知道我要干什么，他们只知道当我叫他们的时候他们需要走过来。我们也会谈到圣经里面的讲到撒母耳小的时候，晚上听到有人在叫他，他不是隔着房子大声叫嚷，而是来到以利面前看看有什么事，以利借此认识到一定是上帝在叫撒母耳，然后教导他以顺服的心来回应。我们也要求孩子这样去行。

父母常常会问，“在杂货店的时候叫我那学龄前的孩子过来，他却跑开去怎么办？”当然，杂货店不是一个训练孩子的好地方，这样的地方通常是最后的训练场所。应当在家里一次又一次的训练，在公园里也是训练孩子如何在公共场所回应父母的好地方。父母需要花大量的时间来培养孩子新的常规。要选择适合的时间和地点，这样不会因时间紧急而使训练变得令人沮丧，或者是在潜在的让人窘迫的环境。

良好的教导常规的建立，每一步父母和孩子双方都需要有改变。孩子同样也面临着这种情况，喜欢隔着房子大嚷，现在孩子们需要学习通过眼对眼建立亲密关系才能开始对话。

有的时候父母只是要讲一件很小的事情，孩子也要愿意来听从。放下报纸，从电脑前抬起头，将你的脸转向孩子，在你同孩子交流很重要的事情之前。一位母亲叫她的儿子不仅要关掉CD，还要摘下耳机以表明愿意来听她说话。

在沟通交流教导孩子之前身体上的彼此靠近是很重要的。在办公室，如果老板花时间来助理桌前交谈而不是隔着桌子发指示表明这个事情很重要，在家里也是一样，对那些过于活跃的孩子，可以双手温柔的将他抱起来，说话时看着他的眼睛是很有帮助的。这里进一步强调的是关系的重要性，并不仅仅只是给与教导。

一些父母向我们讲对这个方法的应用，孩子离他们几英尺远的时候开始教导孩子，孩子在回应上的主要的进步。请注意父亲和他的十二岁孩子马克的两个例子的不同方面：

事例一：爸爸看到儿子醒了，隔着客厅对里面喊到：“马克，今早不要忘记将垃圾拿出去。”马克咕隆几句，翻了几下眼睛。

事例二：爸爸穿过客厅走到马克的房间里，“早上好，马克，还好吗？”

“还好”

“睡得怎么样？”

“因为一些原因我醒了好几次，但是现在感觉还好”

“昨天晚上你有没有看到我们的球队赢了？”

“没有，发生了什么事情？”

“他们获得了投手并且离他们很的，他真是做得很出色”

“太棒了”。

“嗨，马克，今天是星期六，记得把垃圾丢出去，你能把这些垃圾桶弄到街上放垃圾的地方去吗？”

“好的”。

父母和孩子在谈话之前距离要靠近一些，这样才有可能停下手头正在做的事来交谈，同时分散了之前的注意力，作好准备开始面对新的事情。

近距离也使得你在进行相关指导前，能看看孩子正在做什么。你甚至有可能根据你接近孩子时所看的来改变或延迟你的指导时机。例如，有一位父亲想给孩子一些指导，当他走近女儿的时候，他决定延缓做这件事而不是去打扰她，因为他看见女儿正在做家庭作业。

靠近孩子对于建立关系特别是与青少年建立关系非常重要。在指导青少年的过程中需要考虑同他们的关系以及让他们有被重视的感觉。事实上一个强而有力的关系会减少孩子对父母的抵抗，有的时候一些年轻人在分享关于家务活的主题时候感到很气愤，你会听到他们说：“我的父母总是不停的命令我，就好象我是他们的奴隶。”当父母在指导孩子之前向他们表明父母如何看重他们之间的关系，他们就能够同孩子建立起很好的合作关系。

当你在指导孩子的过程当中孩子感受不到你们之间的良好关系时，你希望他们做点什么时，他们更有可能以苛刻的言语或不尊敬的行动来回应你。他们不明白顺服是爱的表现，而身体上的接近却表明我们在一起。眼对眼，脸对脸意味着：“我在意你”，眼与眼的接触交流表明对彼此的珍视。

孩子们要学会当呼唤他们的时候要走近或靠近叫他们的人，但是有一些情形对你来说更显明爱的则是你主动靠近他们。有的时候在你给孩子一些指导之前，你放下手头的事情走到孩子边上，你会说：“在我教你做一些事情之前，我更在意你本人”，这也是在教导孩子要看重人，而不只是完成任务。作为父母，你需要根据不同的情形来决定是你靠近孩子还是让孩子过到你这边来。两种方法于关系来说都是重要的。

通过确认在指导孩子的过程中，表明关系的重要性，也是在教导与上帝建立关系的重要功课。属灵的关系并不是列一连串可以做与不可以做的事情的清单，这全来自于你对关系的定义。阿来克斯，一个三岁孩子的父亲说到：“我的头脑中有一幅天父从上帝对我发指示的图画，感觉他离人遥远而严苛，直到我自己当了父亲，记起父母如何对待我的，我才开始看到这种关联，我对上帝的认识源于我在家庭成长过程中所学到的”。我努力从看重关系这个方面来教导孩子，很让人惊讶的是，给与教导与接受教导是一样简单的事情，透过这个角度来认识上帝以及他如何同我们建立关系的。

随着时间，孩子们学到不隔着房间来同你对话。在你们开始说话之前，要么你走到孩子面前，要么你期待他们到你这儿来。一位母亲走进厨房发现那里相当的凌乱，她觉得她十三岁的女儿应当来做整理工作。她往常的做法就是大声嚷嚷。“苏菲，”象通常所做的一样，她甚至都不知道女儿在什么地方，这次相反，她去找女儿。

她敲了敲苏菲的门，让她听见，“什么事？”

不是站在门口说，妈妈决定用关系更近的方法来处理，“我不想站在门口跟你讲，请打开门。”

“我在穿衣服”。

“那么穿好衣服后到我这儿来”。

这位母亲决定打破以往的这种负面的模式，她延迟一会儿叫女儿去做家务，直到女儿处理好自己的事情再开始说。

步骤2：考虑教导的时机—— 孩子的回应

另外建立教导常规很重要的一点是要考虑时机。现在就是解决问题最好的时机还是稍微推后一点。无人喜欢进门或者刚从床上起来就遇到事儿。我喜欢走到我儿子的房间把他叫醒。我坐在他的床边，轻拍一下他的背，温和的告诉他起床的时间到了。很不幸的是有些早晨我环顾他的房间看到的是一团糟，头脑里面会列出一长串的清单要教导他，甚至他的眼睛还没有睁开前就想开始，对我来说需要有耐心和自控才能勒住舌头，等候更合适的时间来教导他当做的事情。时机是很重要的，我希望在教导孩子之前，先让他醒来，我们之间建立了好的关系后才进行。

作为父母，我们需要看到问题和过程的区别。解决问题是需要给与指导的，而过程则是你指导的方法。那些认识到要给孩子指导的父母要停下来，想想如何用最好的方法进行。你可以问一问自己：“我如何才能用最有效的方法让孩子明白这个问题？”暂停一会儿，或者等几个小时，以确保用最有效的方法来解决问题。

例如，一位父亲也许这样对儿子说，当儿子从学校回来时，“嗨，凯特，很高兴见到你回来了”，他花了几分钟的时间询问儿子学校的情况，然后说到：“你把书包放下，吃点点心，能否过来同我谈谈话？我有几件事情需要你去做”，父亲尽量在指导孩子前能尽量考虑时机问题。

考虑时机因素从长远来看是要得到一个更正面积极的回应，但是更为重要的是这样做是强调亲子之间的关系。给与孩子教导很重要，但是给一点时间让孩子准备好更重要。即便只是对孩子说一句“我爱你”这样的小方法，都能很好的促进家庭成员之间的关系。

你也许会想，“有太多的事情需要处理，没有时间来计划用什么方法去表达”，确实，很多的时候，当场给与教导能迅速解决问题，然而我们却因此经历到更多孩子的抵挡。你也许过份的强调了任务，却忽视了你和孩子之间的关系。

有一位母亲说到：“在家庭生活中，大部份时候我只需要给亨特一些指导，所有的东西都能很好的进行，但是当有一些比平常重要点的事情的时候，我会考虑时机问题。我很

喜欢老板给我一些提醒当她要安排另外一份事给我做的时候，她甚至还会预约一个时间来讨论。我尽量在家里也用这种方式进行，效果很好。我告诉孩子我需要有些时间和他在一起谈一些事情，他会走过来做好准备听听我要说什么，我想花一点时间来提醒为即将要做的事做好准备。”

你传达教导的方法很重要，因为这常常会影响到孩子如何来回应你的教导。吼叫带来更多的吼叫，愤怒招致更多的自我防卫。当你看到一个问题，停会儿问一下你自己，你的孩子是不是准备好了来接受你的教导，这样整个过程才能进展顺利。一个好的教导模式始于你开口说第一句话之前。

步骤2讲到父母需要花些时间来考虑时机问题，但是孩子也有他们的责任。他们需要学习如何回应父母。有的时候孩子会建起一道墙让父母感到总是找不到合适的时间来教导他们。这种情形之下父母不必退缩或放弃，但这也并不意味着你要卷入与孩子的争战当中，学会建立建设性的对话，如“我想同你谈一谈”，也许就是一个小小的提醒等于是告诉孩子，“我珍惜我们之间的关系”，以防止相互之间暴发冲突。

考虑时机问题，父母也要根据孩子的年龄来做不同的调整。小点的孩子需要学习顺服，所以父母可以少一点提醒，多点期待迅速的回应。大点的孩子，特别是青少年，需要更多的时间来做准备。青少年需要时间来调整他们自己期待做的或者计划，这是青少年需要做的功课，父母要给予他们更多的耐心。

若一个孩子持续的不听从教导，则需要更多的建立关系或者给予管教，因为他们不能很好的回应父母的教导。训练孩子是一项工作，一些孩子需要学习当别人对他们说话的时候，他们如何真诚的回应。如果你叫儿子来厨房帮忙，在你指导之前，他的态度充满了抱怨，指导就要停下来。你也许需要延缓管教，因为要准备餐桌或按时间将食物端出去，但是事情不能就此了了。饭后，要同你的孩子谈谈，直面他面对家务事的态度问题，向他解释学会与人合作的重要性，每天晚上安排时间给你帮点忙，给孩子一点工作做做，这样有更多的机会让他操练有建设性的行为来建立与人合作的态度。

有的时候你必须要孩子马上给与帮助，他们需要对此快速回应。当你开车回到家，载着满满的物品，你根本不可能考虑时机因素。你也许必须叫孩子们停下电脑游戏，或者放下电话来帮你拿车上的东西。如果大家平时的关系很好，这样的打扰也是孩子们较易接受的。

当你指导孩子考虑时机因素的时候，你再也不会用旧的模式做事了。新的常规代替了旧的模式。那些旧有的做事方法常会让你们掉进麻烦的当中，不能让人建立更为健康的模

式。父亲不再是听电话的同时来回应女儿的问题，相反，他会请电话对面的人暂停会儿，对女儿表示一下关注，然后会告诉她等他听完电话后再说。一个孩子也会更乐意暂停玩游戏或者将手头做的事先放在一边来回应爸爸或妈妈的需要。这些小事能让父母和孩子双方都确信在教导这个过程中很重视对方。总之关系比做事情更重要。

前面两步着重于建立关系，得以承担整个教导过程中的重量。一些简单的事如看着对方的眼睛，身体上的接触，考虑时机因素更能帮助孩子建立一个合作的态度。养父母尤其在教导孩子上有挣扎，专注于与家庭的每一个成员建立强而有力的关系，这样才能帮助你的孩子学习如何接受你的教导，以更积极的态度来回应整个过程。

当父母把这头两步变成他们教导时的习惯时，很有意思的事情发生了，无论什么时候你教导孩子，不会感觉到关系上的压力，而是彼此很亲近。父母和孩子共同努力形成良好的合作态势，其结果是双方的关系也更坚固了。

步骤3：给予教导—孩子的回答

如果你经历过孩子对你的拒绝，你也许会发现教导的过程中使用不同的言语会带来孩子更为积极的回应。箴言15：1说：“回答柔和，使怒消退；言语暴戾，触动怒气。”这意味着你作为父母应该寻求以鼓励和正面回应的的方法来沟通。我们建议你在教导孩子之前陈述一下你的目标或要求。如：“艾米莉，我希望你能在爸爸回来之前把东西整理好，你可不可以收拾一下你卧室的书包，鞋子和双肩书包？”教导孩子之前的目标陈述能给孩子提供更多的信息，以及帮助他们认识到自己是家庭团队中的一员。

对于较小的孩子，你也许可以这样说：“你需要现在……”，为了帮助他们明白这个指示不是建议而是期待他们顺服，“布赖恩，到了走的时间了，你需要现在就坐到车里面去”，用这样的方式表明父母的指示是不可妥协的。

孩子越大，多一些解释是很有帮助的，这样不仅仅只是向孩子表明重视对方。较大的孩子正在发展他们的理性，需要明白规则和指示背后的原因及指导原则。安德鲁已经十七岁了。他告诉我们说：“我很感激我的父母过去几年对待我的方式，他们并不是象对待一个小孩子一样的命令我，而是会解释为什么要我这样做。他们允许我有时不同意他们的要求，我知道当有需要的时候我也可以同他们讨论。有的时候我们不能达成意见一致的时候，他们也会要求我顺服。事实上他们也会听我讲自己的想法，父母解释他们的理由使得我更容易接受这种顺服。当我成为父母时，也许会使事情做得有所不同，但有一件事我是认定了的，

就是我会同我的孩子谈谈我的理由而不只是命令他们。当我去我的一些朋友的时候，我简直不敢相信他们的父母对待他们的方式，这使我更加感激父母对我的爱，即使他们要我去做一些事情也会向我说明原因。”

不管你的孩子多大了，在父母给予孩子指导之后，孩子的工作就是要恰当的来回应。在教导的过程中这样做能加强双方的关系。我们鼓励父母这样教导孩子来回答“好的，妈妈”或者“好的，爸爸”。孩子如何回答至少说明了三方面的事情。第一，表明孩子是否听明白你所说的。有多少次你回头检查你的指示情况你听到的是，“但是我没听见你说什么？”有些父母甚至会教他们的孩子重复一下他们所说的，“我要……”然后填空。这有助于双方澄清指示的内容。

第二，这个回答的好处表明孩子在传达一个愿意听从的意愿。有一位父亲说：“我喜欢听到我儿子说‘好的，爸爸’”，这表明他将按我所说的去做。

第三个好处是通过孩子的回答你能听出孩子在用什么样的态度在回应你。如果是诸如“嗯……，妈……”这样的回答，你就知道孩子存在态度问题，这样的回答也显明了孩子心里面的重要问题。沉默代表了太多的事情，一个孩子可以听从，背后却伴随着愤怒，叛逆，怨恨或者蔑视。在指导孩子后要他来适宜的回应实际上是，通过他们的回答打开了孩子心灵的窗户。回答有问题，则给了父母进一步教导的机会。

要求孩子对父母的指导给与回答，孩子的回答表明了三方面的事情；

1. 孩子听到了你所说的
2. 孩子有动机决定按你说的去做
3. 孩子回答时的态度

当你要孩子去做一些事情的时候，有些孩子养成了一种争论或找借口的模式。如果你的女儿总是对你的指导方面有争论，潜在的问题是她不想要你告诉她做什么或者不想停止她正在做的事情。另外有的孩子对父母的指导很抗拒，因为他不喜欢分配任务或者想逃离一切看起来要工作的事情。孩子有时会把父母的指示视为对他们生活的入侵。如果他们喜欢这个指示，则听从。如果不喜欢，就抵抗。

如果你在指导孩子的时候，孩子开始争吵，抱怨，纠缠不休或者嘟囔，就要停止这个指导过程。不要继续谈论你给他的任务，谈论与之相关的问题，如果有必要，还要给予一定的后果。但是不能允许这种不正常的模式不受控制的进行下去。也许可以先出门或去商店

购物，但不能让这种问题就这样放手过去。迟点要花些时间与孩子谈谈这种正在形成的负面模式。

有的时候孩子以争论的方式来回应父母的指导，是因为他们相信自己有更好的想法，父母有的时候会卷入这种辩论当中，因为他们也相信这种“讨论”是对孩子一种尊重。毕竟，孩子也有他们的道理，这种方式偶尔用用还可以，但是父母如果过份的鼓励这种方式会导致孩子即使是父母给与最简单的指示也不听从。这种孩子长大后会是糟糕的雇员，并且弱化团队的力量。

有一位父亲给他十岁的女儿玛丽莎制定了一个计划，因为她总是在立即听从指示方面找借口。“我感到我们之间每次谈话都落入一个争吵的当中”。某一个晚上他同女儿坐下来谈论这个问题，“玛丽莎，你有很好的素质将来成为一个成功的妻子和职业人士，但是我注意到一个问题，它会成为你成功人生的一个障碍。这个问题是无论什么时候我给你一些指示，你总是有借口不马上去做，所以我希望我们做点不一样的事情。在一定的时间里，当我给你一些指示的时候，我们不要去讨论，我要求你马上服从，即便这个时候对你有些不方便，你也许正在玩电脑游戏，准备进入下一个游戏级别了，但是我仍然希望你马上停下来，正确的回应我的指示。当我要你布置餐桌或者拿什么东西到车上去的时候，我希望你马上去做。我们定下一星期的时间这样行，看看你对指示的回应态度是不是提高了。”

尽管这位父亲遇到女儿的抵挡，他仍然坚持这样行并且在几天内就看到女儿习惯的改变。他对女儿的回应态度印象深刻，甚至觉得可以一定程度回到过去，允许女儿偶尔就问题持有异议，他也不是很介意，但是一旦他感到又回复到过去负面的模式，他就会将这个进程收紧一点。玛丽莎到十三岁才停止这种对父母的指示以争吵来回应的模式。象玛丽莎一样，许多孩子得益于这种重建模式，这种模式就是对父母的教导有正确的回应方式。

步骤4：等待—让孩子去做

有些孩子好象看起来不能集中精神做任何事情。一位名叫希瑟的妈妈说到，“我叫五岁的儿子雅各去把鞋穿上，因为我们要出门了，他却没返回。当我去看的时候，我发现他坐在地上玩他的小车，并没有穿上鞋子。无论我叫他做什么他总是分心，我不得反复叫嚷才能让他做完当做的事。”

希瑟需要从沮丧的感觉中了解这个问题的原因是什么。雅各表面上的问题是注意力不集中，而深层的原因是没有责任感。是的，他只有五岁，但是他也需要学习听从母亲给他吩咐的一些要做的事情，这是对人的初步责任感的训练。

大多数孩子的内心并不会自然而然的感知责任的份量。你可以通过观察孩子完成指定的任务并且等候他们的对结果的反馈来培养他的责任心。希瑟也许可以这样说：“雅各，我们要出去了，请穿好你的鞋子，然后到我这里来。我会在门口等着你回来向我报告。”当你等候的这段时间，密切注意孩子分心这件事。刚开始雅各也许需要较多的监督，但是当他认识到他还需要向妈妈报告，妈妈还记得这件事，他就会有完成任务的压力。缺少责任品格的孩子需要持续的提醒，紧密的监督，给予他们责任小一点的任务，但要有多次的检查。

当孩子不想去做你要他们做的事情，没有必要大吼一只是给他们更多的责任，给与更多的工作，然后等候或者监督，这种投资是你送给孩子的宝贵礼物。一个有六岁孩子和三岁孩子的妈妈这样说到：“我给孩子界定责任，我们所说的责任是没有人看着的时候完成任务的能力，这样一来我那个三岁的孩子都希望成为一个有责任心的人，在这方面有很大成长。”

章主耶稣讲了一个关于三个管家的比喻，主人将才干和责任赋予他们，其中两个管家忠心良善，另外一个却不是这样。上帝希望我们成为又忠心又良善的仆人。忠心良善的源头就是要孩子听从教导，并及时反馈情况。责任感的训练是教导这个环节要做的工作。在马太福音25

步骤5：孩子反馈完成情况—父母检查及结束

俗话说道：“通过你所检查的，孩子才明白你所期待的。”孩子反馈完成情况，父母检查后，双方才能经历到事情完成了的感觉。这个过程的完成提供了表扬孩子顺服的机会，教导孩子责任感以及父母孩子双方形成积极正面的关系。

检查和结束作为教导中的最后一环。许多孩子只做一部分的事或根本不做，以及诸如此类的情况。他们生活在一个总是无法放松的感觉当中因为父母对事情的教导过程似乎从没有过结束。你可以通过给孩子一些奖励来表示这个过程已结束，如让他们去玩或者享受晚上余下的时间，表示这个事情他们已完成了。

有一个名叫阿曼达的青少年说：“我总感觉父母在不停的要我做一些事情。我很恐惧走出卧室，因为走出去他们又会交待我做另外一件事。”

当我们同阿曼达的父母谈到此事时，他们说：“她从没有完整的做完过一件事，洗手间凌乱，房间不卫生，不做家庭作业，也很少练习吹笛。”

阿曼达同父母就所期望的事情列出清单，阿曼达每天检查自己是不是已做完，通过这种方式他们的家庭关系得到了改善。父母很高兴看到他把事情做完了，而阿曼达也有了被释放的感觉。

作为父母来说检查是需要额外花一些时间精力的，但这却是建立教导常规中很重要的一环。而告知孩子一个教导阶段的结束，耶稣讲到的一个比喻。家主说：“好的，又忠心又良善的仆人。”这种评价或诸如此类的说法是孩子经常需要听到的，一个工作做好做完带来满足感，这也是顺服带来的奖赏。责任以及忠实良善是健康关系中很重要的两个素质，这也是我们同上帝建立关系中所需要的。我们需要教导孩子认识顺服上帝的好处——神喜悦我们这样去行。有一天我们都能听到神对我们的看法：“好的，你这又忠实又良善的仆人。”孩子们需要学习当他们成为有责任又顺服的人的时候，这就是上帝对他们的评价。

孩子需要记住顺服的定义：顺服意味着所说的事情立即去做，不需要提醒。

如果 ... 将会怎么样

圣经给孩子的一个工作方面的描述，以弗所书6：1说，“你们作儿女的，要在主里听从父母，这是理所当然的。”孩子需要学习顺服，因为这个品格里面隐含了孩子将来成功所需要的原则。父母有教导孩子顺服的责任。这里每一步都教导了很重要的观念以及父母和孩子所需要采取的行动。

1. 靠近——叫孩子到你这边来
2. 时机因素——孩子的反应
3. 给与教导——孩子的回答
4. 等候——让孩子去做
5. 孩子反馈完成的情况——父母检查及结束

如果你对教导过程感到沮丧，确认是哪一步让你有这种感觉，然后反复操练这一步以确认孩子明白你的期待。使用后果管教，并且拒绝同种情形不断持续。通过对教导过程的分解，以及你需要注意的地方并使之产生作用，你将会看到情况的改善，你与孩子的合作将得到提升，你同孩子的关系更亲近。

同孩子一起坐下来，解释一下新的常规，谈谈它们与以前的不一样。不断的操练可以发展更为正面的习惯。向孩子解释这个常规将如何帮助他们建立同上帝的关系。当事情出错的时候，纠正或者给与后果，回到正确的道路上来。例如五岁的肯特，叫他来的时候他没有过来，需要走到他边上，不要继续给指示，反而应当花一点时间来练习呼唤他，叫他走过来，然后才给指示。如果十三岁的克里斯多佛，当你叫他把垃圾丢出去的时候抱怨，需要对他说：“克里斯多佛，你对这件事的反应态度是不好的，把垃圾放在那儿，坐到客厅里面去好好想想，你准备好了再来做这件事。”

即便在教导过程中建立了很好的常规也不能保证你的孩子总是对此有很好的回应，仍需要花时间教导孩子来听从指导，这是在教给他们成功人生所需要的很重要的技能。这个常规帮助孩子如何回应，教导他们所期待的。靠近是在告诉孩子他们是被爱的并且被珍视。时机因素帮助孩子回应并愿意为接下来的事调整。回答的情形帮助你看到对方合作的态度。在他们完成任务的过程中等候帮助孩子认识到责任的份量，而孩子反馈情况，父母的检查并做总结，宣告整个事情的结束。

当孩子很难听从父母教导的时候，往往反映了一个更深层次的问题：自私。孩子们想做自己想做的，并想着如何去做。在建立这个教导常规的时候，父母和孩子双方要发展一个健康的模式。过去你可能只是想着如何把事情做完—需要孩子顺服，现在你的兴趣远超过这方面，在教导的过程中你也会很重视孩子本身—这就是尊重。顺服和尊重对于关系来讲都是很重要的。你的目标是让孩子不仅成为家庭的帮助同时也能在工作中也听从指示，当他们长大后能成为一个很好的与人合作的人。这样去行最重要的是你的孩子能从中学到听从上帝的教导，顺服圣灵的带领。

本章观点总结

当你看见

孩子做事情只做一半就不做了，争论，纠缠，抱怨或者不听从指示，父母不要将眼光只是盯在任务上或者以愤怒来回应。孩子的抵挡是内心深层问题的信号，需要引起注意了。

建立新的常规

1. 靠近—叫孩子过来
2. 考虑时机—孩子的回应
3. 给予指示—孩子回答
4. 等候—孩子去做
5. 孩子反馈情况—父母检查并结束

因为

教导孩子听从指示能帮助他们学习责任感，合作以及团队工作。他们将学习到如何与别人一起工作，最重要的是，如何接受来自上帝的教导以及顺服。

进一步讨论的问题

1. 孩子什么时候开始学习顺服，如何听从指示的，他们学习了许多的技能及品格来发展他们未来的人生，列举一些益处。
2. 当你教导孩子的时候，遇到过什么样的抵挡？为什么父母有时会放弃在这方面的努力？
3. 列举一个好的或坏的习惯，已经成为在教导过程中的一个习惯了。

进深学习

1. 读箴言1：8—9，对听从教导的两种相似性的益处用的是什么方法？
2. 扫罗想用献祭的方式来为自己的不顺服开脱，在撒母耳记上15：22，神对此是如何回应的？这里告诉了我们什么关于听从神的教导的价值？

3. 你如何看罗马书1：29—31和提摩太后书3：2—4将不顺服列为一种可怕的罪？
4. 这章做了如下的陈述：“当孩子看不到父母的教导与关系是如何相连的，他们更有可能以不好的言辞或失敬的行动来表明他们不喜欢你要他们去做的事，他们不懂得顺服是爱的表现”，约翰福音14：23—24是如何讲到这个观点的？

家庭作业

“按线索”寻宝。提前在房子里放一些线索，每一条线索带领孩子进入到下一个线索，最后以一个惊喜来结束游戏。通过鼓励大点的孩子来帮助小点孩子来尝试合作。你可以用到诸如“看柜子里爸爸的大衣口袋”或者“接下来的线索用胶带沾在撒拉最喜欢的麦片粥边上”。最后，谈谈如何听从指示以得到奖赏。读箴言1：8—9，谈谈生命中听从教导的益处。

弃绝管教的，必致贫受辱；领受责备的，必得尊荣。

—箴言13：18

4

他们不断的做错误的事情

纠正：培养有智慧的孩子

亲爱的史葛和乔安，

我痛恨对孩子大吼大叫，但是为什么我无法停止这样做？我想部分原因源自于我的童年时代，我已记不清母亲多少次管教我，但是永远忘不了她对我大喊大叫的样子，当然并不在于她说了多少话，而是她吼叫的程度之强烈。

现在我成了一名基督徒，在亲子教育方面还是一个探索者。我正在寻找一些新而有效的方法来帮助孩子做一些有意义的改变。我尤其喜欢你这样的想法，停一下找到积极的解决方案。这些工具很好的帮助了我的家庭，当然我仍然会有吼叫的时候，但是这样的时间越来越少了。每次有同样的情况发生时，我都会在孩子睡着后跪在他们房间里祷告，不仅祈求上帝赦免我如此对待神所赐的美好礼物，而且祷告孩子能忘记我的错误。

我知道靠着上帝的恩典我才能做一个好的母亲，我必须每天都仰望他的恩典而活。

—来自佛罗里达州坦帕的玛丽

纠正孩子容易激怒他们。有些孩子好象天生倾向于乐于助人或者具有合作性，但是大多数孩子不会主动拾起扫帚，除非想用它来打他的兄弟。有一位母亲说到，“上个周六的早晨正赶上车库的减价甩卖，但是我却不得不花大部分时间管教我的女儿，到了中午的时候我简直想把她也减价甩卖算了。”一位爸爸说，“我十四岁的儿子很聪明，我很奇怪他能学会很复杂的电脑游戏，却不知道如何使用洗衣机？”

纠正孩子确实需要花些功夫，但也不是说每次都要用尽最后的气力才行。我最近在教导一小群十岁至十一岁的男孩。我读到箴言12：1：喜爱管教的，就是喜爱知识；恨恶责备的，却是畜类。然后我们开始如下的对话：

我开始发问了：“这里是不是说一个被纠正的人是愚蠢的呢？”

“不是”

“那这节经文在讲什么？”

“恨恶纠正的人是愚蠢的”

“圣经为什么要这样讲呢？”

“因为一个人做了错事却不愿意被纠正，还持续不断的这样去做，就是很愚蠢了。”

这真是很好的观察，我接着就这个思路提出一个有帮助的比喻，“父母就象一个教练，他们帮助你看到做错了的事情，这样你才能改正。”

当然这种说法引起一些人皱眉头。有一个男孩说：“我的垒球教练总是对我们大声叫嚷，我不喜欢这样。”

另外一个男孩补充到：“我的教练不会对着我们大嚷……，但是教练纠正我们要比父母这样做来得容易些。”

“为什么呢？”

“我猜是因为父母很了解你。”

接着一个学生说到：“教练这样做容易点是因为知道教练纠正你是因为他希望你赢。”

“父母也一样，他们希望你赢得生活”，我接着说到。

停下来思考一会儿后，有一男孩对此表示异议，“不是，他们只是想让我们停止激怒他们，或者学习礼貌举止，或者叫你把些家务活做完。”

余下的几分钟时间我很开心的尝试让这些男孩子们有不同方面的看见，让他们认识到父母是他们生活的教练，“父母不但训练孩子成为一个有责任感的成年人，而且也让他们学习聆听上帝的教导和正视神的纠正。”我知道如果这些男孩们能够对父母有不同的认识，他们将能更好的回应神的纠正。

我的两个儿子戴夫和蒂姆，分别十岁和八岁。我想教他们认识到生活中得到他人纠正的价值。我们在一起背了几段箴言书中的经文，以帮助他们形成对纠正的正向认识。我们甚至开玩笑将之称为礼物。当我每次必须要纠正他们的时候，我建议他们对我说“谢谢”，事实上我不能这样要求他们，但是在纠正的过程中他们需要传达这样一个合作的态度。

注意纠正能帮助一个孩子变得更有智慧，通过纠正使得人避免落入陷阱而不是掉入陷阱，否则他们不得不从错误的经验中学习。事实上生活中很多有价值的功课都是通过一种或几种形式的纠正下获得的。尽管孩子不会为此感激，但是孩子从你这儿得到的纠正确实是你送给他们的礼物。

纠正孩子需要一个工具箱

旧约里面用到的“管教”一词是由希腊文“chank”翻译过来的，它的意思是“训练”。训练意味着朝向一个特别的目标。每天你都是在训练你的孩子成为一个健康的，负责任的成年人。正在吃饭的时候起身或走开好不好？不帮助清理餐桌就离开可不可接受？不对为你准备食物的人说一句谢谢对不对？如果你从不给孩子一些训练，他们如何知道做得合乎礼节呢？

我最近参观了一个盆景展，所有的展品都有他们的故事，并且每一件都标明了盆栽的历史。许多树已经栽了三十年甚至四十年，其中一棵有上百年的历史。培育这些树是要花时间的，太过用力会损伤树枝，而疏于照顾又会让树变成野草。对孩子的培养也是同样的道理，指导和带领孩子需要严格，持续的管教，但你自己却只是上帝手中的器皿。他爱你的孩子并且希望他们成长为跟随上帝的人。父母每天需要勇气，谦卑和坚持来直面教育孩子的工作。纠正孩子是一件很艰难的工作，但是却很重要。箴言书有好几处经文讲到这样做的益处。

因为诫命是灯，法则（或作“指教”）是光，训诲的责备是生命的道，
（箴言6：23）

弃绝管教的，必致贫受辱；领受责备的，必得尊荣。（箴言13：18）

愚妄人藐视父亲的管教，领受责备的，得着见识。（箴言15：5）

弃绝管教的，轻看自己的生命，听从责备的，却得智慧。（箴言15：32）

注意圣经是如何将纠正或管教与智慧连在一起理解的。这两个概念是连在一起的。当我们纠正孩子的时候，他们就因此得到了智慧。箴言书12：1节告诉我们智慧的人喜爱管教。孩子要成熟长大，需要欣然接受纠正并从中学习功课。

孩子犯了错，不管这种错是故意的还是偶尔犯的，他都需要用上帝所期待的方式回到正路中来。如果你应用了本章关于孩子需要管教纠正这样的观念，你就是在训练他们从现在开始改变并为未来的成长建立一个良性的发展模式。

纠正不仅适应于孩童，它也是成人生活的一部分。我们在工作中，在家里，在球场，在杂货店或驾车都会得到一些纠正。如果一个孩子在很小的时候就能积极的回应这样的指导，长大后也能更好接受一些归正。他们也会因此在与神的关系中更加谦卑来回应上帝对他的指正。

最近，我家的排水管道堵塞了。管道工杰克来了，他将一根便携式的弯管伸进管道，却未能疏通。他回到卡车上拿了一根比第一次更粗点的弯管，但这次也没能将管道疏通。我有点担心的说到：“要是这些工具不起作用怎么办呢？”

“我喜欢从简单的工具用起，如果简单的工具不能达到目的，我会用到更复杂点的工具”。他再一次返回卡车拿来一根更大的，这次很顺利的进到墙里面，他移动部分弯管，将管道直插到底，各种污物流出来，发出很大的噪声，将整个管道清理干净。至此管道堵塞的问题解决了。

我喜欢杰克疏通管道时的方法，因为这个理念同我们如何来训练孩子很接近。当你开始纠正孩子的时候，你要有一些工具可用。我纠正孩子的时候，会用到简单的办法和难一点的办法，“我喜欢从简单的方法开始，如果不起作用，我再选择用更难一点的办法。”

整个纠正的过程是很重要的，如果用到适合的工具就能产生最好的结果。父母们需要一个能带来好的结果的工具箱帮助孩子学习和成长。亲子教育大部分的工作就是想想如何用最好的方法来解决你在孩子身上看到的问题。你如何帮助他们改变？如果他们跟不上，你当如何行？孩子需要学习纠正的过程。如果他们不回应，就要承担更大的后果。以下几种如何使孩子纠正孩子的工具。

工具1：使用言语

当你需要纠正你的孩子时候，以言语开始。如果孩子能回应你所说的，则无需进一步的措施。毕竟这是处理冲突和错误很成熟的方法。一个老板看见雇员做了错事，他首先也是以言语来指正。如果言语没有用，他会用其它的后果来达到他的目的。

赖安，一个三岁男孩正在沙发上跳。爸爸想帮助儿子改掉这个习惯，把他叫过来说，“赖安，我们需要谈谈，你不能再在沙发在跳了，你明白吗？如果我给你说的你做到了这事就完了。如果我讲的你你不听，我就要采取下一步的措施了”，不管你是在处理一个学龄前孩子跳沙发的事情还是十六岁的孩子违反了夜归的时间，这个原则都是一样的一由言语开始。

我们并不是建议每遇一个事情都要去谈话。如果你的儿子出现了一些问题，你也开始看到这些问题就可开始这样一个步骤了。当然，你尽量要做的是训练孩子能借着言语就能得到纠正，无需要采取进一步的后果。如果同孩子对话后就他就能做必要的改变，这就够了。

尽管你的孩子刚开始需要更多的言语来提醒，随着时间的推移，你更是要推动他们去聆听上帝的话语。听听上帝借着圣灵对他们的心说话，如果没听到，神也会用其它的方法来引起我们的注意。

如果言语能起到作用，提醒你的孩子就可以了，但是如果言语无法改变他们，你需要尝试其它的方法。帮助他们明白智慧的选择是响应你口所讲的。作为父母，我们不喜欢采取进一步的措施，但如果不得已，也必须这样去做。孩子们需要明白他们的回应或拒绝将会使得纠正的力度加强。

工具2：设置安静时间

如果孩子不响应父母言语的纠正，父母需要用到第二种工具：让孩子安静一段时间。这是一个符合圣经教导的纠正技巧，这种技巧着重于孩子的内心，而不是行为。这种方法可用在两岁孩子的身上，同样也适用十几岁的青少年。孩子很小的时候就要培养一种纠正的常规，教给他们一种处理愤怒的方法，到大了的时候也同样可用。

什么时候要孩子安静一会儿呢，当你的女儿同你争吵，动作粗野，蔑视或者发怒，告诉她需要去安静一会儿（你要提前向她解释这是什么意思）。具体的地方取决于不同的情形。对小一点孩子来说，冰箱前面或书架附近，离你做事的地方较近为好。对大点的孩子也

许坐在最下面的一级台阶上或客厅里面。地点不如目标重要：安静下来，孩子需要作好准备回来报告安静后的反省。

这听起来同被人们称之为“独处时间”提法有些类似，无论什么时候提到这个名称，我们会想起一个故事，有个妇女走进宠物店购鹦鹉，这个店主知道这个妇女经常去教会，说到：“女士，我不能将这只鸟卖给你，它归一个水手所有，总是肆无忌惮讲粗话”

“噢，我在家里知道如何来调教它，无论如何我是要将它带走的。”这个妇女将鹦鹉带回家，把鸟笼放在柜台上，过了几分钟，鹦鹉说了一句脏话，“我家里人从不会这样说话”，这个妇人说到，“如果你再说一句脏话，我就会让你在冰箱里面独处十分钟。”

几分钟后这只鸟又说了一句脏话，这个妇女不再有任何解释，将鸟及笼子放进了冰箱。十分钟时间到了后，这个妇女打开门，将鸟笼提出来，放在柜台上问道：“你学到什么功课没有？”

是的……，女……女士，我可以问一个问题吗？那只火鸡独处了很长时间，请问他做了什么错事呢？

我们所说的安静时间与独处时间有相似的地方——让孩子在一个专门的地方呆一段时间，相似的地方也仅此而已。事实上，我们不相信独处时间对大多数孩子来说是一种建设性管教方案，它更象是一种惩罚，孩子因犯错而付上代价，父母象一个警察一样把孩子固定在一个地方。

但是安静时间指的是，你的孩子能自主决定呆在那个地方的时间长短。如果你的儿子需要休息一会儿，他需要呆在那儿直到他安静下来，然后他需要返回来同你谈谈。这是非常重要的，如果你的孩子过了几分钟后准备好了认识错误，但是你还是要求他在那里呆更长一段时间，这会使他心里有挫败感，由此失去了宝贵的教导孩子的机会。另外一方面，如果你设置的时间太短，你又没有预留给上帝足够的时间在孩子心里做工。所以父母需要脱离对时间的关注，把重点放在孩子内心的改变上。有一位父亲说：“我的孩子会变得很难过，在安静时间里甚至会睡着了，这样也很好，当他醒来的时候他有更好的精神状态来同我谈话。”

作为父母，你的姿态相当的重要。不要象一个警卫让孩子呆在“独处时间”里面，现在你有机会张开双臂，期待孩子的回归，就好象在说：“好了，安静下来，让我们一起来谈一谈。”

路加福音15：20提供了一幅很美的画卷，这幅画卷讲的是一位父亲等候他叛逆的儿子回家。这个儿子尽管认识到他不配返家，但是他仍然视家为一个安全的地方，他也认识到他能回到家里，父亲会接纳他。这位父亲不仅热情的接纳儿子归家，并保留了作为儿子享有的全部利益。让孩子去安静一会儿同这幅画卷的含义一样，你当做好准备等候你的孩子回头，享受与家人在一起的家庭生活。

乐意改变的内心

安静时间的目的是要改变孩子的心。尽管我们希望看到孩子真正悔改，因做了错事而伤心，并渴望去做对的事情，这样的愿景要实现在每日的管教中也许不是很现实的，但是我们能藉着祷告使得孩子的心能随着时间改变。神就是能改变人心的那一位，正如大卫祷告说：主啊，改变我的心。作为父母我们也可以这样来为孩子祷告。你每天使用的纠正常规为圣灵在你儿子或女儿生命中作更深的改变作好了准备。至少改变的心意味着孩子必须安静下来，作好准备用积极的方案来行事（工具4）。如果他们还没有作好准备，他们必须返回安静阶段直到他们能做到这一点。

对于有些孩子，有些情形下只需要花两分钟或更少的时间，提醒一下就作好改变的准备。而其它情形下有的可能要花30分钟或两个小时才行。花多长的时间与目标并不是一样的重要—最重要的是安静下来，孩子需要有一个愿意改变的心。

内心改变的动机

一个孩子的心愿意改变的动机之一是他渴望重新加入家庭成员的生活。例如，一个四岁的孩子因为在游乐设施上推别的孩子要去安静一会儿，她愿意改变是因为她知道如果不这样她将会失去同朋友一起玩的机会。一个八岁的孩子乱发脾气需要去安静一会儿，是因为他认识到除非他能有所改变否则他不能再玩电脑或看录像。

哥林多前书5章，哥林多后书2章以及马太福音18章均给出纠正时的原则，以及如何处理在神家里犯错的孩子。除非他们愿意悔改，否则将失去呆在神家里生活的资格。悔改就是内心的改变。如果一个人悔改了，则欢迎他再回到这个大家庭中来。神家里管教成年人与你自己家里管教自己的孩子有很多的不一样，但是成人和孩子的心改变的动机却是一样的。

万能工具

当孩子很小的时候，安静一会儿意味着在一个专门的地方安静下来。对于青少年也需要有一个安静下来的时期，但是这里安静一会儿却可能是针对日常生活时期。青少年需要学习他们不能一分钟前伤害某人，紧接着就期待得到某种好处。一个青少年可能在对妈妈说了很不礼貌的话，才过五分钟就找妈妈要钱，宛如什么事都没发生一样。妈妈可以这样说：“你几分钟前对待我的方式我感到很不舒服，我认为在说到钱这件事前我们需要先解决这个问题”。这样，母亲是在教导孩子一个很重要的生活原则，除非孩子愿意按规则来行，否则不要指望从家庭中得到什么好处。安静一会儿对青少年来说仍然意味着坐在客厅里或去卧室，但是对父母来说更重要的是除非孩子能有所改变，否则不能象什么事都没发生一样。

一旦你的孩子学会无怒气或无争吵的安静一会儿，则这个方法也可应用于杂货店，酒店或其它公共场所。有一位母亲对我说：“我在车里面应用过这个方法，我教导儿子啥事都不能做，闭上嘴，直到内心有改变，并且安静下来，然后我们才谈到相关的问题以及他同别人互动前糟糕的回应”。

经过一段时间孩子们学到如何改变内心，这可以在他们接下来的生活中成为相当有意义的工具。有时安静一会儿，接下来讨论均是有必要的，但是另外有的孩子还需要给他们一些后果。目的还是要改变他们的内心。来到父母面前之前花一些时间做这个工作能帮助他们做到这点。

工具3：给予后果

还记得管道工杰克吗？有时候我们需要提醒孩子，“如果这个方法不起作用，我还有其它的方法。”但是父母总是太快的过渡到工具3，他们期望用最大的工具以获得孩子的改变，他们相信给的后果越大，孩子改变得也越快。这些父母因此失去头两个工具带来的好处。因着孩子的不成熟，你也许需要用到更多的后果，但是不要忘记头脑中要有一幅更大的画卷。你要帮助孩子很好的来回应你的话语的教导，接受你的指正。这样做才能发展他们的智慧。很多的时候用小些的方法纠正使他改变，比让他承担大的后果效果更好。

当一个成熟的人犯了错误或做错了事情，他的内心会感到伤痛。这种情形是正常，健康的。你的孩子也许内心还没有过这样的经历，经历后果就能给孩子内心一种痛，这种痛能带来孩子正确的行为和真正的悔改。

亚伦，十二岁的纳塔利的父亲，谈到他如何在女儿的房间解决早些时候纳塔利对他大吼大叫的情形。

“纳塔利，你刚才在厨房里对我的态度我感到很不舒服。”

“我没感到有什么不妥，”她很礼貌的回答到。

“对所发生的这一切我感到很糟糕”

“这是你的问题，我很好。”

“纳塔利，关系是很重要的事情，当有人与你相处时觉得有问题，这样你也会有问题。关系是相互的，一个人对这种关系感到很气馁，另外一个人不可能假装什么事都没发生。”

“你才是那个有问题的人，我没有，我也不想谈这件事。”

“纳塔利，你确实存在一些问题，因为你这种说话的方式让我感到很受伤害，我希望我的言语能对你起到作用，这样我们可以在一起谈谈，但是你不愿意谈，我要求你安静一会儿的时候，你又开始打电话，所以现在我不得不给你一点后果，我并不想这样做，但是我不得不让你生活没那么舒适，你需要经历一点外在的痛苦，这样才能促使你来面对我们之间的问题。我的想法本是不需要给你后果你就能有内心的改变，但是到现在止，我不得不使用一些后果来促成你的改变。”

亚伦保持平静继续说到，“首先，在我们之间的问题没有解决之前你不能同你的朋友在一起，随身听我会拿到房间的外面去，你将失去使用的资格，”他紧接着拿走了随身听并放在客厅里面，纳塔利看起来仍然不在乎。亚伦说到：“我给你十五分钟的时间来思考，如果你仍然不愿意有所改变，我会关上卧室的门。”

过了一会儿亚伦返回来，纳塔利仍然没有回应，于是亚伦将卧室门关上，把门铰链放在客厅里。“这就是我给你的后果，我希望接下来我们可以谈谈这个问题。”亚伦留下纳塔利思考这个事情。一个小时后，她走出来要求同父亲谈一谈。这种讨论很有帮助，最后纳塔利以道歉结束。亚伦认为纳塔利的悔改是真诚的，他将随身听归还给她，并走到她房间表扬她能用正确的方法来解决她的问题。

这种类型的管教并不是视后果为做了错事的处罚或对平衡公义的方法，而是将后果作为一种工具来帮助孩子改变。上帝用同样的方式对待我们，他允许我们碰到问题或生活中

有遇到一些情况促使我们改变或做出选择。父母不应当视给予后果为做了错事的惩罚，而是要将它看做促进孩子内心改变的动力。

智慧的父母会用到不同的后果。某些后果用在这个孩子身上的效果好过其它孩子，即便是同一个孩子对这个后果这次回馈良好，下一次可能需要不同的后果了。产生作用的后果通常需要事先计划一下。如果一个孩子对你的言语或安静一会儿没有反应，下一步如何计划并行动很重要了。即兴的给予后果并带着怒气很难有你所期待的改变。不要迅速的进入到生气的状况当中，也许你可以这样说：“儿子，你需要安静一会儿，我会给你一点后果，但是现在我需要时间安静一下，来想想怎么做。”

你给予后果之后，孩子要按工具4来反馈情况。

后果设计小贴士

- 越小的孩子，越要给直接的后果：“因为你不停的跑，现在你必须坐在婴儿车里面

当孩子越来越大，给逻辑性的后果，“因为你未完成指定的家庭作业，你每天都要拿到我这里来检查。”（缺少责任感，给多些责任。）“拉结，既然你不听我的警告，不停的撒野弄坏了灯，我要求你挣点钱来替换它。”（当孩子对言语的归劝没有反应的时候，需要体验因行为带来的负面的后果）

你可以问一下你自己，“我的孩子误用了什么样的权利？”有助于设计什么样的后果，将权利与责任联系起来：“既然你不能坚持我们所约定的时间，你将有一段时间失去使用电脑的权利。”“吉姆，因为你将自行车豆腐放在屋前的草坪上，你今天无权再用车了，你知道如果被偷了，你就再也没有用的啦。”

选择建设性的后果：“因为你持续的恶劣对待弟兄，我希望你选择三种方式来表达对他的恩慈。”

用自然的后果来教导：“我很难过你被刮伤，你这样粗野的与猫玩在一起有时可能发生这样的事情。”

工具4：以积极的结论来结束

你需要有一套组合工具来完成许多家务活，管教你的孩子也是一样。工具4—积极的结论，这个工具可与前面三个工具中的一个或多个组合来使用。有时你会用到第一个工具：言语。其它时间你可能不得不转到用更大的工具来帮助孩子改变心。不管怎样，他或她安静一会儿或给一定的后果之后，孩子要返回到你这儿来，用到最后一个工具：积极的结论。最后一个工具是在做一个清理的工作。父母需要同孩子讨论一下什么地方错了，下次如何改变。

对孩子进行管教的时候，父母和孩子之间常弥漫着一种紧张的气氛，而积极的结论帮助双方理清问题，为下次发展出一个计划。这样使得你和孩子得以重新连接，重新和好，孩子没有因管教感觉到沮丧和生气。

在圣经中，我们看到上帝在管教人的时候也会用到这种模式。亚当和夏娃因着罪的结果被赶出伊甸园，这之后上帝仍然用皮子给他们做衣服并应许他们将有女人的后裔胜过撒旦。神将这种对人类的管教放在积极的，充满盼望的情形当中。

圣经里面积极的结论的例子

□ 彼得三次不认主。耶稣复活后三次问彼得，“你爱我吗？” 彼得正面回应了主之后，耶稣欢迎彼得重新回到服侍当中来照顾他的羊群。（约翰福音21：15—17）

□

因着亚干的悖逆，以色列人在耶利哥城战败了。上帝管教了他们，接着对他们说到不要害怕，要坚持去攻克迦南。“不要惧怕，也不要惊惶。”（约书亚记8：1—18）

大卫同拔示巴犯奸淫，罪的结果是他们失去了第一个孩子。后来拔示巴又怀了孕，上帝透过先知拿单给这个孩子取了名。再一次证实神对大卫的爱，并鼓励大卫不会因过去犯的罪失去神的引领和保护。

积极的结论如何进行？

如果你有孩子已到11或12岁，我们鼓励你使用三个问题来进行积极结论方面的工作。（2到3岁的孩子也可以学习这样做，取决于如何表达。）这个可预期的习惯帮助孩子们明白他有什么样的期待，以及给他们一个计划思考如何面对将来的过错。随着时间，他们会认识到积极的结论来自于每次管教之后的情形。这是整个纠正孩子过程中一个很重要的部分。

若孩子在安静一会儿后或经历一个后果愿意回头或悔改，你的态度就很重要了。欢迎孩子改正并且接纳他的回归，不要用苛刻的定罪的态度。如果你仍然挣扎在你自己的怒气当中，也许你需要单独呆会儿直到你能以建设性的方式同孩子在一起。

用一个问题开始，“你什么地方做错了？”这个问题能帮助孩子对自己的问题负责。许多的孩子总是去指责别人或者专注于公平或不公平，而不是反省自己的恶劣态度。父母所犯的错误是同孩子争论，为自己或别人辩护。

妈妈听到贝克在另外一个房间大声叫嚷，“妈妈，赖安打我。”

“她拿我的书，” 赖安回应到。

于是妈妈走进他们的房间，“看来你们两人都需要安静一会儿，贝克，请你去客厅，赖安，请你去楼顶。”两个孩子都知道接下来的他们需要来到妈妈面前认识错误。当贝克来到妈妈面前时，妈妈问到：“好吧，贝克，告诉我哪里做错了？”

“他打我。”

“我不是问赖安什么地方错了，待会我们会处理他的问题，我所要问的是，你什么地方错了？”

“我拿了的书”

“好吧，看来找到真正的问题了。”

妈妈接着与贝克有一个积极的结论，然后单独处理赖安的问题直到他认识到自己的错误，最后她让他们又在一起玩了。

当孩子学习回答第一个问题，他们就是在学习谦卑和勇气。承认是一个属灵的事情。神要求我们首先承认自己的罪，这样才能得到他的饶恕。孩子必须学习为属于自身的问题承担责任，即便是很小的事。

第二个问题是：“你为什么会犯这个错？”这个问题给父母提供了一个教导的机会。当路加因着打人被叫出游戏室，父母处理这个问题的时候就要谈到品格和价值观的事情，不要仅关注他的行为。路加不应该打人，因为打人不是良善的行为。一次又一次，你将路加叫到游戏室外，他都要谈到为什么他错了。你无需要花大量的时间来分析，演说和劝导，只要问他这个问题，让他来回应。

经过一些时间，不仅帮助路加改变，并且教导他为什么要改变。如果你的孩子不能回答这个问题，你就有了机会来解释你规则背后的价值观，给他们清楚的解释，再问这个问题，让孩子对此有回应。

第三个问题是，“你下次能做得有什么不同吗？”这样将谈话转到了一个积极的方向。孩子需要学习如何处理生活中的诱惑来做些准备。路加不应该因妹妹拿了他的书去打她，那他应当如何做呢？贝基想看路加的书，她应该如何行呢？如何教导孩子处理冲突，不公平，挖苦及自私？这个问题能帮助到你和孩子对生活中的“下次”来个头脑风暴，这是操练正确思考绝佳的机会。

一个陷入负面模式的孩子毫无疑问要多经历几次这种积极结论的过程。每次她都需要口头上讲她错在什么地方，为什么会犯错，她下次会做得有何不同。不要指望孩子立马改变，需要耐心和坚持。即便孩子知道要做正确的事，也不是很容易就能改变的。所以要坚持使用积极结论的方法，即使孩子口头上做出正确的回答，但是可能仍然做不到。改变是需要时间的。本质上，你是在给孩子做重新建造的工作，帮助孩子用更蒙神喜悦的方法来思考和行动。

问了三个问题后，很重要是做如下的积极的陈述：“很好，去试一试”，这种陈述向孩子传达了一种对他的确信，“我相信你，你能做正确的事，也许你会犯错，但是现在你知道如何去做了。去试一试。”这让我们想起约翰福音8章讲到被捉的行淫的妇人。耶稣在这一切结束之后说到，“去吧，不要再犯罪了。”这样的确信帮助孩子从持续的自我定罪中释放出来。给她一个改过自新机会再去试试。你的孩子需要你这样做。

你也许会说，“我的孩子不会回答这些问题的，”也许确实如你说的这样，除非你教他们如何进行否则他们不知如何回答。这些问题的回答是整个纠正孩子的过程中很重要的部分。所以花一些时间，教导你的孩子如何回答这些问题。如果他们不合作，也许他们需要继续安静一会儿直到他们作好准备回应。

对大一点的孩子如何做积极结论

如果孩子比较大了,你也许不想用这三个问题和这样的陈述,但是面对冲突和管教还是需要作出结论的.青少年男孩可能要失去数周用电话的权利,青少年女孩因大发脾气要在房间去呆着,但都需要积极的结论.谈谈他们的问题,看看下次有没有不同的方法来处理。对成长中的孩子使用积极的结论能学习到冲突需要解决方案,谈谈问题是带来积极结论的健康方式。

积极的结论帮助孩子正确看待错误,事实上即便许多的成年人处于困境中,都能从问这三个问题及陈述中受益,有一些人在犯错后会对自己说,“我永远不能做对的事”或者“我真是愚蠢。”而积极的结论能帮助我们正确认识过错,下次能做得有所不同。

父母的怒气如何使管教过程变得混乱?

使用言语,让孩子安静一会儿,给予后果,及随后的积极的结论,这都是在教导孩子有价值的纠正常规.孩子因此学到什么是对的,什么是不对的以及为什么要这样?他们通过这种教导来发展健康的行为模式,不一样的思考以及改变自己的心.他们也学习到要学习接受指正以及培养智慧.但是,你的怒气或讽刺挖苦则有可能使整个过程变得混淆.如果你用这样的态度,孩子们就不会想,“要我去安静一会儿并不是我犯了什么错,而是因为我让妈妈很难过。”孩子对指正他或她做了错事的管教方面的改变就只会专注于如何避免你发怒.这时很重要需要记住是怒气只帮助你辨别问题却无助于解决问题.当你被激动要以怒气来对待孩子的时候,小心一点,花点时间想想在这种情形下你需要教导什么,孩子犯错的时候父母很容易以怒气来回应,但是使用建设性的纠正习惯会更有助于解决问题。

爸爸大声叫到,“我受够你了,叫了你五次你还不来,所以我不会带你去参加聚会了。”这样传递给孩子一个混淆的信息.不能去参加聚会这样一个结果是因为爸爸叫我的时候我没有过来,还是因为我让爸爸生气了?成长在愤怒型父母身边的孩子更着重于取悦父母而不是学习判断是非.他们在生活中也许会有所转变,但转变的原因不是他们决定去做对的事情,而是避免让别人生气.他们只是想让别人高兴或者平静下来.对孩子来说,他们会认为只要父母不发现这些个事情就没有问题.如果在管教孩子的过程你发怒了,重要的是你

要在事后同孩子谈一谈，澄清事情错在哪里，为什么要给这样一个后果，为你的怒气向孩子道歉。

孩子只是装装样子怎么办？

有些父母认为安静一会儿这种方法没什么作用因为他们没有看到孩子的心立刻有改变。作为父母我们总是在寻求最有效的方法来帮助孩子成长，成熟使得他们现在和将来的生活能更容易些。如果你仔细的审视你的管教方法，你会发现你是在花大量的时间纠正孩子的行为—让孩子做正确的事情—但是他们的心却并无触动。

只满足于孩子行为改变的父母也许是教给孩子这样一幅图画：外面表现好，漂亮或良善就可以了。但是神关心人的内心，这对于生活来说更重要。问题是很多父母仅仅将目光局限于孩子的心改变得有多快。你可以迫使孩子行为改变，但是很多时候孩子仍然生气，叛逆或拒绝。比较好的选择是花一些时间帮助你的孩子做一些更深入的内心的工作以使持续的改变发生。这就是安静一会儿这种方法很有作用的原因。你的孩子需要安静一会儿直到进入积极结论这一步，谈谈他或她做了什么错事，错在哪儿。这种安静及肯定性结论能帮助孩子的心有所触动，而不仅仅只是行为。心的改变或许比行为的改变时间花得长些，但是这样的结果却更深入，更有意义。

今天社会上充满了这种教导如何改变行为的技巧教导。有一个星期，两个新家庭来向我们寻求咨询。他们都使用目前较流行的方法来解决家庭问题，但是没有用。这种方法的策略是：如果孩子同你争论，你就说，“1”，如果孩子继续这样，就说“2”，如果仍然这样，你说“3，如果数到5”，这个孩子就必须去独处5分钟，不能同家人呆在一起。如果你对改变孩子的行为很有兴趣，这种方法也许有效，但却不能深入到孩子心里去。这种方法也不是教导孩子成熟的方法。毕竟，如果你犯了错，有多少次老板会走到你面前说，“这是第一次吗？”这种方法不利于孩子持续的改变。

仅仅修正行为是不够的，因为没有触及孩子内心的问题。本章关于纠正或管教的主要概念就是帮助孩子做持久的改变。不仅可用于解决简单的问题，也可用于解决一些孩子生命中很大挑战的问题如蔑视，冲动，自私，情绪化等。

五岁的布列塔尼有情绪管理的问题，最小的事情都能让她生气。有一天当妈妈看到她又陷入这种情绪的当中，她试着在女儿爆发之前制止。首先，妈妈试着通过谈话来指出她

所看到的问题，“布列塔尼，你在厉声指责我，你能用更尊重的方式对我说话吗？”妈妈无法用言语来改变布列塔尼，接着妈妈用到工具2.她要布列塔尼去客厅安静一会儿，布列塔尼不停的在喊叫，跺脚，过了一会儿，布列塔尼走到妈妈面前，妈妈引导布列塔尼经历到积极的结论。

“你什么地方做错了？”

“我生气了”

“生气并不是错，但最初你指责妈妈，紧接着要你安静一会儿的时候大叫，跺脚，说一些不敬的话，你知道这些都是错误的吗”

“是的，不对”

“很好，我再问你，你什么地方做得不对”

“我对你大声叫，跺脚，还说一些不好的话”

“为什么这样做不对呢？”

“我不知道”

“错是因为这样做是不友善的行为，你这样做伤害了我和别人，这不是正确对待别人的方法，即使你很不高兴也不能这样，你明白了吗？”

“是的”

“那我再问一遍，为什么做错了？”

“这样做不友善。”

“下次能做得有什么不一样？”

“我不再对别人大叫了。”

“很好，下次你要求什么事情的时候，如果我说不可以，我希望你要么安静，要么说好的，你认为你能做到吗？”

“可以”

“很好，现在因为你之前安静时间做得不好，我现在要求你再去安静一会儿，我希望看到你不再跺脚或很不礼貌的对我，你明白了吗？”

“我现在都知道了，我不想再去安静了。”

“我知道你不想去，但是我现在让你再去安静一会儿是因为你之前的回应不正确，你不必在那儿呆很长的时间，但是当你返回到我这儿的时候我们再来谈谈，我想看到你是否对指正能正确的回应。”

这一次布列塔尼安静的去到客厅，然后很快的返回，妈妈又问到：“布列塔尼，你什么地方做错了？”

“你要我去安静的时候我在跺脚。”

“为什么这样做是错的？”

“这样是对你不友善。”

“很对，下次会做得有什么不同？”

“我会说好的。”

“这样就很对了，事实是，当遇到指正的时候你如果这样行就是很好的，继续，我们以后多加练习。”

布列塔尼的妈妈在这里用到安静一会儿以及积极的结论来帮助布列塔尼做有意义的改变。这种方式“不是一次管教，一切都变好”式的方法，有意义的转变并不是一个阶段就能完成的。同样的问题一天中可能要重复好几次，强调做正确的事将帮助到布列塔尼在成长过程中内心改变的程度

以下经文中强调内心的改变而不是仅限于行为

你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，（箴言3：5）

你要保守你心，胜过保守一切（或作“你要切切保守你心”），因为一生的果效，是由心发出。（箴言4：23）

人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢？（耶利米书17：9）

耶和华却对撒母耳说：“不要看他的外貌和他身材高大，我不拣选他，因为耶和华不像人看人，人是看外貌，耶和华是看内心。”（撒母耳上16：7）

不管孩子确实存在需要调整的习惯问题还是他们事实就是藐视大人，本章所提供的四个工具能帮助你在管教孩子时起到作用。记住，教导孩子最好的方法是重复和坚持。每次使用同样的管教方法来教导孩子的时候需要重新确定方向，这有助于他们内心必要的改变程度，提供给他们回应神的管教时所需要的品格。这个过程能起到作用是因为圣经里面就是用这种模式来改变人心。承认错误，承担责任，谦卑，选择更好的行动，承诺去做对的事情这都是敬虔的一部分。以积极的结论来结束管教可加强纺丝的改变。这一切不可能在一夜之间发生，但是持续的，每日的亲子教育工作将帮助孩子从健康的管教中发展智慧。

本章观点总结

当你看见...

孩子有事实上不好的行为，藐视，粗鲁，持续的犯错，愚蠢，要花费时间来纠正或管教的事

建立新的常规

以言语开始，谈谈你所看到的，孩子需要改变的。让孩子去做具体的你想让他们做的事情，不要只是批评错误的行动。如果言语起不到作用，使用安静时间帮助孩子内心改变，不要只注重行为。如果让孩子安静起不到作用，给予后果。记住，改变内心是需要时间的，你的恒心和坚持能很大程度上帮助孩子行为上调整，学习到有价值的品格。总是要用积极结论来作为纠正或管教的结束，帮助孩子谈谈整个过程及从经验中来学习。

因为...

纠正或管教孩子是生活的一部分。孩子需要得到纠正因为这样才能帮助他们成为有智慧的人，做事有效率的人。正确的回应管教对孩子的教育，职业和属灵的生活都是很重要。你现有的管教模式就是在教导孩子如何回应成长道路中神的管教，以及同神建立成熟的关系。

进一步讨论的问题

1. 你正在尝试着改变你自己什么习惯呢？改变是不容易的，你如何既严格的要求你的孩子，同时又能认识到改变的挑战？
2. 比较和对比一下亲子教育中的角色是更接近“警察”还是更接近“教练”，他们之间有什么不同？作为父母对孩子更要表现得象一个教练的态度需要做或者说些什么事情？
3. 列举出几种积极性结论的方法，这种方法致力于从敬虔的角度来思考孩子所犯的错。

进深学习

1. 读箴言13：18，为什么领受责备的能得到尊荣？
2. 读加拉太书6：1，这节经文提到了什么事情讲到关于用敬虔的方法来指正人？如何将这条原则用到亲子教育中去？
3. 读提摩太后书4：2，保罗教导提摩太如何纠正别人，在讲到纠正的时候他用了什么样的词来描述这种方法，如何将这种方法应用到孩子身上？
4. 今天神如何使人归正？你如何在指正孩子方面作好准备，以帮助孩子来接受上帝的归正呢？

家庭作业

想象一下你和孩子一起创作一个家庭操作说明书。确保孩子明白这是一些假定，如：“如果创建一个家庭，如何来操作呢？”列出数个可能犯的错或后果，确保孩子和家长在正确的方向上行走。你也许会问这样的问题：“态度恶劣的小孩子会有什么样的事情发生？”“对兄弟说很不好的话会怎样？”“面对脏乱的房间应该做些什么？”“如何处理家庭琐事？”“如果父母开始唠唠叨叨会发生什么事情？”讨论每个建议的结果，谈谈家庭里面纠正带来的益处，缺少管教的后果。

凡所行的，都不要发怨言、起争论

—腓利比书2：14

5

“他们不愿接受不的回答”

限制：让孩子学习知足

亲爱的史葛和乔安，

我五岁的女儿听到冰淇淋货车的声音，要求我买冰淇淋给她吃。我告诉她不可以，因为每天从专门的售冰淇淋人手上买很花钱。我建议迟一点从冰箱里面取些冰淇淋出来，然后我去了洗手间，她仍然在门外纠缠，甚至还用手敲门。我告诉她除非有相当紧急的事不可打扰我，她仍然不停止。我走出洗手间的时候为这样的事相当的难过。

我知道我本应该早点管教她，但是我没有这样去做。我还是给我们两人买了两个冰淇淋，希望她能安静下来，不吵醒正在睡觉的小孩。长话短说，买的冰淇淋很不幸的从我手上掉下来，盘子打坏了掉在水槽里。也就是说，她还是没能吃到冰淇淋。

这事之后我想了很久，我认识到我需要尽快建立一个新的模式，以应对她的要求和接受我说“不”的时候的情况。我明白如果我现在不能在这方面帮助我的女儿，她只会成长为一个总是很不开心，总是无法得到满足的人。

谢谢你的帮助。

—来自新泽西普林斯顿的吉娜

也许你听到父母这样说：“If I had a quarter for every time my children ask me for something, I’d be a millionaire. 如果孩子每次向我要二十五美分，我得是百万富翁才行”。孩子们无数次向父母提要求这是不争的事实，“我可以买点心吗？”“可以带我去商场吗？”“我可以看碟吗？”“你能跟我一起玩吗？”这类清单可以无限延长。父母

们常常会答应并且很高兴的去做，因为他们想取悦孩子，让他们高兴，享受这样子的亲子关系。但是有的时候这样做是不好的，作为父母有时必须对他们的一些要求说“不”。这样做并不是我们不爱孩子，而是我们懂得的比他们更多，或者需要平衡其它优先权，在某个时候对孩子说“不”是最适合的。

一些孩子很难看到父母这样做背后的原因，专注于自己的失望。这些孩子只是提要求并拒绝接受限制。为了得到所想要的最后不惜牺牲关系。可悲的是要求多的孩子常常学到的功课是他们能用这种方式达到自己的目标，但是这样做，却伤害到周围的人。他们受制于这种终极的自私——从别人那里拿取却不考虑其它人的需要或期望。

我们喜欢一位我们所认识的母亲对要求过多的定义：“期望世界停止，只为我而改变。”要求多的孩子失望的时候总是埋怨不已或倾向负面的想法。争论，纠缠和抱怨是三种常见的回应，孩子这样做也不会去想或思考。父母很容易卷入冲突里面，最后双方以失望告终。

学习知足

当孩子不能接受“不”这样的回答的时候，他们要处理的是内心深层的属灵问题：没有能力处理自己的失望。人因着罪的天性，养成“事事我优先”的态度。我们希望生活按我们想象的去进行，我们现在就要这样的生活。有些父母被孩子这种执着的要求给弄迷糊了，并认为他们的孩子有很好的做决定的能力。执着与强求的区别在于执着是不管遇到什么障碍都要追求目标，强求则是以关系为代价达到目标。坚持是没有错的，但却是以牺牲关系来达到自己的目的。当你没有得到自己想要的，就非常刻薄待人说明你重视你想要的东西而不是你周围的人，就这点来讲这种不满足就变成一种罪了。

相关概念的定义

执着是指不管有什么困难都要去追求目标

强求或苛求是指以关系为代价达到目的

知足是指满意和感恩所拥有的，而不是抱怨所没有的。

争吵是指使用逻辑，情感来改变别人的心意，没有考虑言语的激烈程度是否伤害关系。

有一位父亲这样说：“我教导我十二岁的儿子弄清需要，渴望，与强求的区别。当他从走过来吃饭看见意式面条，他也许会说，我希望这个面条里面有肉丸。或者说我想要意式面条里面有肉丸，这是一种渴望，比希望在程度上要更强烈一些。但是如果他走过来说，没有肉丸我就不吃意式面，这对妈妈来说不是一个很友善的陈述，就是强求了。这样的区别帮助孩子尽量将要求回到渴望或希望的层面上来。

一个人属灵成熟的标志是从强求变得知足。保罗在腓利比书4：11说到知足并不是自发的形成而是学到的，他说：“我并不是因缺乏说这话，我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。”知足是指满意并感恩你所拥有的而不抱怨你所没有的。这是一种属灵的素质，表现在生活中平安和喜乐而不是觉得需要更多。

同许多其它属灵的品格一样，知足是在家里学到的。孩子们总想对父母或其它人提出更多的要求。所以作为父母，教导孩子温和的接受“不”的回答就是在引导他们学习知足。这并非是说孩子在生活中不能有雄心壮志，这里的意思是教他们为目标努力，同时保持内心的平安，有能力接受限制并在这个过程中看重关系。

每个家庭的孩子都形成了一种当父母说“不”的时候的应对模式。三岁的孩子会大哭因为他得不到商店的糖果。十岁的孩子说到，“好吧，”然后气鼓鼓的冲向房间里因为他的母亲不允许他花更多时间玩电脑。十五岁的孩子对着母亲大叫因为妈妈不同意载他去朋友的家。所有这样的情形其实为父母提供了机会来教导孩子学习知足。许多父母对孩子的自私反响强烈，于是一场大战不可避免。

在教育孩子领域的许多方面，如果你希望孩子改变，你首先要有调整。有些父母没有认识到有时是他们自己形成了鼓励孩子要求多这种模式。在你决定调整这种模式之前，你需要先发现你现存的模式是什么样的。如果你的孩子对你回答“不”反应态度很差，花一点时间来分析一下他们的回应及你惯常的反应。说的第一件事是什么？你如何判断这又是同样事情中的一件事？开始的信号是什么？你的惯常反应是如何？你落入了防卫模式里面吗？指责？论断？你的孩子对此如何反应？你很快就能发现已存在的模式，就象一个舞蹈，来来回回的反复。

有一位母亲想到儿子纠缠不休时发生的事情，她说：“我所做的就是回应他的问题，这没什么不妥，事实上，我想同孩子谈一谈是好事……他就是不肯放弃。”大部分时候同孩子谈是有帮助的，但如果父母放任孩子这种纠缠，就成问题了。

作为父母有时你也许会发现，即使是同孩子一起做对的事情，有时也会形成一些问题，你必须要有调整。当你检查现在的一些习惯，你会发现在试图做一些有帮助的事如通过谈话来解决，而事实却是在鼓励无益的事情，如争论。你也许发现事是没做错，但是却形成了不健康的模式。

在辨别自己的已往的模式之后，你可以使用本章的建议帮助事情得以解决，用不同的方式来回应，当孩子要求什么事情的时候开始使用新的模式，拒绝用旧的方式，也因此带来孩子的改变。给他们指出事情未来发展趋势，你所看到的习惯，寻找建设性的改变。这样你不但能看到家庭生活的改善，同时你也为孩子知足方面的成长设立了前进的方向。有一天你的孩子也能象保罗在腓利比书4：12所说：“我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富，或饱足、或饥饿、或有余、或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。”孩子能学习到知足，部分方面是要知道如何接受来自父母所说的“不”并温和的接受。

强求（或苛求）的征兆1：争吵

争吵可这样定义：使用逻辑，情感来改变别人的心意，没有考虑言语的激烈程度是否伤害关系。

那些喜欢争吵的孩子总是以“为什么”这样的问题开始来寻求证据。你当然也视其为无任何伤害的问题，既然话到了嘴边。你也就很大度的说出来了。然后你的孩子会回应“但是……”，你们两人这样一来一回。这种类型的讨论并不坏（事实上偶尔还是有益的），但有的孩子却会以此当作操纵父母的技巧来达到他们的目的。争吵会变成让人讨厌的习惯并损耗你们的关系。

那些喜欢争吵的孩子也有着好的内在品格，如坚持，忍耐，有决断，创造性，表达想法的能力等。问题是这样的孩子视父母为一个障碍，一座需要逾越的山。易于争吵的孩子对周围的情形常常缺少敏感性，不习惯将周围人的感受作为考虑的因素。作为父母的挑战就是要鼓励孩子发展正面的同理心品格，去掉孩子身上负面的东西。

吕底亚，一位单亲妈妈，每次她对儿子杰克森说“不”的时候，她看起就象法庭的律师，这里是一个很典型的场景：

“妈妈，我可以看录像吗？”

“不行，今晚不能看。”

“为什么？我已做完家庭作业了。”

“过去几天你花了很多时间在看电视，我想你现在最好找点别的事情做。”

“但是我现在不想干别的事情。”

“你为什么不能读点书？”

“我不想读书，我就想看这个录像，因为之前兰德尔把录像片拿走了，现在我要回来了”

“不行，今晚不能看了。”

“为什么？”

事情就这样在没完没了进行着。

杰克森不接受母亲说“不”，持续的寻找各样的方法来说服母亲改变想法。当吕底亚评估两人之间这种交流后，她发现她和儿子都落入了这种负面的模式当中。当她着手开始调整，她也看到儿子有了很大的改变。

改变你的想法

吕底亚注意到第一件事是她应当做出一个决定，除非她改变争吵时的回应方式，事实上如果不这样，就是在鼓励这种方式了。“这样做很难，因为杰克森会在这个过程中提出一些新的信息来说服我，而且我自己也愿意重新评估一下情况再说。很不幸的是因此落入困境当中。我并不介意重新评估一下情形，但是我儿子的态度却仿佛我欠他的，我就是不喜欢他在整个事情过程中对待我的态度。”吕底亚因此学习到延迟做一些决定直到她了解全部的事实。她可以这样讲，“告诉我更多的情况，给我几分钟的时间考虑一下。”

改变想法并不总是很糟，但你需要区别一下你的孩子提供的新的信息和你得到这些信息的过程中的情况：“我很乐意改变我的想法，但是你对我说话的这种方式我感觉很不好。你这种争吵的态度于我们的关系并没好处，我不想用改变我的想法这种方式来鼓励你这样去做。你的想法是不错，但是你这种让人生气的语调却是感觉在强求，而且不尊重人。”

你也许仍会坚持说“不”，不管你的孩子提出什么新的理由来说服你。作为父母做决定不仅是基于孩子的理由，同时也要关注孩子是如何提出这些理由的，你希望孩子在这件事情上学到什么。毕竟，培养孩子的品格要比做决定更重要。

讨论或争论

吕底亚也注意到当她和儿子将次要的和输赢的问题变成两人优先处理的问题时，他们实际是在做不健康的争论。这种争论的威胁之一就是破坏双方的关系。大多数父母对这种争论感到很不舒服，但是他们不知道为什么会这样或该怎么做。争吵的孩子将父母置于很糟糕的境地。当孩子扮演攻击者，则父母就成为防卫者。这种关系模式使得双方的关系变成对立而不是合作。

争论和讨论的不同在于对关系的处理。当问题变得比讨论的人更重要，则讨论就变成争吵了。最好的教导是你和孩子讨论问题时是站在同一边，而不是让问题横在你们中间，彼此成为对手而不是合作伙伴。有时候只要你这方稍作调整就能让争论变成讨论，如“你听到我在说什么吗？”“让我们一起想想今晚看录像的好处和坏处吧。”用这样的话，你就是在拒绝将孩子变成对手，并持续寻找能合作的方面。这种讨论能鼓励孩子发展品格好的方面。

选择最好的回应方式

不要因为孩子提出了很好的理由你就放弃说“不”，要教导孩子如何得体的提出这些理由。我们的生活中有很多人事情并没做错，但是提交事情的方式却很不尊重人。要教导孩子仅做对的事情并不够，他们还需要以尊重别人的方式来呈现。看看以下两位父母实际处理的方式，他们采用不同的方法来减少争吵并达到目的。

一位父亲说到，“我有的时候会一直说“不”直到我的女儿接受我的回答，紧接着我们会有讨论，讨论完成之后，基于她的回应再来评估决定。如果她很生气并对我说一些不中听的话，我会指出她的问题（强求或苛求），如果她有一个合宜的回应，我才会考虑我是否改变我的回答。”

另外一位父亲则是不同的处理方式。“当我评估我同乔伊之间的互动交流时，我发现在对话的过程中我会过早的说不，这使得他很容易进入一种攻击模式，因为我没有听他的，他因此很沮丧。我认识到在这个过程中我做决定的时间太快了。当我学会在做决定前花更多时间来聆听，确认他的想法，我看到他对我最终的回答态度的改变。”

两位父亲都通过帮助孩子学习接受“不”的回答来达到目的。第一位父亲决定说“不”是为了训练女儿合宜的回应，第二位父亲延迟回答是让儿子感觉到在听他说话。因为孩子和父母都是不同的，你必须寻找对你的家庭有作用的方法。通过评估目前已有的模式，做一些有计划的调整，你也能看到孩子的变化。你在这个方面的努力是在教导孩子关于生活

的极有价值的功课。一个喜欢争吵的孩子需要学习对周围的人的感受更加敏感。赢得一场争论并不意味着你就赢了，好的销售员就知道你也许能赢得了争论却失去了客户。一个孩子要学习什么时候应该停下来。

讨论能带来做决定所需要的信息，但是争论却损害关系。父母同孩子争论的事情有的甚至并不重要。保罗曾提醒年轻的提摩太要小心这类争执，“惟有那愚拙无学问的辩论，总要弃绝，因为知道这等事是起争竞的。”（提摩太后书2：23）。这听起来同样也是对家庭生活的好建议。

强求（或苛求）的征兆2：纠缠

獾是一种有着惊人耐力的穴居动物，有着额外的体力和精力，并坚决向现状挑战的决心。那些象獾一样的孩子也总有着执着的个性，有信心坚持下去，并挑战一切拦他们路的人。米雪儿同我们分享了她四岁女儿凯勒的例子，虽然才四岁却已学会纠缠的技巧。

凯勒：“妈妈，我可以吃点心吗？”

妈妈：“不行，我已做好午餐，十五钟之后就可以吃了”

凯勒：“我只吃一点点？”

妈妈：“不可以，你需要等几分钟，到这儿来，如果你愿意给我帮下忙。”

凯勒：“让我吃点心就帮忙”

妈妈：“不行，我希望你能等几分钟”

凯勒“我可以吃饼干吗？”

妈妈：“凯勒，我怎么说的？几分钟后就吃饭了。”

凯勒：“我可以喝点牛奶吗？”

妈妈：“不可以”

凯勒：“我可以喝点苹果汁吗？”

妈妈：“凯勒，停止向我要一切吃的或喝的。”

凯勒：“我的熊要吃点东西，他饿了。”

事情就这样没完没了。

当一个孩子用纠缠这种方式，就是要让父母感到疲倦以达到让父母改口的目标（由否定回答变为肯定回答），很惊讶一个孩子能够用如此多不同的方式来复述同一个问题，期待这一次能达到不同的回答。纠缠让父母感到很烦，这就是为什么孩子用这种方式有的时候能成功。你也许听到过一个孩子对另一个孩子讲的话，“如果你想要一只猫，从要一匹马开始。”

有时候孩子纠缠是想赢得注意力或其它东西。他会一个问题接一个问题来，有些孩子看起来很有些策略，但是父母才是最终做决定的。有一位母亲相当顽强的抵挡孩子的纠缠，最后他的儿子认输说：“妈妈，你真是太固执了”

有这样喜欢纠缠的儿女的父母会感到亲子关系中没有尽头的紧张。父母甚至想躲藏或寻找方法来躲避他们的儿女。有些父母说一看到孩子走过来就犯难。这些父母感觉很糟糕，而这种亲子关系中的张力却是真实的困扰。

喜欢纠缠的孩子倾向于专注自我需要，看不到他接二连三的问题和评论对关系的影响。那些经历这种紧张关系的父母也许可以用这种方法，用一种温和的方式来表达自己的感受，帮助孩子对不顾一切只想要的做法有感觉。“我对你提的问题感到很不舒服因为我已经回答你了。”或者，“我不知道如何回答你了，我不再想谈这个主题，但是你还是一再提及。”“我感觉你就象开一辆大卡车向我辗过来，在我还没有被辗碎前让我们来谈点别的事情”。

许多父母最后屈服于孩子的纠缠，实际就是在鼓励他们这样做了。有一位父亲说“我的儿子坚持不放弃直到他找到一些理由让我说同意，他甚至在这个过程中改变主题，要求一些完全不一样的东西。一直不停的这样谈下去就是需要一个肯定的答复。我想如果我不停的说不，他就会不停的问诸如，‘爸爸，我得把垃圾丢出去吗？’，如果我说是的，我们就会进入上面说的这种模式。有时，如果我不做肯定的答复，就得想想如何结束我们之间的对话。”

如果你有一个试着以纠缠来得到更多的孩子，你首先要做的就是指出来，这样孩子明白他的问题在什么地方。你也许可以这样说：“儿子，我们又进入纠缠习惯中去了，我希望你现在就停下来，接下的一个小时不要再要求任何东西。我们可以继续谈话或在一起，但是这段时间不允许再提任何的问题。”当孩子纠缠不休，而你允许他这样去做，即使是在谈一件很好的事，是你自己在培育一个不断强求的孩子。纠缠对孩子来说是一种很自私的方式，以得到他们想得到的。

强求（或苛求）的征兆3：抱怨

抱怨的孩子对生活失望，并怨声载道的告知别人。他们会用尖细的声音或拉长的单调的音调来表达郁闷。抱怨，发牢骚直到周围的人厌烦。希望别人都来分享他们的小痛苦，持续的做广告直到其它的人也加入进来。这种情形让人厌倦以致很多的父母为了让这种噪声停下来向孩子投降了。父母想通过解决问题来终止孩子的抱怨，但不知不觉，他们却是在鼓励孩子更多的抱怨而不是教孩子更好的方法来解决问题。

杰基的女儿提亚有抱怨的毛病，“那种明显的说话的语气，我知道她又要开始了。你会听到她的声音变成烦人的抱怨，好象一个吱吱呀呀尖叫的门，我很不喜欢，叫她停下来，她说’但是……，同样的语气，都快让我发疯了。我让她进到房间去，她又在那里撅嘴生气。没什么办法让她停下来，如果提亚生气了，没有人能高兴。

孩子抱怨是因为这种方式很有作用。她能让妈妈改变心意或赢得同情和注意。那些没有学会如何处理失望的孩子用抱怨这种方式来报复对他们说“不”的父母。

当孩子开始抱怨的时候父母往往会很生气。下次当你看到这种模式开始的时候，决心要有所改变。不要自己吼叫或抱怨，立足于建立一个更有建设性的模式。认识到这种情形也正是培养孩子敬虔品格的机会。孩子抱怨的声音成为一个信号，提醒你孩子强求这种恶习冒头了。当你致立于建立新的模式的时候，你会发现孩子也开始了有意义的改变。你的孩子需要学习接受失望。生活中提供了很多可以让其满足的机会，教导孩子正确的来回应，帮助他们在成长过程中用健康的方式来应对生活的挑战。

学习知足的功课

争吵，纠缠和抱怨表明了孩子强求的三种方式。有一位母亲很沮丧的说：“我的儿子三种情况都有，他能同时将这三种情形都表现出来。”无论什么时候你看到孩子身上这类表现，你要明白这是孩子自私的态度，他需要学习“知足的功课”，一旦有了这样的计划，你不必以愤怒来回应而是开始在这个过程当中教孩子学习知足。你可以视这种错误的行为为一个引导机会。

知足来源于对上帝的信任。大部分时间神学里面的目标在你的思想意识的背后，为你持续的管教孩子提供动力。孩子越大，越应该同她分享属灵的原则，及你为什么在这件

事上如此坚持。有一位父亲记得十三岁的女儿很关键的转折点是在他从属灵的角度来促使她认识自己抱怨的问题。“宝贝，我知道你现在很在意我给你设置的限制，但是你可以花一分种想点其它的事情吗？我很看重我们之间的关系，无论何时只要能行我都会说可以，但有的时候我会说不，当我这样做的时候你会感到很受伤害，你会因此攻击我，好象我是你的敌人。你的固执伤害了我们的关系。这是为什么上帝在圣经里面会谈到知足，知足是一种能力，感激所拥有的，不抱怨所没有的。你可以将我对你的限制当作你属灵生命的挑战吗？”

难以知足的，在不加约束的自私中成长的孩子在成人后将会经历艰难时光。他们不具有必要的品格来明白和接受神可能加给他们的限制。当你帮助孩子处理争吵，纠缠和抱怨的问题，你就是在为他们预备学习对生活知足。我们都需要一个有界限的生活，无论是在财务上还是在健康控制上。限制是生活的一个部分。知足意味着我们对无法负担或不应当吃的东西说不。如果一个孩子不能接受父母说不，他们如何学习到来自上帝所说的不限制呢？在生活这个大课堂里面，“知足的功课”不是选修课，而是必修课。

我们发现几种方法可用来教导孩子知足的功课。以下四个策略能帮助孩子学习生活有限制，接受“不”的回答，培养必要的品格，享受有界限的生活。

1. 减少情感投资

有些孩子对一个要求投入了巨大的情感能量，当这个要求被拒绝，他们心里会觉得损失了很多。我们用以下的对话来帮助过一位十三岁的年轻人丹尼尔明白情感投资这个概念：

“你真正想拥有的是什么呢？”

“一只狗，并不是指所有类型的狗，我希望是一只黄色的小狗”

“买这样一只狗要花多少钱？”

“我父母说需要\$500。”

“你现在有多少钱？”

“我的银行户头上有\$400，家里的抽屉里面有\$10，几乎够了。”

“想像一下有人进入房间从抽屉里偷走了你的\$10，你会有什么感觉？”

“感觉不舒服，我不喜欢失去钱。”

“如果你走进银行，工作人员告诉你帐户里的钱被人偷走了，你感觉如何？”

“感觉很糟糕，我花了很长的时间存这些钱，去年用了一整年的时间工作来存钱，这让我感到要发疯了。”

“我看出什么原因让你很生气了，为什么失去银行的钱比失去抽屉里面的钱让你更生气呢？”

“因为银行的钱很多啊，这就是原因。”

“对的，让我们把这个体验应用到你在家里发怒的时候。当你从妈妈那里得到“不”的回答的时候你似乎很难过，我想是因为你投入了很多希望在这个要求上”，想想吧，你视一些小的要求如同大事，就好象抽屉里的钱等同银行的钱一样，为什么将要一块点心或去朋友家里当作一件很大的事呢？问问你自己为什么要让自己感到很不舒服，为什么不能在这些小事上少投资些精力，让自己有些应变，给父母否定的回答留点空间？

“要如何做呢？”

“也许你可以将你的要求作为想法提交给母亲而不是当作最终的答案，想法更容易改变。有些孩子是对自己的要求先作了最后的决定，然后呈给父母批准，这样使得他们自己特别容易受伤害。如果他们对自己的要求少一些情感上的投资，他们能将父母的否定回答作为重定方向的基础而不是当作一面不回头的墙。”丹尼尔从心里采纳了我们的建议。

一周后我们又见到了丹尼尔，问他这周如何处理怒气的。

“情感投资理论对我的帮助很大，当妈妈说不的时候我也不生气了。”

“秘诀在哪儿？你是怎样让这个理论发挥作用的？”

“我认识到我不喜欢失去钱，我也不喜欢妈妈说不，所以我决定在我的要求上少投入些钱，这样我的损失就小些。”

有一位母亲同她四岁的女儿瑞利分享了关于情感投资这个概念。她使用数字来向女儿解释感情的强烈程度。

“瑞利，让我们来谈谈你是如何表达你想得到的东西的程度。”她开始讲到，“当你非常想要一个东西的时候，就好象一个大大的数字10，”妈妈将双臂张开，“当你只是一点点想要一个东西的时候，就象小小的数字1。”妈妈用大拇指和第一个食指之间的距离演示了一下，“如果我在等着打开一份生日礼物，这种心情象数字10，”她接着强调，“但是如果我决定在饭前打开一份邮件，这种迫切程度可能只是数字1。”

“我想你有时想要什么东西时的表现就象数字10，其实你的实际想要的程度可能只是数字3或4……”妈妈继续用这种方法向瑞利说明不同情形下情感的投入程度应该是不同的。她们感到这种想法很有趣，当瑞利需要调整她的情感强烈程度时她们又会回到数字上来。

情感投入这种想法来自使徒保罗重要论述，关于在什么事上他会投入全部生命（只是我先前以为与我有收益的，我现在因基督都当作有损的。3:8 不但如此，我也将万事当作有损的，因我以认识我主基督耶稣为至宝。我为他已经丢弃万事，看作粪土，为要得着基督，腓利比书3：7—8）

当然，保罗比我们所认识的许多成年人成熟多了，不仅指小孩子。然而，这段经文对父母意义非凡。作为父母，我们也要评估一下我们自己对其事的投入程度。有些父母陷入到同孩子的争吵当中是因为他们想赢，以表明他们比孩子懂得更多，或者孩子就是孩子。这些动机能显明我们自身和需要以便我们能将情感投入到更加敬虔的方向。

知足意味着在并不太重要的事情上少投入情感。事实上学习接受“不”是建立信心的操练，并因此认识到你很想要的也许并不是最好的。作为父母，你可以通过日常生活的操练来教导孩子学习信任上帝。不管他们明白还是不明白，你的目标并不只是度过每一天。你要尽力做出决定帮助你的孩子度过成功的人生。

2. 先顺服，然后再来谈

孩子们有些时候会用争吵，纠缠和抱怨作为拖延战术，当他们不想做你要他们做的事。有些父母所犯的错误的在孩子回应前花太多的时间来对话。第二种培养孩子知足的方法是教导他们“先顺服，然后再来谈。”看看茉莉叶和她六岁的孩子内森之间的对话：

妈妈：“内森，睡觉的时间到了，请去穿上你的内衣裤。”

内森：“但是我现在不想上床睡觉。”

妈妈：“内森，现在 8:00点了，你明天还要上学，你必须去睡觉。”

内森：“我现在还不累，我需要先把这个房子游戏完成。”

妈妈：“你正在做什么？”

内森：“我正在建一个乐高村庄，我在修建一个房子”

妈妈：“不行，你可以明天再去做，如果你现在不去睡觉你明天很难起床了。”

内森：“我明天不会累的。”

妈妈：“内森，上床睡觉的时间到了。”

内森：“但是，妈妈……”

妈妈：“什么？”

内森：“我还可以多做一会儿吗，马上就完工了。”

妈妈：“要多长时间？”

内森：“我不知道，只要几分钟。”

妈妈：“好吧，我让你做到8:15，不能迟于这个时间，你必须去睡觉。”

内森：“好的，妈妈”

（到了8:15，这个对话又开始重复了）

茱莉叶知道她的儿子应当睡觉了，但是她又不愿意去克服内森的抱怨，纠缠和争吵。

下面是一幅不同的场景：

妈妈：“内森，到时候要穿上睡衣裤了。”

内森：“但是我不想睡觉。”

妈妈：“内森，你首先需要顺服，然后我们再谈。你现在就需要去穿上睡衣裤了。”

内森：“但是我不累……”

妈妈：“内森，我不会跟你讨论，直到你按要求去做，按我所要求的去做，然后再来同我讲，请现在就穿好睡衣。”

内森：“好吧。”

尽管同孩子沟通通常是一个好主意，但是在指示孩子的过程中却往往适得其反。父母常尝试着通过说来让孩子顺从，或者需要向孩子解释为什么他们需要听从这个指示。

事实上，即使是成年人，我们有时候也需要顺服即便不知道整个事情原由。你也许不明白为什么你的老板发某条指示。你收到就照着去做，之后才发现原因。你也许驱车走在公路上，来了一位警察在指挥交通，你不会拉开窗帘来同他讨论为什么这样走，你只是跟随他指引的方向，过后你才会明白。你不明白，但是你要这样去做。上帝有的时候要人在明白之前先顺服。挪亚在看到洪水来之前上百年都在造船。亚伯拉罕被呼召离开本地本族去往一个从没去过的地方。

记住，这样做的目的是培养孩子学会知足。有的时候孩子最好因着一些原因将自己的计划放在一边或者学习做另外一个选择而不是总期待着按着他们自己的想法来生活。

很有意思的是，在这种情形下孩子们并不想谈。这进一步表明孩子们与其说是关心答案，还不如说他们更想得到他们想得到的。如果有可能，在孩子顺服要求后同他们谈谈你提这样的要求的原因或回答不的理由，这种讨论主要是教导孩子价值观的东西。

学习顺服权威能培养孩子学习信任，以及帮助孩子学习长大成人的过程中如何跟随神的引导。有一些很自我为中心的孩子特别需要引导。他们希望在他们愿意做某事之前确保他们能得到好处。这样的孩子长大后是相当差劲的雇员，在顺服领导的态度方面也会很恶劣，很难同领导建立很好的关系。当你教导孩子的时候，首先教他们学习顺服，然后再来谈，这也是为他们成长的道路中预备一个跟随神的生活。

3. 智慧的提出要求

教给孩子一个提要求的方法相当有帮助并且是在为他们装备一个生活中长期的技能。不是所有的孩子都能处理得来，但是当你在相互的交流中加一个智慧的请求方法给他们，你会很惊讶所发生的事情。这样不仅给孩子带来一些变化，也是在教导他们向那些不赞同他们的权威用尊重的方法来提交自己的想法。

为了教导你的孩子这种智慧的请求，你可以教他们用这样的形式开始

“我明白你希望我……是因为……”

“我有一个问题是因为……”

“因此我可不可以……？”

这三个句子都有它的目的。第一个句子是表明孩子明白父母的希望，七岁的特雷弗也许会说：“我明白你要我清理游戏室是因为我们要出去玩了。”当父母感到被理解了，孩子感到很惊讶的是让父母聆听替代的建议是很容易的事，我们都希望别人能明白我们的意思；明白了就为真正的聆听，甚至讨价还价扫清了障碍，这一切都变得可能发生了。

第二个句子是允许孩子表明问题或反对。特雷弗可以继续说，“我现在的問題是因为我刚刚才搭起火车轨道，我的火车还没在上面跑呢。”孩子这样的陈述让父母听到他们的问题而不是抱怨或其它让人不愉快的方式。

第三个句子则提供了创造性替代方案，既考虑到父母所关心的也满足孩子的期望。“这样我可不可以先放在那里，等我们回来的时候再玩一玩。”孩子提供了一个替代方案而不只是把问题丢给父亲或母亲。

这种智慧的请求需要有一些成熟并且对父母来说需要花一些努力来教导，但是花了额外的精力却教给了孩子宝贵的功课。孩子不是去抱怨，纠缠或争吵，而是学习应对变化，以合作的态度来解决而不是对抗的方式。

事实上，我们看到有些父母用这种方法来教导三岁的孩子。他们用“填空”的方式来做。父母说句子的前半部分，而孩子学习填后面的空。当孩子准备好了，不要惧怕用这种方式。在合适的时间，就这种方式来教导孩子用智慧的方法提出问题来进行对话。这可以成为孩子的一种习惯，通过在事情过程中的换位思考来帮助他们主动发起改变。

当然很重要是孩子智慧的提出请求，但仍能够接受父母否定的回答。当孩子不能接受父母说“不”，他们仍需要返回“首先顺服，再来谈”这个步骤里面去。另外，智慧的请求这种方法也不能作为一种延迟的策略来用，目的是为了逃避工作。如果特雷弗回家后并没打算运行一下他的火车，他就是错误的使用了这种方法并因此失去使用这种方法的优先权利。这种方法是父母和孩子之间未成文的约定，只有负责任的孩子才有权利使用它。

圣经里面讲到智慧的请示有但以理，以斯帖和尼希米的故事。他们中的每一个人都带着请求来到一位有权威的神面前，他们也都得到了一个肯定的回复，成功的一部分原因是他们提交请求的方法。智慧的请求并不是一个魔方，但你常常会很惊讶它起到的作用。如果更多的成年人也能学到这种智慧的请求而不是对生活的抱怨将是非常好的事情。

有一个年轻人叫基思，在进入大学的第一年遇到了一个很有趣的问题。他对学校缺少主动的让学生参加社区服务很失望。他认为要让学生将课堂所学的知识融入真实的生活，进入到社区服务中是有益的方法。基思不是就这个问题批评或者抱怨，他准备了一份书面的智慧的请求书，将这份建议交给了指导教授。指导教授很喜欢他所看到的这个问题并要求他去与其它的教授在他们接下来的会议上分享。这些教授看到了他所分享的主题的价值并让他将这个想法提交给学生会。在接下来的几周基思与指导教授一起工作，将社区服务项目提供给对此感兴趣的学生。基思用智慧的请求主动的改变了他大学的生活环境。

用智慧的请求方法的孩子将会学到当他以智慧的，尊重的方式将要求提交给父母的时候，她要信任他的父母将会聆听并考虑什么对他是最好的。提交了请求之后，孩子仍要学

会接受父母的肯定或否定的回答，并因此而满足。孩子放弃对事情的控制。设立这个阶段也是教导孩子能透过祷告将请求事项交托给神但是却信任神的任何回答。

想想主耶稣在客西马尼园，他将被逮捕的那一个晚上。他带着恳求来到父神的面前，路加福音22：42耶稣说到：“父啊，你若愿意，就把这杯撤去，然而，不要成就我的意思，只要成就你的意思。”站在人子的角度，他请求用另外一个方案来替换他所要面对的十字架。耶稣得到的是否定的回答，但是他的终极目标，即便是在这个肯求的当中，仍是完全的相信上帝。

智慧的请求是以信任来替代抱怨。当你这样来教导你的孩子的时候，祷告神来到他们心中发展出知足的心。

4. 放弃操纵性技巧

很多用抱怨，纠缠以及争吵为手段的孩子借这些方法达到了目的，主要是太多的父母放弃同他们的孩子处理这些问题。不要这样做。要拒绝这些旧的模式，代之以温和的交谈或对孩子的强求设定界限。你或许需要给他们一个后果或拿走一个特权。不过要记住的是，这样做的目标并不是对错误行为的惩罚，而是管教，将孩子的精力转到健康的方案上来。

一位父亲想着手处理十一岁女儿争吵的问题。他坐下来向女儿解释他不会再持续以往的模式因为这种模式伤害他们之间的关系，没有帮助。他说到：“莱斯利，我对我们之间的争吵很不舒服，我想改变我们讨论事情的方式。在你对某事表示不同意或给我另一个替代方案前，我希望你首先确认我最后所说的，我也会做到我所说的。”父亲寻找方法向莱斯利确认他所讲的，当莱斯利试图争吵时他总是温和的提醒她。例如，当莱斯利想在家庭清洁日跑到朋友家去过夜的时候，父亲会说：“我明白你想去朋友家，这听起来是很好玩的事情，但是今天并不合适。”这种方式能减轻关系的压力，有助于在一起交谈。

教给孩子当他们想要什么事情的时候他们应当做的。用角色扮演来学习回应，并强调满足和感恩。当你回答“不”的时候，你可以对孩子放慢进程并提醒他们挑战来了。

我的一个儿子小的时候在处理失望情绪方面很是挣扎。我看到了他身上一个让我忧心的模式。当我对他提出的要求说“不”的时候，他典型的表现是很生气，并以沉默来对抗。有的时候他会敲打或踢东西，其它的时候就是把头埋在沙发里。他拒绝谈话并皱眉。他这些行为表明他内心的强求，并有不能处理的失望情绪。当然并没有争吵，也没有纠缠，但是他的问题却是很清楚的。随着时间的推移，我们从多个方面着手来帮助他处理这个问题。我和丈夫观察并温和的就问题与儿子讨论使他能看到自己的问题。我们也谈到如何处理怒气并操

练，也谈到情感投资和满足，并指出在这方面如何灵活发展。当我们的儿子在这些问题的认识上成长并有能力处理这些问题时，我有时仍会在回应他的请求之前提醒他：“你对我给你的回答作好了准备吗？你能接受不或好吗？”借着在回答之前给他一些心理准备，我放慢事情发展的进程以帮助他的心作好准备。

更好的回应

许多的成年人还没学会如何接受“不”的回答。他们变得爱批评，行动也会象孩子一样抱怨。当你的孩子身上出现强求或苛求这种情况，你也有机会来教导他们更好的回应。

保罗挑战腓利比人：“凡所行的，都不要发怨言、起争论”（腓利比书2：14）。孩子负面的手段常常能起到作用，要付出代价得到肯定的回答。那些为保持家庭平和向孩子的争吵，纠缠及抱怨投降的父母是在错误的鼓励孩子的自私行为。父母要用健康的方法来解决这些问题并贯彻“培养知足的功课。”我们希望孩子培养出知足的品格，因为当他们具备这样的品格的时候，他们才能享受神为他们设定的有界限的生活。

本章观点总结

当你看见...

...孩子为某事抱怨，争吵，纠缠，这就是一个信号，这个信号表明孩子内心在强求一些东西。

建立新的模式

...改变你曾用过的方法。想想你们之间已形成的模式 确认将健康的对话变成伤害了双方关系的具体的地方。教导孩子接受“不”的回答，通过让他们理解情感投资，学习先顺服再来谈，提交智慧的要求，抛弃操纵的技巧。

因为...

教导孩子接受限制是帮助他们学习知足。以对神的信心以及信任开始而不是对别人无止尽的要求。

进一步讨论的问题

1. 举例说明因着信心而放弃的一些事情，因为继续追求这些事情会伤害到你同别人的关系，你已不能做到不伤害别人而继续推进这件事了。
2. 讲你曾遇到的某个时刻，你必须先顺服，过后再谈原因。这样的时刻可能来自于你的老板，其它权威型人物或上帝。
3. 当你对别人强求时你如何说？有什么样的信号提醒你是让步的时候了？

进深学习

1. 读腓利比书4：12，使徒保罗讲到他做事工的目标，你如何象保罗，既学会知足同时追求生命中的目标？这两个概念矛盾吗？
2. 读提摩太前书6：6—11，你如何认识神所认为的知足是生命中宝贵的素质？
3. 读路加福音18：1—8，耶稣鼓励恒切祷告，恒切与纠缠有什么区别？

家庭作业

到本地图书馆看一两本关于獾的书籍，在家庭里面讨论一下这种动物的特性和习惯，它们拥有什么样的特质？叫你的孩子做一些如獾的类似的表演，然后说说这些习性带来的正面和负面的结果。

你们当以基督耶稣的心为心。

——腓利比书2: 5

6

“他们总是发牢骚和抱怨”

态度：教导孩子从新的角度看问题

亲爱的史葛和乔安，

在对孩子的教育中令我沮丧的是孩子的态度。当我建议十岁的儿子马太邀请朋友来家里时，他答到：“我不善长通过电话说话。”当我要求他去把花坛周围的草修剪好，他说到：“我永远也做不好。”无论我要他做什么事，他都会这样说“总是要我做事”或“我怎么也做不完这些事情。”做家庭作业也是一件很伤脑筋的事，他会说：“我讨厌做家庭作业，我何时才会用上这些知识？真是浪费时间。”

在参加你的培训课程之前，我从未想过要管教孩子的恶劣态度。现在我才明白这是多么重要啊。现在我已开始实施相对的措施，我称之为“态度时间”。马太知道如果他做事的态度不好，我会要他去安静几分钟，如果有必要，安静时间会更长，直到他返回做积极的改变，我们才会继续下面的事。我走了很长一段路，但是我很高兴过去几个星期我们所取得的进展，他对此回应很快。甚至还没有叫他去安静，他自己就主动改正了。我认识到我必须处理他的态度问题，否则长大后他不会成为一个快乐的人。

——来自德州达拉斯的汤姆

“但是，妈妈……”

我们经常会看到：当孩子很失望或要他们做一些他们不想做的事情，孩子马上会表现出恶劣的态度。这种恶劣态度令父母很生气，如果父母不理睬不处理还会造成越来越糟糕的趋势。

当然并不是所有差劲的态度都是一样的。有些孩子是强求的态度：“我要，我现在就要。”有些是自卑的态度：“我永远也不可能做得正确。”还有的孩子是将自己放在一个受害者的位置：“我得到的总是最差的，”然后就开始评论了，如“我讨厌学校”或“我的兄弟不象个人。”等等之类的话。

有一位母亲说到：“我以前认为态度没什么区别。现在观察我的女儿我发现，有时她对我是蔑视的态度，对朋友是骄傲的态度。看到不同的态度能帮助我认识从哪方面来校正她。”

神很关心我们的态度，因为一个人的态度反映了他的内心如何。态度也决定了一个人如何回应生活及生活中的挑战。耶稣批评法利赛人是因为他们假冒为善的态度（路加福音13：15），骄傲的态度拦阻了乃缦大麻疯得医治（列王记下5：11—12）。当撒拉被告知会有一个儿子，她偷笑的态度引起神对她的信心的质疑。（创18：12—15）

一方面，当耶稣看到那个仆人快要死了的百夫长的态度，他肯定的说到：“这么大的信心，就是在以色列中我也没有遇见过。”当浪子有了谦卑的态度时又重新得回父亲的祝福（路15：19）。上帝知道什么样的态度将会带来成功，他教导我们如何定睛于他的思想来面对生活的挑战。上帝鼓励谦卑而非骄傲（马太福音23：11—12），面对试验时要喜乐（雅各书1：2），面对冲突时要温柔（加拉太书6：1），情形让人沮丧时要充满盼望（罗5：5）。一个拥有这些态度的人能享受生活并经历更多的平安和满足。

当你帮助孩子改变态度的时候，你就是在培养他们的按新的视角来面对生活。他们将看到发牢骚和抱怨是他们正在做的一个选择。俗话说：“你可以在这一刻改变自己的态度，因这一时刻的改变，你的一天都变了。”孩子差劲的态度是一个很普遍的问题，不能被忽视。当孩子开始学习处理态度问题的时候，他们就是在学习如何控制情绪性回应以及正确思考生活中的挑战。

态度是什么？

态度”一词是一个速记术语，用来概括同一时间不同的感觉，思想和行为。态度描述某种情形发生时一个人的行动趋势。不同的因素会引起态度的不同。仅仅可能只是听到一个词或者看到一个迹象就能改变一个人看问题的视角。所有的妈妈都用到过“德里克”的那种语调，例如，德里克知道妈妈会叫他做一些事情，他回答到“你到底要我怎么做嘛？”维

多莉去学校看到一张解雇通知书放在寄物柜里面，知道这是办公室发的通知，她还没读就皱着眉头抱怨，诸如此类的因素让人们迅速有了一个态度并帮助人们决定如何回应不同的情形。

态度可以是好的也可以是不好的，固有的交织在我们所做的每一件事情里面。在成人身上它们常常不是反映在表面，而是很难读懂或理解，更不用说孩子了。每年生产商们花成千上亿的广告费只是为了创造或改变人们对某类产品或活动的态度。癌症调研和保护组织花钱立广告牌只是为了培养人们对吸烟的负面态度。轿车生产商尽力让你对他们最新的车型有积极的态度。食品广告商花费巨资让学前儿童接受某种早餐燕麦是最好的。所有这些人不惜代价所做的这一切都是为了影响人的态度，因为态度可以改变人的行为。另外态度也是很容易蔓延的，孩子对事物会有着全然不同的看法仅因为最近流行的某个电视剧，或花不少时间同朋友呆在一起。

你永远不可能去掉态度，你也不会想这样，你唯一能做到的是改变它们。态度是思考人生各个层面的一种方法。它们也有很实在的目的：按照过去熟悉的经验来事先预备回应。态度也帮助人们理解这个世界，以及周围事情的意义。态度也是一种必要的捷径，为如何回应重复发生的事情和情形提供一贯的和清楚的信息。没有态度，你不得不一次又一次重新评估人，食物和娱乐方面的选择，使生活变得难以想象的复杂。相反，你的态度却能为你预备一种姿态，每次遇到熟悉的引发因素，它能给你一种如何去回应的模式。

让我们停一会儿来想一想关于甜甜圈，过山车，摩托帮，以及你的教会。毫无疑问的是联想对这些词不同的态度基于你个人的经验。比较一下这些东西与你对Vambonians人的态度，因为你从来没有听说这个词（这是我们自己造的一个词），所以你对他们很少或没有什么态度。但是如果给我们提供一点信息，说这类人很恨孩子，这样你也就有了一些对他们的态度。态度来自你的经验并帮助你决定如何回应，他们能给你的价值及信仰带来很不一般的观察。

孩子的发展趋势是立足于有限的信息来发展对生活简单的态度。你八岁的儿子也许对蔬菜不感冒因为他不喜欢扁豆的味道，而你也许会因着不同的原因选择吃不同种类的蔬菜，你对蔬菜的态度融入了更多的信息，使得你对蔬菜有不同的态度。

对时尚，音乐和体育及目前风行一时的东西的某种态度常来自孩子自己的朋友。媒体，电影甚或商业性的广告极大的影响孩子对所吃的东西的态度以及他们对罗曼蒂克关系的认识。家庭同样对孩子的态度有巨大的影响，特别是对小的孩子。孩子常效仿父母对信心，

工作 和习惯如抽烟，喝酒及对毒品的态度。人不同的背景习得不同的态度，但并不都是由外界资源学到。我们都有自身的自私，有时恶劣的态度是我们内心自私的外在流露。

上帝是如何讲“态度”的呢？圣经翻译者在翻译新约的时候有时会有些进退两难。所以在KJV版本有时会用“想法”一词来表达，而NIV则会用到“心”这个词来表达。注意 以下经文中用的词：

腓利比书2：5 你们当以基督耶稣的**心**为心。（NIV版）

腓利比书2：5 让基督的想法也成为你们的**想法**（KJV版）

彼得前书4：1 基督既在肉身受苦，你们也当将这样的**心志**作为兵器，因为在肉身受过苦的，就已经与罪断绝了。

两种翻译都是对的。这些经文中希腊原文所表达的意思是用心态，心境所致的特别的方法来行动。基督徒以耶稣基督为镜来思考和回应生活，这是我们要传达给孩子一个看问题的角度。

以下引用了一些关于态度的名言，以帮助你和孩子

“生活百分之十是发生在你身上的事情，百分之九十是你的态度。

能力是你能做什么。动机决定你做什么。态度决定你做得如何。

我们对生活的态度决定了生活对我们的态度。

半杯水是半满还是半空取决于人看待它的态度。

心在哪里愿意,它将发现一千种方法。它不愿,它会找到一千个借口

疼痛是不可避免的,但痛苦是可选择的

你的态度是会传染的。这样做是否值得？

是你的态度,而不是能力,决定了你的高度。

你的态度是一件小事,但能造成很大区别。乐观的人在灾难中看到希望,悲观的人在每个机会中都看到灾难。

根深蒂固的态度

态度象一扇窗户，我们通过它看世界。你教你的孩子关于态度的事情，当他们长大时就为他们明白如何在艰难的情形下保持对神敬虔的态度创造了条件。

态度实际上包含三个因素：行为，感觉，思考。每一个因素在态度改变过程中都是有用的。看到孩子行为可将其视为一个信号，知道需要改变的目标是什么。感觉可以帮助你什么时候是正确的，思考表明什么是需要你解决的问题。许多家长只关注第一个因素，行为，告诉孩子“不要撅嘴，”或“不准对我翻白眼。”而且，这些父母往往只关注不做什么而不是孩子应该做什么的。如果只是告诉孩子“停止错误的态度”，而没有给予更多的指导来培养孩子更好的回应，通常这样做是没有用的。如果错误的态度是来自一个错误的思想，仅有行为的改变是不够的。

记住，管教的目标不仅仅是让你的孩子不那么烦人。当你正确的纠正孩子错误的态度，你是帮他们预备未来。如果他们的牢骚和抱怨激起你的愤怒，将愤怒作为一个信号，这是好的时机帮助你的孩子用新的视角看问题。

行为：警告信号

带来错误的态度的第一个因素是行为：人做事，走路，说话，站着，看，忽略的或强化的，这些习惯揭示了人内心的想法和感受。现在，你可能会问，“如果真正的问题是在心里，我该怎么办呢？”答案分为两个部分。首先，我们行为表明，我们需要更深入的看待心里面的态度问题。其次，我们要纠正错误的行为。虽然我们不能强迫内心的改变，但我们可以一边要求孩子们改变他们的行为，一边谈论内心不同层级的改变。

使用行为作为一个警告信号，以此判断你的孩子是不是倾向于一个错误的态度，然后指出你看到的行为模式：“我能告诉你的是你通过翻白眼来表示你的失望，但这并不是一个可以接受的对待别人的方式，仅仅因为你不开心。”“这些评论太伤人了，而且反映了一个错误的态度，因为我对你说不。”“通过你的姿势和愁容表明，你不想做我要你做的事情，但这样的错误态度对你是没有帮助的。”

孩子的内心有时有微妙暗示，有时再明显不过了。例如，当你给孩子一个指令，你的孩子会同你有眼神接触，会给你一个适当的反应吗？或者你的孩子用争吵，抱怨，愤怒，和防御来回应？也要观察孩子的肢体语言，如气喘吁吁，抱臂而立，翻白眼来传达内心的信息。孩子

是心甘情愿干活,还是勉强完成,争吵和抱怨吗?你的儿子做了完整和全面的工作,还是他做的不好,只是做了一部分,还是做了但是很缓慢?你的女儿完成工作后会来汇报工作,还是消失了,你不得不去找她?

你对这些问题的回答可能表明一个问题。也许这个问题并不是一个态度的问题,也许这是一个性格弱点如注意力分散或懒惰。无论如何,孩子们需要了解它们的行为。

正确和清晰的观察你所看到的孩子并以此来纠正他。“我可以告诉你的是你提高你的声音表明你不高兴。我希望你在还能控制住自己之前先休息一会儿。”或者“谢谢你做我要求你做的事情,但你注意到当我给你指导的时候,你是如何回答我的吗?你的舌头发出嘀嗒声,深吸了一口气,发出了一个信息,你不喜欢这我对你所说的,这是一种伤害人的反应。”

一位母亲在孩子还小的时候用图片语言来帮助孩子看到他们的态度。像多云,黑暗,生气的脸,皱眉,撅嘴称为糟糕的态度。泡沫、阳光、微笑的心称为好的态度。另外一位妈妈鼓励孩子带着一个好的态度与穿好的衣服一起到镜子前检查,以确保两样都是好的。“不仅穿上态度,而且到哪里去都带着它。”

孩子们常常没有意识到他们的行为就是交流。父母指出他们实际行为并将这些行为与态度连接对孩子是有帮助的。你的目标是帮助孩子看到自己的警告信号,并相应地做出调整。帮助他们看到是时候进入一个“态度调整常规了。”

情绪：时机指南

态度的第二个因素是情绪。敏锐的感知孩子的情绪能帮助父母什么时候挑战孩子的态度。有的时候最好是当场就这样做。当一些东西触发了他们的情绪的时候,一般安静的,沉默寡言的或者没什么动机的孩子也许会突然愿意说话。另外一方面,孩子可能已很紧张,如果你在这个时候你挑战他们的情感可能会翻船。这个时候,敏感的父母应认识到当场面对态度问题可能会造成冲突的升级,你可待孩子情绪平稳后再来选择面对孩子。

正如我们前面提到过的,一个错误的态度常常是伪装的愤怒。一个不喜欢指导或限制的孩子,外面会表现出挫折,有时候用一些小办法,有时候彻头彻尾的报复。一位母亲说:“当我告诉我十三岁的儿子他态度不好的时候,他在言语和行为上变得更加糟糕,他粗鲁大叫就是在传达一个信息,我对你不满意。”

在考虑孩子情绪的时候要记住两个重要的处理冲突规则。

规则1：不要害怕孩子的情绪

一些孩子将发脾气当作一种自我保护的形式以防止父母挑战他们。你孩子的反应可能像火山，但是不要因此停止你管教的工作和去面对孩子的问题。将孩子这种情绪视为烟幕并了解孩子内心的问题。父母常常将孩子的情绪视为个人攻击并对之反应，往往失却了互动带来的益处。

规则2：不要用你自己的愤怒压倒孩子的愤怒

记住，你在尽量帮助你的孩子做不同的思考并以更健康的方式来回应。当你以怒气来回应的時候，只是给孩子传达了一个混淆的信息。你的孩子现在不仅需要思考生活，弄清对与错，还要小心翼翼的来面对你的怒气。这使得孩子很困惑，实际上拦阻了孩子解决属于自己的问题。

箴言书15：1说：“回答柔和，使怒消退；” 你的愤怒可能会指出一个问题，但是要小心你如何反应。针对孩子的牢骚和抱怨保持冷静和自控。当你开始失控，休息一下。无论如何，随着时间，坏的态度能得到解决；在情形失控的情况下，我们只能得到这么多。迟点再做处理可以得到更多，可以说：“我一直在思考当我要你做家庭作业的时候你对我的回应。我想分享我对你的观察，可能对你有用。看来你相信你应该等到上床睡觉之前或在早晨做完作业再去上学。这是你所说意思的吗？我想教你的观念之一就是，自律通常意味着我们要先工作，之后才能玩耍。这是我要你每天早点做家庭作业的一个原因。我尽力尝试着教给你这个重要的观念。我知道你可能不同意我所说的，但我想让你知道为什么我要你晚饭前做作业。”

允许先解决情绪问题能够给之后的对话带来机会，而不是把目前的问题变成一场战争。你不必为了取得进展而感到你必须赢得这场冲突。你应意识到孩子们会去思考你所说的，即使他们的最初反应看起来好像没有听你的，对青少年尤其如此。准备好你要说什么，谨慎选择时机，这个时候就是在孩子没有被情绪所影响的时候。

一些父母认为他们必须保持一致的和正确的当场解决他们所看到的问题，就态度这个问题来说并不总是这样，考虑到态度中情绪的成分，建议你有时等一等。

思考：问题的核心

态度调整最终在于头脑的想法：孩子如何思考以及他们相信什么。态度是一种思考方式。它反映了我们如何处理信息和经验。当一个穿着一件白色外套演员告诉你，一种特殊的牙膏是最好的，因为它防蛀牙，你可能相信他所说的并对这种牙膏有积极的态度，尽管所有牙膏都防蛀牙。当一个朋友告诉你的女儿，她的鞋子的风格，你也可能通过展示最新的商品目录试图说服她，但她会选择她所相信的并发展了一个相应的对鞋子风格的态度。

帮助你的孩子培养正确的思维模式，通过识别错误想法开始，这里有一些可能会导致错误态度的想法：

“工作破坏了我的有趣的生活。”

“我应该能做我想做的事。”

“我的父母不应该纠正我这种事情。”

“我的父母太严格了。”

“我的弟弟也有问题，但他从来没有惹上麻烦。”

要花时间问你的孩子一些与错误的态度相关的问题，找到错误背后可能的谎言。与孩子对话能了解一些隐藏的问题。要小心如果讨论时有些情绪进来了。一些不中听的话应该是一个信号，表明谈话需要休息，不要被孩子强烈的情绪所影响，当你的孩子说话语气激烈时，你可能借此了解孩子一些基本的想法。有时孩子愤怒时会说出他们平常不会说的话，这些话语是他们思想错误的线索。当孩子生气的时候不要尝试去搞清为什么，只是聆听，然后你就可以讨论这些问题。休息一阵后，再回来谈这些问题，带着建议，正确思考话语继续对话。

我们的目标是帮助孩子正确的思考，这是需要花时间的。可以提这样的问题作为开始 如“你为什么认为这是不公平的？”或者“告诉我如何可以处理得有些不同？当你试着帮助他们对自己用健康积极的话语来取代谎言和不成熟，你的坚持将会获得好的结果，”

和你的孩子讨论似乎与你管教和训练相矛盾。毕竟，孩子们需要学会顺服，即便没有对话，学会尊重权威而不是不断地挑战它。即使在这本书中我们谈论过教导孩子们如何“顺服第一，然后我们再讨论”的方式来解决诸如发牢骚和抱怨等问题。这些方法强调孩子们需要回应权威，放弃自己的打算，并学习合作。我们鼓励你继续用到这些技巧，因为他们能教给孩子关于生活的宝贵功课，但不要就此止步。

对话可以帮助你了解你的孩子,这样你就会知道要强调什么以及如何有效地教导他们。越年长的孩子,越有必要在教导过程使用对话。不幸的是,当孩子长到十几岁后,很难发起与他们的交谈。青少年可能对你想说的不感兴趣。在这种情况下,您需要寻找可交谈主题。他们可能开始对你或其他孩子有一个简单的观察。父母要为意想不到的讨论作好准备,这样能够很好的利用那些可教导的时刻。

认真聆听你的孩子可以帮助确定导致他们糟糕的态度的错误想法是什么。十岁的杰里米可能有什么隐藏的信念?当你要他洗碗的时候,他会发牢骚和抱怨。也许他认为,“家务活打断了我的生活。”如果照此想法,可能揭示他的一个信念,“所有的工作都是困难和不愉快的,我必须尽量避免它。”而积极的工作态度来自一些新的观念,如“工作是必要的,能给我和他人带来好处”或“我对家庭生活的贡献是表明对我所拥有的感激之情。

传达正确思考观念的经文

关于努力工作的价值:箴言书6: 6—9和14: 23

管教的價值: 箴言书12: 1

听从教导的价值: 箴言1: 8—9和4: 1

谦卑的价值: 箴言18: 12

顺服的价值: 以弗所书6: 1—2

善待那些得罪你的人的价值: 罗马书12: 18—21

知足的价值: 提摩太前书6: 6

站在神的角度来看待有过犯的人的价值 马太福音5: 39—45

给人带来和平而不是冲突的价值: 马太福音5: 9

爱心接待的价值: 希伯来书13: 2

控制怒气的价值: 雅各书1: 20

当爸爸看到的八岁克里斯蒂娜,连续三天穿着同样的脏衬衫,他可能纠正她,要她去换干净衣服。克里斯蒂娜却因这事在她的房间抱怨,这种反应是一个坏的态度,可能反映了她这样一种观念,“我自己能够决定我想穿什么”。如果按这个推论,克里斯蒂娜会坚持这个

想法,“纠正是一种人身攻击,所以我必须不惜一切代价保护自己”。克里斯蒂娜需要对自己说不同的话,“我爸爸看到我没有看到的東西。我需要听从他,试着理解他为什么这么说。”

当七岁的安东尼被告知他不能去朋友家,除非他拾起在客厅里的玩具,他对妈妈说了些很不礼貌的话,这表明他有一个糟糕的态度。这种态度可能源于他的信念,“一个整洁的客厅并不重要”,或者更糟的是,“妈妈就是自私,因为她想让我来打扫客厅。”安东尼需要学习对妈妈的教导持积极的态度。他可以对自己说,“我可以灵活一点,等一会儿再去”或“不能因为我不喜欢妈妈的要求就意味着我可以对妈妈不客气。”

孩子持有一些很重要的观点和信仰,要改变他们需要大量的对话,还有父母的体恤,耐心,和爱。首先,在冒犯和管教之间可以选择稍长的时间休息,这样你有时间去弄清楚到底发生了什么,想想孩子可能有的错误的信念,然后再制定一个智慧的计划。

记住若父母强力压制,孩子也许会改变行为,但却没有很好的改变他们内心的想法。反之应学会用创造性和一致性的方法来影响孩子的思考问题的方式。当他们失望的时候你可以要他们写下积极的事情,甚至大声读那些积极的想法来改变消极的想法。希伯来书4:12说,神的道能“将心中的思念和主意都能辨明。”教你的孩子读圣经中的经文是一股强大的改变力量和战略选择。背圣经中的经文,为你的孩子特别的态度来祷告。你也可以将与态度有关的海报张贴在家里或制作成小的提醒卡片来鼓励孩子正确的思考。要注意影响你孩子的朋友,媒体和活动,父母要意识到态度更多是被影响,远胜过教导。记住,上帝感兴趣的是孩子的心,他能与你一道帮助你的孩子培养对生活敬虔的态度。

对父母的检验

这里请父母停下来想一想,你不好的态度是什么?如果这一章是成功的,你将开始看到一些你自己的态度的改变。评估你自己的心。问问自己什么事情引发你态度不好。当你女儿生气撅嘴或你儿子抱怨时,你是如何应对的?你的愤怒的语气可能就是一个糟糕的态度的暗示。也许你的信念也是类似的,“我根本没有叫他做太多,他太没有感恩的心了。”由此你也可以有这样的信念,“我儿子的坏态度使得我的生活变得更加困难。我讨厌他总是抵挡我。”你可能已经用糟糕的态度培养出一种糟糕的态度。这时你需要的是调整自己的态度。

当你看到一个坏的态度你应当如何来回应?这样想怎么样:“哦,好,我得到一个如何影响我儿子的心方法了。看起来他有一些错误的思想需要解决。我需要思考一下,弄清楚到底是怎么回事。”

如果你的孩子感激你的纠正, 指导, 和限制, 你的亲子教育工作当然容易很多, 不是吗?一位母亲说, “只有一次我听到我女儿谢谢我让她打扫她的房间。”不幸的是, 它通常不会总这样。如果能这样, 孩子们会学得更快, 你会少很多的工作和沮丧, 但抚养孩子不是那么容易。即使所罗门自己必须承认这个问题, 因为他在《箴言》里面25次以上他提醒孩子和年轻人要听从教导, 责备和警告。

预计到有阻力, 这是亲子教育工作的一部分。在这样的日子里了解到相关的事情, 不要带着愤怒。一个坏的态度需要解决, 但不要带着愤怒。有时孩子们最需要纠正的地方往往会遇到最大的阻力。将怨言或撅嘴当作一个信号, 用这样的时机来纠正孩子一些错误的思想, 给你的孩子一个全新的视角来认识问题。

所以, 这样能起到作用吗?当你想到坏的态度时, 你的坏态度改变了吗?我们希望如此。你改变自己的态度不仅你看到变化的过程, 它也会改善你与孩子的关系。

我该如何做?

帮助孩子改变坏态度并不容易, 需要花时间和做计划来训练孩子正确的思考。当你看到孩子的行为, 行为就表明一个态度的问题, 你需要考虑当时的情形并尽力去想想如何最好地引导你的孩子向健康的模式方向发展。以下几种方法帮助你纠正导致孩子糟糕态度的错误思想。

1、帮助孩子用健康的方法来表达自己

对于大多数孩子来说自我认识程度不高。如果孩子甚至不知道自己的想法和感受, 要他们调整错误的思想是很难的。当然, 有些孩子比其他人更难认识自己。如果你问他们, “你在想什么?” “他们可能不知道。事实上, “我不知道” 和 “没什么” 是两个儿童常见的答案。

妈妈: “你今天好吗?”

儿子: “我不知道。”

M妈妈: “你今天做了什么事?”

儿子: “什么也没做。”

妈妈: “今天在学校做了开心的事吗?”

儿子：“我不知道。”

妈妈：“你今天学到什么？”

儿子：“什么也没有学到”

妈妈：“晚餐你想吃什么？”

儿子：“我不知道。”

当你听到这些答案,不要继续下去。相反,寻找方法来吸引孩子。“今天告诉我一个关于学校的故事。了解他们所经历的感觉,如“这听起来令人沮丧,”或“我敢打赌,让你感觉非常好。”这些评论可以帮助孩子认识感觉,促成他们对态度的认识。

当幼儿和学龄前儿童学习如何说话时候,你要帮助他们沟通他们想要的东西。你可以对你两岁的孩子说,“你想要球吗?不要尖叫。说,‘请给我球。’你教他们用言语表达他们所想的。同样的,大一点的孩子可能没有情感词汇来传达他们所相信的或感觉的。你可以通过谈谈不同的信仰并引出里面所包含的意思来帮助他们。你可以对你九岁的孩子说,“我通过你的语气判断你不高兴。听起来你论文认为我的回答是不公平的,你感到沮丧,是这样吗?让我们来谈谈这个问题而不是彼此恶待对方。”

2. 寻找导致孩子坏态度的影响因素

一个爸爸说:“我意识到,我的儿子玩电脑游戏的这一段时间对我的态度很不好。当我取消游戏代之以家庭阅读的时候,我看到他态度上的改善。”在你的家庭,你也许不必选择取消电脑游戏,但你可能需要和你的孩子谈谈你的观察,看看他们是否可以做出适当的调整。但是,如果他们不能处理好一个特殊的朋友,优先权,或某种类型的娱乐,那么他们可能需要一段时间失去它直到自己变得更加成熟。

3.直接挑战坏态度

一位母亲告诉我们,“我的儿子对我说话的态度很可怕,他说:“你没有权利管教我。”在我弄清发生了什么之前这种态度持续了好几个星期。他要我走出他的房间,他反对我对他的教导和指正。我犯了一个错误,与他争吵。到最后我认识到所发生的事,然后我们坐下来谈论我作为父母的角色。他不喜欢我所说的,但我仍然花时间聆听他说的。我们的谈话对双方很有启发。甚至有一些有趣的笑点。我现在回头看看,那天我们讨论了所有的不同。

我可以确定他的错误想法和并坦率的同他讲,我真希望我能早点这样做。”这种直接对话能帮助孩子看到不好的态度是一个问题,他们需要做出改变。

4.教导孩子用更好的方式来回应

与其只关注负面的态度,不如教孩子如何展示一个积极的态度。当他们得到一个他们不愿听到的指令时,孩子们该如何回应?“好”是一个很好的起点。当你纠正孩子的时候,孩子该如何回应?“对不起”或“我错了”。“当她对父母否定的回答很失望的时候,孩子该如何回应?“也许下一次。”这些反应可以改变一个孩子对指导,纠正,或失望的思考方式。

5.肯定孩子的进步

有时候孩子的改变需要很长的时间,当孩子反应良好的时候,你准备好了说,“是时候了!”“抵制诱惑并肯定孩子的进步。当你看到一个积极的态度要提出来。一个爸爸说:“我们能做的最好的事情就是帮助我们15岁的女儿阿曼达改变她的态度。当我看到她用积极的方式回答我,当她致力于对话,微笑,说好吧,道歉,或者只是做了我所要求的。”我们会肯定她的进步并鼓励她继续朝着正确的方向前进。

你也许会很惊讶这种方法的果效。在花了数个月的时间帮助儿子处理纠正错误回应态度后,孩子的妈妈警告她的儿子又走在一个消极的路上。“我走进他的房间,告诉他我所看到的,他的回答让我震惊,无话可说。他说:“好的,妈妈,谢谢你,我会注意这个问题的。”我很高兴,惊讶和感恩之余,我们双方对此觉得很有趣。”这妈妈肯定了她儿子的积极回应,并进一步鼓励他处理好他的态度。

6.帮助孩子看到发生了什么

确定孩子有想法上的错误需要改变,对于陷入糟糕态度的孩子来说要有一个新的启示。他们可能只是从情感层面上来回应当时的情形,你可以作为一个客观的旁观者给孩子提供你的看见。

我们也要认识到,并不是所有的坏态度都来自错误的想法。例如,孩子与她的朋友争吵了,却拿她的妹妹出气,有时可能会些情感崩溃。当我们承受了很大的压力,对特定关系或感觉受到伤害情况下,我们有时会把气出在别人身上。同样的方式,汽车需要油来装满他们的

油箱, 人们需要给手机充电, 我们人经常需要给我们的情感加油, 情感电池充电。去哪里给你的情绪充电呢? 最好的地方是神那里。教导孩子这实际上意味着什么。独处, 祷告, 读圣经, 想想需要感恩的事, 你可以做很多的事情来改变你的态度。即使态度问题可能源于强烈的情感反应, 至少解决方案的一部分是学习如何正确地思考。

十六岁的梅兰妮从学校回来带着一个很明显的态度问题。她对着弟弟大喊, 抱怨妈妈要她捡起在客厅里的东西, 一直显得很沮丧和愤怒。大约一个小时后, 梅兰妮走进厨房问晚餐准备好了没有。妈妈选择这个时间, 观察到她所看到的一切并开始与梅兰妮对话。“梅兰妮, 看来你有心事, 发生什么事了?”

“我很好。你是什么意思?”

“好像你从学校回家后就很生气。你与马克有短暂的争执, 抱怨我要你做清理。在学校发生了什么事呢?”

“好吧, 明天我们有一组项目要做, 其它同学根本不帮忙, 但我想拉上他们一起做, 这样我们可以得到一个好成绩。”

“哦哇。这真是令人沮丧。”

“我累了, 最近几个晚上我都有熬夜, 真的需要得到一些睡眠。这个周末有我的音乐独奏会, 我需要花更多的时间练习”。

“我明白你为什么沮丧, 很多事情都集中在同一时间, 我可以想象你可能会感到有些崩溃了。”

“是啊, 事情太多了。”

“听起来接下来的几天里你需要很努力工作, 更多的睡眠, 还有整个周末也没得空了。”

“嗯, 我猜你是对的。”

“有时候当人们感到有些情绪崩溃, 他们想象陷入其中, 永远不会解脱。在经历几次后, 你要开始告诉自己, 这种压力会过去的, 你知道我的意思吗?”

“是的, 我想我知道。”

“上帝教导我们在压力下如何面对各种各样的事情。您可以向他祷告, 请求他赐给你力量和智慧度过这几天。”

“好吧”

“我知道你心里有很多的事，但我希望，你要想想自己是如何对待家人的。你可能会感到很有压力，但我不认为因此有理由伤害家人，请你考虑考虑？”

“好吧。”

梅兰妮的妈妈很认同她的感受，然后试图给她一个愿景，鼓励她将问题交给上帝而不是把它发泄在家人身上。作为成年人，我们知道，以一个积极的态度面对生活的要求需要建立对上帝的信任，而不是专注于所在的环境。在孩子年轻的时候，我们就可以帮助他们发展这样特定的心态。

当态度变成情绪

情绪在某些方面与态度有些类似，但了解它们之间的差异帮助我们知道如何回应。情绪持续的时间更长，通常有一个较低的强度水平，触及的范围也更广些。坏心情通常意义讲是不满，绝望，愤怒，抑郁或焦虑。一个问题的引起可能就是从负面情绪开始，似乎遗忘了很久，现在一切看起来很灰暗，你也许明白你落入到情绪的当中，但是即使这件事情过去了，你看起来仍然无法完全恢复过来。

一个焦虑的情绪认为所有的事件都是一个潜在的威胁。愤怒的情绪对一些主要存在的过错夸大了气恼和挫折。抑郁的情绪则是感到一切都很无聊，没有意义。。坏心情能涉及的范围很广，看一切事情都是很负面的。“我不喜欢这些食物，没有什么电视好看，我无事可干，这些衣服糟糕透顶。”一个心情不好的孩子似乎有意向身边的任何一个人撒气。

如果不尽早处理，坏心情可以发展成一种生活方式。一位母亲说，“这就是我七岁的儿子每天的生活，就像生活在持续的经前综合症里面一样”我们知道性格情绪悲观的成年人，是一种很可悲的生活方式。

陷入坏心情的孩子可能需要更多的帮助。每个人都是不同的，重要的是了解什么样的建议对你的孩子可能奏效。孩子能通过改变习惯来克服坏心情，参与不同的活动，邀请朋友一起玩。有些孩子也可借着服务别人，看到他们脸上的笑容来改变心情。另外的孩子可能需要出去耙树叶或扫走，而不是只是坐在卧室里，有些孩子可能需要休息或管教来克服他们的自私。

情绪相比于态度挑战更大，因为它们没有特定的事件，问题或人来作为焦点。陷入心情不好的关键是生活变得很自我为中心，解决方法是超越自我。坏情绪揭示人自私的一面，甚少关心他人，而且还喜欢攻击别人。

有一位妈妈说到，“当我四岁的女儿陷入脾气暴躁的情绪中时，我把它作为一个挑战，尝试帮助她感觉更好，我拉着她，摇动着或只是依偎在沙发上。有时候我们玩挠痒游戏或一起做饼干。然而有时我在做我的工作，当她似乎有意的暴躁起来，我会对她说，世界上有两种人，快乐的人和悲伤的人。你看起来好象要伤心一段时间，所以我也无能为力。你什么时候感觉好些了让我知道，这样我们可以彼此享受快乐时光。她可能要花一些时间独处但最终会回来，一切更好了。”这位母亲认为她可以做很多的事情来帮助，但最终的改变取决于她女儿自己。

父母有心情不好的时候吗？当然有，他们也是人。我们都会有感到抑郁，易怒和沮丧的时候。目标是将负面情绪对人际关系的影响降到最小。花时间与你的孩子分享你的感觉，你可以教他们很多的方法如何处理生活中情感的跌宕起伏。

对于儿童和成人来说，有些情绪比别人持续的时间更长。有时，这类情绪需要有意识的作些工作以发展成为一种新的思考。当然，真正的心的改变来自于更深的与主同行。腓利比书2章是圣经里关于态度的很有帮助的经文，因此它是以耶稣为例，腓利比书2: 3—5 是很适合孩子背诵的经文：

2:3 凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀，只要存心谦卑，各人看别人比自己强。

2:4 各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。

2:5 你们当以基督耶稣的心为心。

陷入坏情绪的人必须做一个意志上的决定来改变。作为父母，我们的评判能帮助孩子正确的思考，并推动他们朝向积极正面的情绪。许多人期望感觉在行动之先，但是要走出负面情绪，却需要行动在前。鼓励孩子祷告，然后迈出一小步积极的改变。微笑，一句良言或者一个积极的行动似乎做起来有些困难，需要对神有信心并使用这些步骤来改变他们的感觉。你给与孩子的建议能帮助他们学习如何在成长道路上因着对上帝的信任走出负面情绪。

这些比我能想的更复杂

父母可能认为他们看到的孩子的消极态度只是孩子成长中的一个阶段，长大后自然消失。很不幸的是，这种坏态度不但不会自然消失，孩子真正就会成长为这个样子。如果不解决这个问题，这些自私的习惯将会变得更加根深蒂固。态度调整不仅仅是改变行为，这意味着寻找我们里面的自我，并调整我们所想的和所感觉的。

圣经在罗马书12:2说，我们要“心意更新而变化。”哥罗西书3：1—2讲到我们的心思意念要“思念上面的事，不要思念地上的事。”态度是由人的思维模式决定的。我们所受的教育，培训和做决定的能力需要来改变它们。不过，仅仅只靠人的努力是不够的。上帝是能改变我们的心，调整我们的态度的那一位，要有信心与他同行。学习在还没有看到的好处的时候就来信任上帝。作为父母，你要成为在孩子生活中的帮助，对其拟定战略影响，帮助孩子理解新的思考方式及如何选择更虔诚的态度。

这并不容易。你需要成为一个侦探，观察孩子坏态度，寻找模式，解决谜题。你可能需要限制你孩子花在与朋友在一起的时间，增加孩子睡眠的时间，减少看电视的时间，或更多的建立与孩子深入的对话。

一个母亲告诉我她六岁的儿子从学校回到家里几乎每天都很生气。“当我看到这样一个模式，我开始问一些问题。我发现他在学校过得很艰难。学习有困难，功课对他来说不容易。没有纪律的问题，看起来与同学相处得也不错，但是学习是一个挑战。我意识到我的儿子需要我帮助他有些放松。当他从学校回来的时候。他回家后我不是给他列家务活清单或要他做家庭作业，而是花一些时间来安抚和照顾他。我会让他吃点点心，给他读故事，有时只是拥抱他一下。这成为我们之间特殊的时光，并帮助他改变回家的态度。”

作为父母，你要对孩子所需要的非常敏感。有时候一个安慰的拥抱可以教导他们如何得到来自上帝自己的安慰。在其它的时候，这也是一个很坚定的回应帮助孩子正确的思考生活。谚语说：“你可以抱怨因为玫瑰有刺，你也可以欢喜因为荆棘玫瑰。”这就关乎看问题的角度不同。当你耐心的工作，帮助孩子建立一个积极的心态，这是你送给他们将会持续受益一生的礼物。

本章观点总结

当你看见...

...一个孩子的坏态度，不要忽视或为他们找借口。你的孩子可能用这些方式在表明他们的态度：生气的语调，手势，身体语言，工作不完成，难听的话或者简单的就是放弃。

建立新常规

...认识到态度由三个要素组成，每一个要素都是重要的。行为是一个信号，帮助看到孩子的问题并知道需要改变的目标在哪。情绪帮助你什么时候是正确的。思想上的错误则告诉你什么是需要解决的问题。

因为...

态度是孩子心灵的窗户。如果你帮助孩子学会调整态度，当他们长大后，将帮助他们装备必要的技能来发展健康的态度应对生活的挑战和挣扎。从小学习好的态度，在成长过程中也更易以好的态度建立与上帝的关系。

进一步讨论的问题

1. 想想那个时间，你对某事的态度改变了是因为你从某些事情中学到了很多（如运动，食物，一个政治家，一个组织）。正确的思维和良好的态度之间的联系是什么，需要父母对孩子在这方面做什么工作吗？
2. 尽管需要花一些时间，你有哪些方法可以帮助孩子发展一个积极的态度，如吃蔬菜，清洁自己的房间，或努力做家庭作业？
3. 在培养良好态度的过程中有哪些困难或不愉快的事情？你對自己说什么来保持良好的态度？

进深时间

1. 读但以理书3：19，为什么王的态度改变了，与对孩子的态度有什么样的类似？
2. 读腓利比书2：5，想想耶稣的经历，列出几条耶稣对生活的态度。
3. 读罗马书12：2，大部分谈论积极的态度是从我们的文化中按人的角度表明，如果人们有一个成功的态度他就可以实现很伟大的事情，来源于人文主义的好态度与来自于神圣的源头的好态度，它们之间的区别在什么地方？
4. 读以弗所书4：22—24，引用这两个短语“脱下”和“穿上”，你希望你的家庭发展出一个什么样的新的态度？

家庭作业

从厨房，浴室，车库和户外收集几种温度计，以及任何设备的恒温器。同你的孩子讨论一下温度计和恒温器的区别。一种温度是由环境来控制，另外一种则是由人来设置温度，讨论下面的问题：

1. 当你走进房间的时候，作为孩子或家长如何设置好情感温度？
2. 当一个家庭的气氛是多云或暴风雨时，你能做什么来带来愉快的天气情况吗？
3. 你会给家庭生活带来积极或消极的天气吗？
4. 如何让自己更像一个恒温计而不只是一个温度计？

各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。

腓利比书2：4

7

“他们真的很烦人”

约束：训练孩子的自制力

亲爱的史葛和乔安，

我的儿子格雷戈里真是让人烦心，有时看到他走过来就有让人烦的感觉，我知道这听起来有些不可思议，但是当他激怒我的时候，我很难与他相处。他不是敲敲打打，打嗝，发出其它噪音，就是不停的说话，说话，说话，或在房子周围不停的跑动。他并不挑衅别人，当你要他不要动了，他就会停下来一会儿，问题是不到五分钟，他又会来烦我。

去年，我和丈夫决定尝试一些新的方法。我们用到你所讲到的一些办法，并制定了一个训练计划。我们看到他需要更认识自己，他周围的环境以及必要的自我控制来管理他的行为。

现在我们对整个问题已有不同的看法。不再是生气，大喊大叫，而是专心按训练计划去行。一旦他又开始，我们按计划来帮助格雷戈里培养敏感性和自我控制。你简直不敢相信这对一个家庭是多大的帮助。当格雷戈里出现令人讨厌的行为，我变得更加的宽容而不是生他的气，训练他更加的自律。我很惊讶当我与孩子一起工作时，给我带来的正面的影响。谢谢你。

——来自马萨诸塞州韦尔斯利的凯莉

这些行为听起来很熟悉：发出很大的噪音，敲打，踢，没有没了的问问题，嘴里发出沉重的呼吸声，发出咋哒声，打嗝，咕哝、或尖叫？或不断的打断你的谈话或你正在做的工作？

一些孩子似乎天生有能力掌握社会基本的生活方式：什么时候要退出来，什么时候需要安静，什么时候让别人单独呆着。然而，大多数的孩子似乎无视他人的感受，不断的纠缠，说话不思考，愚蠢的推推搡搡，东抓西抓，戏弄别人，开玩笑等。

如果你的孩子有了以上这些表现，这一章的内容就是为你准备的。这一章会讲到当你教导孩子学习自控和对他人感受敏感的时候，你将学习到如何处理自己的情绪。

对付孩子烦人的行为不像管教蔑视的态度或教孩子听从指令。当孩子冲动时，他并不能通过选择不同的东西来得到改变。在许多情况下，孩子并没有意识到他让人烦，也不知道什么行为更适宜。此外，这些模式常常来自习惯并且已经形成很久了。当然这些理由并不是不当行为的借口，但却进一步说明，面对这方面的问题需要父母和孩子双方的努力才能改变。

在许多方面，处理孩子烦人的行为是本书中最难解决的问题。部分原因是孩子不成熟，他们还没有学会如何尽可能选择社会接纳的基本的生活方式来控制他们的行为。这些孩子不仅需要时间来成长，也需要集中精力来培养品格。

自制力和敏感性

那些有恼人行为的孩子需要具备两方面的品格：自制力和敏感性。这两方面的品格不仅孩子很小的时候能帮助到他们，随着年龄的增长还能成为他们人生成功的工具。

什么是自制力？

7岁的学龄前儿童不停的说话，十岁的哥哥喜欢言语上攻击弟弟，14岁的孩子早上不能起床都有一个共同点，缺乏自我控制能力。自我控制是限制行为的能力，而不是屈服于目前的欲望。这意味着你认识到将来的益处比你现在的冲动更重要。

自我控制对任何人来说都是一个很重要的品格，不管是成人还是孩子。我们大多数人都希望在生活中拥有更多自控力。不管是日常安静的时间，定时的锻炼，或减少使用咖啡因等方面。自控能力成为你成功的决定因素。自控能力帮助一个人拒绝诱惑，以及在困难的

情况下选择正确的行为。自控力帮助人坚持正路而不是做一些他们不应该做的事情。箴言25：28说得好：人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑，没有墙垣。自控能力使人组织自己和他人，在行动之前思考，节省金钱和时间，在一些看起来很吸引人的机会来临时仍能做出明智的选择。

一位父亲这样向儿子解释自我控制，“我说话的时候你打断我很让人恼火，就好像你用手指一遍又一遍的戳我。我很爱你，也试图忽略不计，但我感到受伤。如果你有自控能力，你就会放弃这种做法，无论什么时候想说的时候就说。这样做是爱我并照顾到我们的关系。自我控制意味着选择停下你自己所想要的，而对别人的需要更加敏感。”

有些孩子天生具有自我控制能力和相关组织能力。大多数孩子却是自由，自发和随意，自制力对他们来说太遥远。当然考虑孩子的个性很重要，但是这并不是激怒别人的借口。品格和个性是两码事，个性提供了一个人独一无二的特质，使得人与人能区别开来。品格却加上了约束，使人的生命更丰盛，为个性添加魅力。品格为孩子的个性提供了必要的工具来取得成功。

教导孩子自制力的经文

箴言25：28：人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑，没有墙垣。

箴言29：11：愚妄人怒气全发，智慧人忍气含怒。

帖前5：6：所以，我们不要睡觉，像别人一样，总要警醒谨守。

提多书2：6：又劝少年人要谨守。

彼得前书5：8：务要谨守、警醒，因为你们的仇敌魔鬼，如同吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人。

培养孩子敏感性的经文

以弗所书4：29：污秽的言语，一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。

腓利比书2：4：每逢为你们众人祈求的时候，常是欢欢喜喜地祈求。

罗马书12：15：与喜乐的人要同乐，与哀哭的人要同哭。

哥林多前书13：4：爱是恒久忍耐，又有恩慈；

帖前5：11：所以，你们该彼此劝慰，互相建立，正如你们素常所行的。

什么是敏感性？

孩子做出令人讨厌的行为常常是缺乏敏感性，通常看不到别人的需要。敏感性是对自我意识和周围环境的认识。一个敏感的人通过表情或走路的方式就能辨别朋友是不是很伤心。敏感性也能帮助一个人在陷入麻烦之前看到问题所在，这样可以采取措施防止更大的问题。

孩子需要敏感性不仅用来检查自己的行为，而且能辨别什么时候别人受了伤害也许需要照顾。敏感性能帮助孩子问这样的问题：“我的行为是如何影响他人的？”或“其它人的感觉怎么样，我能做些什么来帮助他们呢？”

一些孩子过于敏感。他们对周围各样的暗示非常敏感，有时会夸大这方面的作用。这些孩子在敏感性方面有巨大的恩赐，但可能需要降低他们解释这些暗示的方式。无论妈妈用什么方式看着他，达斯汀都可能会哭。克里斯塔可能向别人解释她朋友为什么傻笑，因为人们嘲笑她。这些孩子错误的使用了敏感这个良好的品格，需要帮助他们了解如何适当的使用它。

很不幸的是，一些孩子却走向另一个极端。这些孩子听不到低声的提醒，往往需要很大声才能达到效果。父母感到很尴尬，因为孩子需要纠正的时候，场合令人尴尬。父母可能会说：“她应该知道得更多了”或“我不应该说很多次。”是的，这是正确的，但是对于这样或那样的原因有些孩子就是不明白。一位父亲说：“我看我哥哥的孩子，他们很有礼貌的，很亲切的。在打扰别人之前会等待，当感到别人有些生气的时候会做出改变。我的儿子却好象看不到这些周围的提示，好像他在被造前少接了一根连接线，不知道怎样做才不打扰别人。

好消息是，敏感性是可以训练得到的，你可能会有很多机会来教孩子。有一位妈妈告诉我们：“我试图向我六岁的儿子解释敏感性，他喜欢不断的在房子周围跑。他跑进来发出象警笛一样的声音，或者脱口而出问一个问题，不会考虑到房间里有什么事情发生。我用过一张图片来帮助他明白，图片显示门开着，雪和风吹进了厨房。我告诉他，“这张图片表达了我的感觉，当你冲进房间没有想想我或我在做什么的时候。我希望你再试一次，走进

房间象阳光照进来了。”他想了想觉得很有趣，但是需要有些提醒。每次他冲进房间没有任何顾忌时，我就会抖动一下，呃……，然后，他明白了这个信息。

另外一个妈妈试图帮助她的儿子，他很早起床，发出很大的噪音。她同儿子一起分享箴言27：14：“清晨起来，大声给朋友祝福的，就算是咒诅他。”然后解释说，敏感性意味着考虑我们的行为对别人会有什么样的影响。一旦你有了一个计划，你将能帮助你的孩子培养成长道路中必要的品格，这种品格不仅注意自己的情绪和行动，也能敏感知道其它人的需要。

帮助孩子建立栅栏

那些有烦人行为的孩子需要父母为主多加管束，管控程度比一般的孩子要强。当你帮助一个孩子安静下来，或者请别人做相关的工作，你就是在管束孩子了。当然，我们的目标是帮助孩子实现自我控制。当一个孩子缺乏自控力，父母必须介入，提供必要的管束以弥补不足。大多数情况下，越小的孩子需要越多的大人的管束。随着年龄的增长，他们要自己接管“控制”自己的工作。以父母为主的管控变少表明孩子自我控制能力在发展。很显然，有些孩子比其他的孩子需要更多的帮助来适应这种转变。

身为父母你用什么方法来鼓励培养孩子的自我控制力和敏感性？一些家长的方法是不断的提醒，唠叨。他们的这种方法实际是鼓励孩子在学习整洁，冷静和友善等许多其它的品格方面依赖自己的爸爸妈妈。做完家庭作业是谁的工作，是你的还是孩子的？你如何回答这个问题就表明你是在促进以父母为中心的管束还是训练孩子自己的自控力。作为父母，我们的目标是增加孩子监督和管理自己生活的能力。我们做一些准备，但是我们希望孩子来接管这项工作。我们希望他们学会做出明智的选择和管理他们自己的行为。

通过设立界限，管教和教导，你提供给你的孩子所需要的“栅栏”。一个不应该超过的边界。你房子周围的栅栏告诉邻居你的边界在哪里，帮助孩子和动物知道他们的活动范围。社会关系于孩子也是如此。孩子们需要知道社会行为的界限在哪里，何时停止之前让人恼火的行为。那些让人烦的孩子习惯跳过围栏，好像走到属于邻居的地方，踩踏花园，撞倒庭院里面的家具，难怪会引起别人的沮丧和愤怒。

有这类行为问题的孩子需要父母参与到他们日常的生活中来。学习社会关系的界限可能很复杂。打断朋友或兄弟姐妹这种可接受的方式与中断学校的老师与教堂的牧师讲课或

讲道是完全不同的。取笑别人要有限制，知道什么时候要终止愚蠢和傻气的事并不总是很容易确定。父母需要在这些时候介入其中帮助孩子们发展建立社会关系所需要的界限。

一位父亲告诉我们，“这太令人沮丧了，我的儿子如果不制造一点冲突似乎不能吃完一顿饭或走到车里面去。我甚至不敢离开房间，因为我知道他总会弄点事情出来。”这个男孩需要更严格的限制和监督。其它有些孩子在家里能学会如何适宜回应，但是在外面与其它人打交道却完全失控了。老师或其它的人可能会报告你孩子的问题，这个问题可能是不曾经历到的。无论问题如何呈现，你需要新的和创造性的方案来帮助孩子保持健康社会交往所需要的社会互动。

父母管束的最终目标是鼓励孩子学会自我控制。不要害怕给孩子制定强而有力的界限。有一段时间他们需要外部的管束以发展出内在的纪律。孩子学会在你为关系所建立的界限和指导下生活后，你可以逐步放松一点你所筑的栅栏，允许孩子依靠他们自己的围栏，这就是你训练之后所发展出来的结果。你在这段时间所做的工作将给他带来持续一生的益处，同时随着年龄的增长，他们有了一个抵御诱惑的工具。

制定一个计划

重要的是记住，这一章我们不是在谈论孩子故意无视或蔑视周围环境。大多数孩子并不是想用这些方法来惹恼父母。就这点来说常常很难说服父母接受这个事实；一些父母相信孩子是故意折磨他们，然后他们采取严厉的或越来越强硬的后果迫使他们改变。这种方法让孩子很难受却无助于他们朝更积极的方向发展。我们发现冲动的普遍原因是缺乏对社会的基本认识，使得孩子这方面的性格弱点很明显，父母必须要帮助他们解决。

你怎么区分是蔑视还是冲动？有时很模糊，但最大的因素与自我意识有关。孩子表现出讨厌的行为往往不知道自己在做什么或有不适当的社会行为。孩子做烦人的事情至少有三个原因：有些孩子在寻求关注，令人讨厌的行为得到他们想要的。其他孩子是因一种紧张的习惯如卷曲自己的头发，敲打东西，或用嘴发出不同的噪声。还有一些孩子试图参与一些关系却但缺乏必要的社会常识来取得成功。

不管什么原因，你需要一个“讨厌的行为计划”，以帮助孩子培养自我控制的能力和敏感性。我们用了四个方法来帮助你构建孩子成长过程中需要的栅栏。当你使用这些方法，

你将帮助孩子发展出生活领域成功所需要内在的界限。当你感到怒气上升，将它当作一个信号，而不是解决方案。愤怒告诉你孩子烦人的行为到了要改变这种模式的时候了。

方法1：提高认识水平

很多的时候父母没有认清问题之所在，他们只是生气。意识到烦恼的感觉是很重要的，表明是时候弄清楚到底发生了什么事情。有的时候父母在帮助孩子之前要更多的认清问题本身。

了解情况的一种方法是花点时间以日志的方式记录孩子烦人的行为，具体是什么行为让你恼火。将问题分割成易处理的几块，这样会让你更客观的面对孩子的问题。在你开始采取行动之前，尽可能多的收集信息。

例如，你可能会很沮丧，当你的孩子开始一些烦人行为的时候。这个时候不要大声责骂，把这种情绪当作一个信号，打开日志，写下细节情况。问题是什么时候发生的？这些烦人行为出现在哪里？在公共场合？在餐桌上吗？尽可能具体些。如不能马上在日志上写下来，过后也要快速的记录一下，你的观察越仔细，你的计划也越具体。很快，孩子的行为模式从你的记录当中呼之欲出，你会更清楚的看到接下来要发生什么。

温和的指出来

当你提高了自己的认识水平，提高了孩子的意识水平后，每次都花些时间温和的讲出你所看到的：“凯文，这就是我所讲到的自我控制的问题，你又陷入到这个问题当中了。”你的目标是帮助孩子看到你正在讲的问题。

提高意识水平的一个方法是发展出一个非语言信号如伸出手指，拍拍肩膀，或扬扬眉毛提示孩子又进入到这种情形当中。事先与孩子达成一致的信号，通过这种讨论沟通，建立起与孩子的教练关系。如果孩子要有回应并且想改变，这些非语言信号是非常有益的。有时候，这个阶段就是所需要的。不久，凯文就会对自己说，“我进入危险区域了，”，他自己就会采取纠正措施。

另一方面，如果孩子对非语言信号不积极回应，那么可能需要让孩子休息一会儿才能继续。通过这种方式，你从一个微妙的暗示，像举起手指到很明显的动作，让孩子在客厅里面坐着。这种进展是告诉孩子们，如果他们能回应温和的信息就不需要采取更大的步骤。

毕竟，这意味着对社交场合要敏感。敏感的人会停止说话，当她意识到对方已厌倦谈话了。敏感的员工知道在老板不感到过份之前何时当结束对话，。通过使用无声的信号帮助儿童学会应对非语言的暗示,使她们在压力下变得对微妙关系的信号更敏感。另外一种提高意识水平的方式是我们所说的“观察和运行”技巧。你不需要孩子每犯个错误都同他有冲突，有时就是温和的观察，帮助孩子看到他们消极的模式。使用“观察和运行”技巧，对他们的行为进行评论，然后一切照常，不要等待甚至不要要求有回应。“这就是我跟你讲到的愚昧。或你也许想想从你嘴里发出的噪音，或你看到你不断敲打对妹妹的影响吗？”孩子也许会对此有回应，但是不必进行争论，甚至谈话，除非你相信这样做会富有成效。继续你自己的工作，让你的观察能深入他的心就够了(孩子们思考观察你比你想象的长得多!)

这种“观察和运行”技巧会特别的有用，当你着手解决孩子需要改变的新的行为问题的时候。提高孩子的意识水平要温和的去进行，用教练的态度。这种方式让孩子看到自身的问题，而无需去处理后果。

烦人的行为还是挑衅行为？

在实行计划的头几天或一周，不要给孩子很严厉的后果。这样做可能会适得其反。你不能惩罚一个想不起数学原理的孩子或无法系鞋带的孩子，为什么？因为孩子不需惩罚，他需要训练。以类似的方式，如果用更大的后果来对付孩子烦人的行为常会导致孩子充满了挫折和内疚的感觉。

一位爸爸告诉我们，“我会因为儿子打断我讲话而惩罚他，并想如果他继续这样做我会让他承担更大的后果。他看起来对此很懊悔，又是道歉又是承诺要改变，但是过了一阵，他又象以前一样。我不是去教导他应该用礼貌的方式来打断别人说话，而是把他撵走了，之后他很长时间都不同我说话。我知道我需要改变一下方式，严厉的方法并不奏效。”

一些父母认为，因为他们昨天对孩子说“停止争论”，那么今天争论必定是挑衅了。事实可能并非如此。一位母亲说：“我花了一段时间才认识到我儿子难以约束并不总是在挑衅大人。我开始清楚这个问题是当我管教他之后他哭起来，这不是正常的哭声，所以我问他为什么这么难过。他说，我不知道怎么了，我想做正确的事情，但是我总是忘记。我意识到我对他行为的解释太过简单，有更多事情是我还没有认识到的。当我再次着眼于训练他，我开始看到一些改变，我的儿子也因此有了希望看到他是可以改变的。”

记住，对孩子故意反抗和挑衅行为的处理是不同于烦人的行为这种问题的。父母叫他停下来后孩子仍然继续争吵这实际进入了另外一个领域，需要父母用纠正的方式来处理（我们在本书的第4章讲到过这个问题）。而烦人的行为却刚好相反，是需要按目标来给与训练的。

改变需要时间

即使你意识到一个问题，仍需要耐心才能达成解决方案。当我对孩子们谈到挑战生活的改变的时候，我喜欢给他们讲关于我的垒球生涯的故事。几年前，有两个赛季我处于教会垒球队的一垒的位置。在第一个赛季的早期，当我处于一垒的位置的时候，我很自然的把球扔回投手。有一天教练说：“嗨，特兰斯基，当你拿到这个家伙后就把它扔出去。”我能理解他所说的，当其它球队拿到球后，我看到过他们做同样的事。很不幸的是在那一局里面我没有很多的机会来练习新的动作，我忘记了。所以，想也没想，我只是把球扔回投手。教练笑着喊道，“嘿，特兰斯基，把球扔给二垒。

我立马认识到我犯了一个错误，我说，“哦，很抱歉，下一次吧。”好吧，下次来了，我太兴奋了，又把球扔回投手，但是这样做之后，我意识到我犯了同样的错误，在教练还没来得及纠正我之前，我说：“对不起，教练，我下次记得把球扔给二垒”。

不久我得到另一个机会来实践我的新动作。我仍然记得，我得到球后，准备把球仍给投手，但我完成这个动作前，我在半空中停了一下，转过身来，把球仍给二垒手。尽管花了一段时间，但我成功的做了改变。毫无疑问，我想改变，但是在我成功改变之前，我必须提高我对问题的意识水平，这样才会思考我正在做的。

对我们的孩子来说也是同样的。为了让他们做出重要的改变，他们需要认识问题是什么，他们需要看到它发生。作为父母要成为孩子的教练，为他们提供定期的反馈来提高他们的意识水平。你的态度非常重要的，你的一致性将帮助你的孩子最终获胜。

当上帝激励我们去改变的时候，他首先提高我们的认识水平，我们将其称为确信。在约翰福音16：8，耶稣说到，当他离开这个世界的时候，他将会差遣圣灵来“证实这个世界…为罪、为义、为审判”。对神的认识将使人看到他们需要改变。当你的孩子提高了意识水平，他们对自己的行为，周边的环境更加敏感。当孩子的敏感性得到成长，也能培养顺从圣灵在生活中的带领，你现在作在孩子身上的工作将对孩子属灵生命的成长有着重要的影响。

方法2：牢记品格

当你纠正孩子的烦人行为时要牢记品格。事实上，生活中其他的领域，也可以帮助你的孩子培养自控能力和敏感性，这将帮助他们在处理烦人行为时有更多的自信心。这里有一些很实用的方法教导孩子学习自控和敏感。

提供替代方法

许多家长仅用消极的行为来处理孩子烦人的行为。这是不够的。只是教孩子他们不应该作什么，如“停止敲打，”“不要纠缠，”或“不准打断别人”，这样的教导对于真正的训练是不够的。孩子需要知道他们应该怎么做。你也许会说：“莫莉，你在这儿哼唱分散了你哥哥做家庭作业的注意力，你对这些事情要敏感一些，如果你想哼，请到另外一个房间去。”

“萨沙，你不断的说话让我很累。让我们安静一段时间。”

“肖恩，你需要停止。你这样中断别人是不友善的。你可以说对不起，表明你愿意等候。”

你的反应不应该只告诉孩子什么是错误的，也应该教他们如何做是合适的。

定义你的用语

教导孩子积极主动的改变行为的另一个关键是，用你的孩子可以理解的话语来的定义这类品格。我们不建议用字典上的定义，帮助孩子用日常生活中可实行事来定义。事实上这种定义对不同的孩子会有所不同，因为品格有不同形式的做工，取决于孩子不同的个性和习惯。这里有一些定义，你可以从这里开始。

自我控制是控制自己的能力，这样爸爸妈妈不必去管束你。

自我控制意味着行动之前先思考。

自我控制是讨论问题的能力，而不是抓，推或敲打。

自我控制是限制周围有其它人的时候限制自己发出噪音。

自我控制意味着我转移到下一个目标前，专注于一件事情直到完成，。

敏感性意味着当我走进一个房间开始说话前先看一看，听一听。

敏感性意味着想一想我的行动是如何影响别人的。

敏感性意味着想想我如何能帮助到别人。

这些可行的定义是很有帮助的，因为他们将品格与实际的行为连接起来了。这不是模糊的原则，而是很实用的方式帮助孩子在生活中活出这些品格特质来。

为了帮助孩子发展一个有效的定义，你首先需要确定你的孩子在哪方面有挣扎。然后问你自己，我想让我的孩子做得有什么不同？最后，想想自控力和敏感性这些品格素质如何来适应这方面的问题，把某一类定义放在一起，然后开始使用，当你的女儿需要得到纠正的时候，让她重复这些定义。反复的重复可以帮助孩子建立正确的思维模式。

谨慎选择后果

处罚和管教之间的差异之一是动机。处罚是对犯罪的一种惩罚，而管教却是教导和学习经验。当父母饱受孩子行为之苦，他们常常罚孩子呆在房间里，拿走属于他们的特权或者用很重的愤怒的话语来教训他们。父母应着重于用后果教育他们，或建构内心的认知水平或提高自我控制的能力方面多下功夫。孩子可能需要静坐五分钟来增强练习，或离开房间几分钟回来再计划下次再行动。这里还有一些积极的建议家长可能用得上的：

“好吧，我不应立即对你发火，让我们从这种模式中走出来。我希望你也想想一些提醒的信号，这些信号提示我们又落入到同样的问题当中。让我们早点注意这些线索，这样可以早些改变。” 或者……

“这种时候你希望我如何来纠正你？你正在做的并不好，我需要有一些方法来帮助你看到，这样你可以做出一些改变。” 或者……

“这是一节关于自制力的经文，请把它制作成一张卡片张贴到一些地方，这样你每天都可以看到。” 或者……

你需要花几分钟时间写下你的问题，并作一个计划来改变。

为你的孩子寻找导师

帮助你的孩子培养品格的另外一种方法是找到其他导师来教他。所有的父母都应该感激青年工作人员，教师，辅导员和活动的带领人，他们对孩子说着同样的话，这些话也是父母尝试着要对他们孩子说的。当我的一个孩子从某个领袖那里带着新的挑战或新的看待生活的方式回家的时候，我总是感到很惊讶。有的时候，我感觉到要对他说：“多年来我一直在这样告诉你，”但是我没有这样做，只是微笑着说到：“你遇到了多么有智慧的导师啊。”

随着孩子年龄的增长，让他们在外面找一个工作是很有帮助的。尽管这会给父母/孩子的关系增加其它的问题，让孩子学会自我控制，工作是一个不错的方法。对经理或老板交待的工作负责的意识还需要逐步去灌输。在一个社区组织或本地做一些志愿者工作也有很多相似的好处，给孩子机会服务他人的同时学习服从成人的权柄之下。

孩子通过背诵经文，演奏乐器，和参与体育，戏剧，和其他课外活动来学习自控力。最重要的不是活动，而是借此来培养孩子的品格。

建立敏感性模式

敏感性增强要求不仅只是用耳朵听，还要同孩子谈谈如何聆听，如何从一个情况当中得到相关线索。我的妻子凯莉教我很多关于敏感性的事情。当我们准备装饰第一个家的时候，我们不断的去寻找一些新的创意。常常离开一个朋友的家的时候，凯莉会说，“你看到他家地毯的图案了吗，我很喜欢。”我会回答说：“什么地毯？”离开另外一家的时候，她会说：“我喜欢他们的墙纸。”我却象从未见过。一段时间之后，当我走进一个家，我会花些时间来观察细节，这之后我就能和凯莉谈一些情况了。每次我走进别人的家时，我都会学会去观察，以此来训练我对周围环境的敏感性。

孩子需要同样的培训。“你看到收银员很慌张吗？”“奶奶今天看起来很高兴。”“当你走进房间时，我很喜欢看到你哥哥脸上的笑容。”你对某种情况下情感氛围的观察能帮助孩子开始看到他自己。

非正式的讨论，讲解和阅读故事也可以鼓励自我控制能力和敏感性。一位母亲说，“当我阅读报纸或听收音机的时候，我会寻找方法来对孩子说明生活中自我控制和敏感性的重要。本周我告诉孩子们本市市长得罪了一群人的事，因为这位大人说话不假思索。我也会谈到公路上的暴怒，人们如何得意忘形，在没有自控力的时候伤害了别人。这些故事能让我想教的东西看起来更真实。

方法3：表扬他们

第三能构建和鼓励孩子建立内在界限的是父母的表扬。很多家长往往只关注孩子的错误,那么当一个孩子有一个冲动的问题,肯定是有很大!如果你要帮助孩子改变,学会确认正确的行为。父母有时吝啬给孩子赞美,直到他们的孩子变得完美。不幸的是,孩子们在到达完美之前泄气了。你可以做很多事情来鼓励你的孩子,借着改变的过程来表扬他们。

孩子需要表扬,所以当你看到孩子即便只是取得一点小进步,也应积极给予肯定。如果你这样去做,就是将希望带给孩子,帮助他们看到隧道尽头的亮光。这也能帮助他们行走在正确的方向上。找出孩子做得好的事情并指出来,让他们认识到事情过程中做得好的要点并与他们分享。

很多孩子需要循序渐进的指示来处理生活中简单的任务,比如看到别人的恼怒,或者悄悄走进房间,在说话前感知周围的情况。将你的指令分解成小块,这样你就有很多的机会来表扬孩子的进步。将每一块变成了一步,澄清实际上你的孩子需要做什么。大规模的改变是很困难的,但较小的步骤的变化似乎更易于管理和推动一个孩子朝向正确的方向。

一位母亲说,“我的儿子泰勒的问题是不知道掌握开玩笑的时机,这种愚蠢的做法让家人生气。他的爸爸和我将解决这个问题方法分成了三个部分。第一部分就是时间。我们一致认为泰勒很有趣,我们都喜欢他给家人带来幽默的能力,但我们要求他评估一下现在是否是最好的时间。接下来我们会问他玩笑开得是否合适。第三,我们会要他注意何时应该停止了。当我们的玩笑感到恼火时,我们会用一个词或者一个短语来提醒他注意这方面:“时间”,“适合”,“是时候停下来了”,当我们看到他的进步,或者偶尔做得正确,我们就会表扬他们。泰勒学会如何让他幽默行走在正确的方向上。

表扬那些有不良习惯的孩子是很难的。毕竟,一阵子的平息并不能总是让人完全释放出积极的感觉。你甚至可能会感到恐惧,不知何时又会回复到原状,你只是休整了一下又要迎来下一次的战斗。记住生活为孩子良好的品格的建构提供了培训课程,而你是这个过程中的一部分。如果有必要,额外花一些时间,帮助孩子建立成熟的愿景。专注于引导他们走向成功。赞美还有很长的路要走。

当事情进展顺利的时候,你能教导他们一些事情,而当事情很糟糕的时候,你没法教他们,不要错过能教导他们的机会。孩子们需要知道“做得好”是什么样子,感觉到成功,

鼓励他们讨上帝和父母的喜悦。当孩子们做得好的时候，你也是希望他们能乐在其中，这样他们愿意一直这样下去而不是继续那些无益的不良行为。这样的时刻你对孩子的反应将成为让孩子保持在正确轨道上的动力。

方法4：培养忍耐力

有一位母亲说到，“有孩子的优点之一是，我变得更能容忍噪音了。”当然，我们相信容忍并不是全部的答案，但这确实能帮助你选择去采取行动而不是对这样的提醒毫无反应。

容忍是在你对某事反应之前暂停你的行动。我们并不是建议你只是让事情过去，忘掉它们。相反，你需要测评一下你的反应而不是很容易爆发脾气。那些快速反应严厉教训孩子冲动性的父母将失去教导孩子的机会。他们这种以情感强度为模式的方式将会弱化与孩子的关系，并损害整个教育孩子的过程。

有些日子似乎你儿子做的每件事情都在刺激你，你就像一名警察，他每次犯规你都要吹一次哨子。这些时候，将孩子的一些错误按等级划分为1到3是很有帮助的。1代表最严重和最需要干预，3则代表你还能容忍的负面的行为。将精力集中在处理1方面的问题，其它的现在让它先过去。这能防止你和孩子的关系变成一场持续性的战斗。当然，这意味着你要放手，否则你可能不会容忍，但是当你看到改变，你就可以着手去解决其它方面的行为。明智的父母知道改变是需要时间的，赢得关系比赢得战斗更重要。

在一些情形下，当你不知道如何面对孩子的讨厌的行为时，你可以问你自己：

我可以毫不粗鲁或严厉的评论这种行为吗？

这是我正在同孩子处理的部分事情中的行为吗？

孩子这种行为让我讨厌是因为我现在的心情吗？

我的批评有助于帮助我的孩子建立她或他所缺乏的品格吗？

我的语气能反映我是多么珍惜我们的关系吗？

这次让事情就这样过去...

...是因为我目前在处理孩子其它方面的问题吗？

...因为我今天纠正的事情太多了吗？

...因为确认我们的关系比纠正孩子更重要吗？

...因为孩子感到很沮丧吗？

...因为我们处在一个公共的情形下吗？

...因为我觉得没有足够的自我控制力用爱的方式来处理我的话语吗？

当你必须为着同样的事情一次又一次的管教孩子的时候，最好把你自己当作一面“墙”，确保孩子找到要进入的方向。这面墙应当是非情绪化和能控制的，不容易生气，同时提供一道强而有力的界限。因为你让孩子学会行走在正确的方向是因为对上帝的敬虔，而不是惧怕随时爆发的父母。一位母亲这样说到：“墙的说法帮助了我很多，当女儿需要反复的来管教的时候，我过去常会变得更紧张，现在我不是变得更加的苛刻，只是持续的纠正，坚定的帮助孩子获得改变，我只是象一面墙，立在那儿。

如果你不是对所看到的每个问题都有所反应，你同样也需要很仔细的来分析一下问题。为什么会发生这个问题？她在想些什么？这个问题什么时候发生的最多？我们希望她怎么做？父母进入到一个分析的模式而不是情绪化的模式要有效率得多。

祷告的重要

对父母来说经历挫折的时候的最大的力量泉源是祷告。因为厌烦唐尼，妈妈把他送回了房间。过了一段时间他出现在母亲面前并告诉她说，他思考了并祷告了。

“很好啊。”妈妈回答说，“如果你请求让上帝帮助你不要这样让人厌，他会帮助你的”

“噢，我没有祷告神帮助我不让人讨厌，我请求他帮助你能忍受我。”

祷告能做很多的事情。通过祷告请求上帝带来改变，使得圣灵的能力在这个过程中同时在父母和孩子的身上工作。祷告也能改变人心。如果你定期为你的儿子和他让人讨厌的行为祷告，为你的女儿和她让人烦恼的习惯来祷告，你发现你能成为一个让孩子很愿意亲近的教练，与神同工鼓励孩子做必要的改变。你只是主手中的一个工具—不是一个被动的工具，而是积极主动的工作，学习和发展新策略和方法来教导孩子，当你依靠上帝并寻求他的帮助的时候，你会看到显著的改变，改变的不仅仅是孩子的行为，你与孩子互动的方式也在改变。定时的祷告是一项有价值的投资。有一位父亲在表上设立了一个时间方便定时为他的儿子祷告，这是一个不断的提醒，看到上帝在他家庭生活中所做的工作。

宽恕的必要

对付有讨厌行为的孩子需要有大量的耐心和宽容。孩子们犯错，且总是对纠正不能很好的回应。父母需要尽量坚持并寻找有创意的方法来教导孩子，提高孩子的认识水平，鼓励他们对周围的环境敏感，学会自制。大多数情况下，变化是缓慢的。在这些时候，宽恕孩子是非常有必要的。彼得问耶稣他需要饶恕得罪他的人多少次，七次吗？彼得认为这是很合理的（当然，他并没有试图提出一些处理孩子的问题。）耶稣用责备的口吻回答他说：“我告诉你，不是七次，而是七十个七次（马太福音18：22）”许多父母宽恕孩子已经超过了这个次数，然而就宽恕这点来说，耶稣是没有一个具体的数字的，就其本质来说，他的意思是说，“你们需要将宽恕变成一种生活方式。”

宽恕并不意味着我们忽视孩子的过犯。相反，宽恕为面对重大的冲突打开了一扇大门。不是落入到个人的攻击当中，而是借着饶恕释放强烈的情感，帮助孩子发展个性。事实上大多数的孩子并不会欣赏父母对他们的纠正以及付出的巨大的耐心。但在亲子教育中缺少感恩却并不能减轻我们作为父母的任务，我们仍然必须寻找孩子能接受的方法来纠正他们。谨慎的评论，提出建设性批评并具有亲和力。宽恕将父母从严厉的责难中释放出来，同时许可父母管理并前后一致的训练孩子。当你没有积累很多的挫折，容忍孩子也容易些。宽恕可以让你释放愤怒，而不是将愤怒积蓄起来。

我的其它孩子怎么办呢？

若一个家庭有一个孩子有令人讨厌的行为，它就会影响整个家庭。考虑到每个孩子的需要是很重要的。一个有着讨厌行为的孩子可能更能吸引父母的注意力。这样的孩子也许比其它的孩子需要更多一对一的关注，但也要确保给其它的孩子必要的关注，当然这并不意味着给所有的孩子同等的关注，最重要的是你能关注到每个孩子的需要并给予相应的回应。毕竟我们的天父也不是用同样的方式来对待所有的人。他赐给人不同的才能，属灵的恩赐，每个人都是独特的设计。同样，父母也要根据孩子的独特性来教导他们品格，帮助孩子发展出成功人生所需要的品质。

烦人的行为会刺激家里其它的兄弟姐妹，并导致关系紧张。如果这种让人恼火的行为持续下去，你其它的孩子也很容易暴发。父母需要花些时间帮助其他的孩子学会处理这种刺激。一位母亲说，“我很同情尼古拉斯，当他因艾莉的恼人行为变得沮丧的时候。我想让

他知道艾莉所做的是错误的。令人讨厌，我正在帮助她做改变。但是尼古拉斯认为我做的还不够。他认为我应该更严厉一些。我不得不承认有的时候尼古拉斯是对的。我告诉他我以前从没有表扬过艾莉，我甚至会向尼古拉斯解释我的一些策略性的想法以促使他能欣赏我所做的。他似乎理解更多了，最近我看到他试图做一些相同的事情来帮助艾莉，这并不容易，尼古拉斯仍然会失望，但这样我觉得他和我一起在合作处理他对艾莉的反应，正如我和艾莉合作来处理他令人恼火的行为一样。我们得以保持关系，因为我们在处理这些问题。”

培养忍耐力，给予良好的反馈，祷告以及父母的引导，可以帮助孩子学会与有讨厌的行为的兄弟姐妹相处。在这个过程中，孩子们学习到与人打交道的技能，为他们今后的人生做这方面的装备。孩子学习到用健康的方式与他们的兄弟姐妹相处，当他们长大成人后更知道如何与其它人打交道，毕竟，这个世界还有很多有恼人行为的成人。

我很生气，真的想放弃

去年我的邻居在他的前院种了一棵小树，他用四根绳子来支撑着地面上的树干。这些绳子在头一年为树的成长提供稳定性。但绳子有些不方便，妨碍人在其周围走动，看起来不那么吸引人，今年他将绳子移走，树仍然继续生长，没有绳子的支撑也能靠着内部的力量成长而不倒下。缺少自制力和敏感性的孩子就象这棵小树，需要有一段时间的支持和管束。教养这些孩子需要做额外的工作，而且总是有些个便利，但最终是值得的。

不要只是忍受孩子的弱点或假定他们无法克服不敏感或冲动。利用所有的机会来帮助孩子发展敬虔的品格。定期为孩子祷告，认识到自我控制是顺服圣灵所结的果子（加拉太书5：23），让神在孩子的心中动工。事实上，上帝使用孩子的一些挣扎来培养他们的品格（罗马书5：3—4），因此要小心，不要让孩子过太容易的生活。他们需要为行为承担后果，你温和的教导将帮助他们建立所需要的品格。

你的目标不是一夜之间将孩子变成“礼仪小姐”（尽管这可能是许多家长的梦想）。相反，记住你的最终目标：发展孩子的自我控制能力和敏感性。改变是需要时间的，太大的压力会把孩子压垮。耐心是你计划中非常重要的一部分，当父母无法看到孩子立马的改变，他们会很生气。一位爸爸说：“有趣的是，当我们在大街上撞上了某人会说“对不起”。当遇到我们的孩子却大喊，“让开”

如果你期待孩子多方面完全马上改变，你和你的孩子会变得很沮丧。建议使用本章所提供的方法，首先选择两到三个方面来着手解决，你可以一次只选择一个方面，如果这是你所有的孩子要解决的。当孩子取得了一些进展的时候再添加其它方面。记住你正在为孩子长期的益处而工作着，你的孩子需要自控力和敏感性以取得生活中的成功。随着孩子的成长，他们会经历各种的诱惑，你正在帮助他们用敬虔的方法来发展抵挡这些诱惑所需要的品格。

本章观点总结

当你看见...

...让人讨厌的行为如打扰，对别人缺乏认识，不适宜的社会行为，不要忽视这些问题。你要认识到这些问题并用温和但坚定的方式来处理孩子的问题。

建立新常规

...培养品格。你的孩子需要建立起他们内在的栅栏，可用以下四种方法：

提高认识水平

牢记品格

在训练过程中表扬他们

培养忍耐力

因为...

你正在帮助孩子发展自我控制能力和敏感性。这些品质不仅帮助孩子对付他们让人烦恼的行为，同时也帮助他们发展出品格以面对成长过程中面对的诱惑，不是冲动的去回应，而是有方法以克制来回应。

进一步讨论的问题

1. 列举数项你经常抱怨的事情，这些事情常惹得你很生气，如牙膏仍在外边或找不到剪刀，这时候你做什么事情是有帮助，做什么事情是无益的呢？
2. 列举你生活中正在处理的一个方面（如饮食，运动，怒气，时间管理），你想花些时间在其中一些事情上得到改变，如何认识到自己的变化过程能帮助到处理与自己的孩子的问题？
3. 有一些什么创造性的方法来提高关于家庭中孩子有一些烦人行为的认识水平？

进深时间

1. 如何用到箴言12：16和传道书7：9来帮助你和你的家人？
2. 当耶稣解决马太福音26：6—13节的问题时，敏感性的品质是如何使他受益的？
3. 在马太福音14：28—30，马太福音17：1—4和26：51—52都表明了彼得个性中冲动的一面，对于彼得及我们的孩子，冲动好的一面是什么？
4. 彼得屈服于压力三次否认基督，后来他写的两封书信里四次讲到自制的事情（彼得前书1：13，4：7以及彼得后书1：6）。彼得从中学到了什么，他希望我们如何理解自制？

家庭作业

为你的每一个孩子制作一本积极行为的日志。对年幼的孩子来说，这可能是一本图画书；对一个年长的儿童或青少年来说看起来更象一本日志。可以当场或者一天结束的时候，让每个孩子写下你所指出的有用的或正面的行为之一。一定要告诉他们这个行为所表明出来的品格。你也可以从杂志上剪下一些图片，这些图片反映了品格的某一个方面。与他人分享这本日志，在适当的时候，加强每个成长中的孩子品格积极的方面。

说谎言的嘴，为耶和华所憎恶；行事诚实的，为他所喜悦。

—箴言12：22

8

“他们撒谎”

诚实：培养孩子诚实的品格

亲爱的史葛和乔安，

我不知道我是否应该更生气还是更害怕，我女儿撒谎的毛病看来是失控了。尽管我不能证实，但她所说的事情常常听起来有问题。有一次我的邻居反馈一个信息给我，“我听说你们要搬迁到爱达荷州去……。”当我就此事与女儿对质的时候，她却否认说过此话并编了另外一个故事。她无法对自己的谎言负责，不得不造另一个谎言来遮盖前面说的。我希望她能脱离这种恶习，但情况看起来越来越糟糕。

我知道我们需要对此作个计划。正如你所建议的，我们开始更密切的观察她，检查并试着来确认她说的故事。我们为她祷告并向她讲关于诚实的话题，并用后果来管教。我们借着圣经以及日常的谈话来教导她诚实是什么，为什么很重要。现在我们看到不诚实是她生命中的巨大的诱惑。我们决心要努力来帮助她处理这个问题，不仅仅是为了她现在，也是为她将来的幸福和成功。

—来自俄亥俄州芳德利的简娜

诚实是建立关系的基础。它能帮助我们认识和了解别人，这样人与人之间才能有效的互动。当一个人诚实，说实话，我们才有可能去信任他们。如果一个人说谎，我们对此人的想法就会改变了，人与人之间的信任被打破了。当我们不再信任孩子的时候，就会造成很特别的伤害。我们希望信任我们的孩子，我们希望给他们肯定的判断，我们希望信任他们。当孩子撒谎，我们会难以致信，然后会问：“他对我做的什么事呢？他为什么对我撒谎？”这样我们同孩子之间亲密关系受到威胁。

有一位母亲说到：“当我意识到我的女儿有时对我撒谎，我开始怀疑她所有的行动及她对我的问题的回复。她试着逃避什么呢？我想知道。”这个女孩失去了非常宝贵的财富：父母对她肯定的判断。现在妈妈不但要确认她做的所有的事情，还要查很小的细节。即使女儿非有意的忘记了一些事情，妈妈也会认为不诚实，是在欺骗她。

撒谎会影响到我们同孩子亲密的关系。也会使我们感到生气和被骗。但是解决此问题的方案并不是对孩子大吼，不是处罚或者只是要求知道真相。诉诸暴力或者迫使孩子讲出来对培养诚实的孩子的作用微乎其微。我们所要做的是制定一个计划，明白造成他们撒谎深层次的原因并了解孩子的内心想法才行。

什么是谎言？

谎言是欺骗的一种形式。几乎所有的人都同意说谎通常来讲是不好的，即使是关系专家也不同意在特定的情形下谎言是可以接受的。这带给家庭的挑战是需要知道何时及怎样讲真话。这个主题是相当复杂的。为了处理好孩子这方面的问题，我们首先需要定义什么是谎言，这样我们才会明白我们所谈论的。多数家庭对此有不同的标准以便决定哪些是可以接受的，哪些是不可以接受的。

做一做下面的谎言测试。拿一张纸写下数字一至十。问一问你自己下面哪些场景会在你家里认定为撒谎。我们会在这一章讨论答案。

谎言测试

1.妈妈听到有一辆小车驶进了私人车道的声音，对两个孩子说：“爸爸回来了，快坐到餐桌前吃饭。”过了几分钟才了解到这辆车是属于教会的一个朋友的，顺道停在这里一下。于是六岁的爱米转过身对妈妈说道：“爸爸没有回来，你在撒谎。”妈妈是在说谎吗？

2.十七岁的迈克准时回到家参加妈妈的生日宴。妈妈很吃惊并高兴的说，“噢，迈克，谢谢你提早下班来参加我的生日宴会。”迈克回答说，“提早下班不难，我取消了同总裁的约会，重新安排去罗马的度假更是不容易的一但是我放下这一切的事情，不想错过您的生日宴会。”当然，其实迈克并没有取消这些事情。迈克是在撒谎吗？

3.爸爸同三岁的女儿一起在看有很多不同的动物的图画书。乔伊想出怎样让爸爸作出很有趣的反應的办法，爸爸也欢喜用玩游戏的方法来与女儿互动。“这是什么？”爸爸指着一只鸡问道。“是牛，”乔伊回答。“不，这是一只鸡，”两父女都大笑起来。父亲继续指着一只兔子问。“是牛，”乔伊期待着爸爸作出很好玩的回应。“不，是兔子。”他们继续这样很高兴的玩在一起。乔伊在撒谎吗？

4.十三岁的卡丽莎在接电话，“嗨，安德烈牧师，”妈妈轻声对卡丽莎说到，“告诉他我不在家。”卡丽莎转向妈妈轻声说到，“这是撒谎，我不会这样说的。”妈妈回答说：“好吧，我马上就出去了，这样你可以告诉他说我现在不在家。”卡丽莎依照妈妈的指示告诉牧师，“妈妈刚才出去一会儿了，”但是在妈妈离开房间后这样说的，卡丽莎在撒谎吗？

5.十五岁的摩根上学迟到了，老师问他为什么会迟到。“我们陷入交通阻塞中了。”摩根回答到。事实是那天早晨的交通状况同平时差不多，摩根睡过了头，闹钟响了也没听到，比平时同妈妈出门要晚。摩根在撒谎吗？

6.十一岁的雅各听医生说奶奶的身体检查报告很糟糕，可能只能活几个星期了。按医生的专业意见，最好现在不要告诉她这种情况因为她病得很严重。几分钟后，奶奶过来问雅各她的检查报告是否出来，雅各不知道如何回应说，“我不知道。”雅各在撒谎吗？

7.十岁的诺亚在上学校的科学课，老师让学生们在当地商场采访时评估人们会容忍一个无聊的问卷达到多长时间。他们的任务是向一些人进行自我介绍，邀请的人参与一项关于服装风格的调查。诺亚开始了他的采访说，“嗨，我的学校正在对服装风格进行研究。我可以问你几个问题吗？”诺亚在撒谎吗？

8.九岁的艾莉森，迫不及待的想离开这个无聊的晚会。她向主人道别说：“我很喜欢这个晚会，谢谢你邀请我。”艾莉森在撒谎吗？

9.辛普森太太在大厅里拦住了十五岁的瑞秋和塔米，他们没经允许在上课时溜了。塔米撒谎说他们正准备去上课，有点迟到了，而事实是他们决定逃课。瑞秋对他的说法保持沉默。瑞秋在撒谎吗？

10.“我不知道计算机出了什么问题，文件找不到了。”腓利普无意中删掉了电脑里面的一个文件后这样对老师说。腓利普在撒谎吗？

以上这些场景通常会给孩子带来一些道义上的难题。每一个场景能帮助我们更多的了解什么是谎言，什么不是。认识理解什么是谎言特别重要，这样才能教导孩子什么是诚实。

关于谎言

欺骗是一个术语用来描述一些不诚实的言语或行为。说谎是其中一个比较大的难题。有些人将说谎定义为说一些不真实的东西，但是我们相信说谎更多的同说谎的人的动机有关。那些报告不准确信息的人是错误的，除非他打算欺骗。我们认为说谎最好的定义是：

说谎：用书面，口头或其它的方式来陈述，有意的误导别人。

换句话说，说谎有两个因素：1）一种或另外一种陈述形式 2）有意误导

首先，说谎涉及到陈述方式，可能是书面语言的形式，口语的形式，甚至是手势或其它非语言的暗示。有一个被问到那个坏人跑到什么地方去了，为了将追踪者引致错误的方向，他用动作来撒谎。

说谎的第二个因素是有意误导，这帮助我们明白情景1中的妈妈并不是在说谎，尽管妈妈所说的并不真的是这样——爸爸回来了一但是她不是有意的欺骗，所以这不是一个谎言，她只是弄错了。

情景2迈克宣布说为了参加妈妈的生日宴他取消了同总经理的约会以及去罗马度假，这并不是谎言，因为他的主观意图并不是为了欺骗。他希望妈妈明白这只是个玩笑，并且知道他并不是真的有这类计划，他只不过是夸大了乐趣，他们双方都知道是怎么回事，这样并没有错。情景3讲到爸爸同乔伊看图画书玩游戏的情景，父女间相互搞笑，他们都明白，这并不是谎言是因为双方并不想误导对方，他们只是在玩游戏。

这给我们带来一个很有趣的问题。有的时候孩子撒谎，他会说：“我只是开玩笑”或者说“我的真正的意思并不是那样。”他们知道这也许是一个可行的借口。孩子需要明白玩笑和谎言的区别，这与意图有关，也在于他们是真的相信还是不相信。我们需要很小心我

们开的玩笑，其它的人需要认识到我们所说的话是玩笑，不会继续去想我们所说的是不是真的。

如果你的儿子说：“没有更多的巧克力片了，”他欺骗你是因为他想偷偷摸摸的藏一些到他的背包里，他就是在撒谎。如果他说，“没有更多的巧克力片了，”他给你开个玩笑是因为你还需要一些饼干，他只是笑笑你而矣，如果他只是开个玩笑就没什么了。孩子需要明白这两种场景的不同并认识到讲完话之后他们背后不同的动机。

开玩笑的时机

这里有一个警告。一个家庭如充斥了大量不真实或误导的玩笑，其家庭成员可能更倾向于在生活中的其它领域撒谎。讲一个不真实的故事很容易，这使得撒谎也变得很容易。同样，你也借着这些事情形成了自己的声誉，“你不可能总相信我。”我认识一个喜欢以取笑和开玩笑方式谈话的男人，通常他所说的并不真实，但他却以一种令人信服的方式开始。随着事情的发展，笑话变得很明显了。这种方式也许很好玩，但却背负着发展出负面名声的后果。人们很难再相信这个人所说的话。开玩笑，取笑别人，这导致一些家庭得出一个结论，这种方式是不合适的。

家庭处理事实的方式很重要。也许有一些玩笑涉及到歪曲事实，但是作为玩笑的一部分是可以接受的，但是很重要是问一些严肃的问题，这个玩笑把人引向何方。如果家人中有撒谎这个问题存在，在这方面即使只是开玩笑也要中断，这样可帮助孩子清楚的看到这方面的问题。

一位妈妈告诉我们，“我们家里有撒谎的问题，我开始制定计划来处理了。我注意到我们开玩笑的方式常常在鼓励欺骗。如果我四岁的孩子走进厨房问，晚饭吃什么？我或许以开玩笑的方式回答说，青蛙汤。开一些小玩笑，互相取笑对方以得到一些家庭的乐趣也许并不是坏事，但是从现在开始我们需要从这些活动中停止一段时间，可能这种乐趣无意中在鼓励我们的孩子不诚实。”

这位妈妈在解决一个很重要的问题。有的时候你做的事或说的话本身并不坏，但是你可能需要做出调整，因为你的家庭有这样特殊的需要。

文字游戏

一些孩子认为他们可以通过对词语的定义钻牛角尖来误导别人。“我没有跑，我只是走得很快，”可能是一个孩子在教堂的过道上的借口。这里的问题是表达的中心是什么，以及在这个过程中用什么样的词。车辆这个词的意思是将信息由一人传达至另一人。信息不是话本身，而是说这些话的人的意图。重要的是让那些玩文字游戏的孩子认识到他们在滥用语言。断章取义或单个词本身所表达的意义与他本身如何想的可能完全不同。重要的问题不是问“说话人用了什么词”，而是“说话人的意图是什么？”

有一天，我两岁大的儿子蒂姆去后院玩。当他和他的弟兄冲出去的时候我提醒他：“远离泥浆。”我只是在他们后面几分钟走出去，蒂姆就已是满身泥泞了。当我问他怎么回事的时候，他回答到，“这只是湿的泥土。”我忍不住笑起来。但是我知道，尽管这只是两岁孩子的可爱情形，但是如果不给予适当的教导，当孩子长大后就会演变成严重的撒谎的问题。孩子需要学会弄清成人的指令的意图，如果还不清楚，他们需要提问以澄清你的意思。

场景4，卡丽莎告诉牧师妈妈“刚刚走出去”，她可能认为她说的是真话，因为妈妈确实刚刚走出了房子。但是这些话，尽管他们自己认为是真实的，但是却误导了安德鲁斯牧师。从表面上的交流来看是“她出去一阵子了”，言下之意是妈妈已离开家，不能接听你的电话了，而实际上是妈妈走出了门廊，为避免接听电话。为了这个目的，卡丽莎误用了语言，并错误的相信她所说的是实话，尽管技术上她的话是真的，却误导了牧师。她的妈妈实际上参与了欺骗并鼓励女儿撒谎。

场景5中的摩根犯了类似的错误。她认为如果她只讲部分真实的东西，避免任何虚假的陈述，她就没有撒谎。她用这一部分真实的东西误导了她的老师。从这个场景中我们得到一个简单的定义：“撒谎就是说一些不真实的东西”，仅这种定义是不够的。有时候人们用部分的真理作为撒谎的武器。关键是，只分享部分的真实，有误导别人的意图。同那些完全说谎的人是一个性质。

善意的谎言

在我们的文化中，有些谎言认为是可以接受的，通常将之称为：“善意的谎言”。这些谎言并不被认为是伤害，甚至认为能提供一些好处。人们常常试图在如下三个领域来为谎言找理由：医疗情形下，心理测试，和社会场合中的尴尬情形。场景6讲到奶奶生病了，如果知道自己快要死了可能会导致反应不佳或放弃希望，有些人相信对病人撒谎不但是可接

受的，而且是有益的。我们不同意这种想法。虽然需要智慧来决定同病人分享哪些信息，但在任何时候撒谎都是不合适的。在困难的情况下一个人可以拒绝回答问题，甚至推迟一个艰难的谈话，直到时机成熟。没有意图欺骗隐瞒信息就不是撒谎。

很类似的是，在情况调查和心理测试中有一些说谎的情况存在，这些提问者误导人们以获得一些潜在的信息，如场景7中的诺亚的科学项目调查。一些人认为这样行是可接受的因为很有收获。撒谎却削弱人们基本的信任关系，从长远来看是对关系的损害。例如，许多的人很难相信二手车销售人员所说的因为他们的作为导致他们留给人的印象是误导潜在的买家。同样的情形也发生在这些做情况调查的人身上，人们对他们的提问会有猜测并想知道每个问题背后是什么。可以用其它的方法来收集信息，了解那些没打算说谎的人。

有些人试图证明撒谎之于较尴尬的社交场合中也是可行的。场景8讲到艾莉森想离开宴会，但是她又不想伤害朋友，于是她撒谎说她很喜欢这个宴会。许多人认同这种谎言是因为他们相信说出实情会伤害到别人的感情。那些常在社交场合撒谎的人建议说他们这样做并不想伤害别人，只是想让别人感觉更好。因为他们相信说出实话太别扭，他们不想伤害别人，因此说谎是可接受的解决方案。

在许多社交场合肯定需要机智灵活，但是机智灵活并不要求你撒谎。分享一句很实际的赞美或诚实的话语可能会有帮助得多，如“谢谢你今晚邀请我参加宴会，同汤米的谈话确实引起我的思考。”如果你找到一些好听的话有困难，也许你需要更付出努力。毕竟，说谎是一条捷径，由于这样或那样的原因，说出真相并不是很具吸引力。如果保持优雅的社交姿态需要你在离开宴会时给与赞美，为什么不考虑说更真诚的评语，如“你有一个很漂亮的房子来聚会”或“组织这样的聚会需要做大量的工作，谢谢你将这一切做得这么好。”孩子也许还不知道在这样的场合来表达他们的机智和优雅大度，但是父母却可以利用这样的时刻训练孩子的诚实和优雅。

场景9中的瑞秋没有撒谎，但是她的朋友却在撒谎。然而瑞秋的沉默使她内疚，因为她参与了欺骗。保持沉默让别人相信假的东西是另外一种形式的欺骗，但不是撒谎。所有形式的欺骗为家庭提供了教导孩子的机会。隐瞒真相，添油加醋，夸大其辞，假装及允许人们相信虚假的东西，所有这些伦理上的难题提供了好的讨论内容。一个正直的人会小心谨慎的接触这些问题，并寻求正确的解决之道以取得真相和爱之间的平衡。

圣经里关于谎言的经文

耶和華所恨惡的有六樣，連他心所憎惡的共有七樣，就是高傲的眼，撒謊的舌，流無辜人血的手，圖謀惡計的心，飛跑行惡的腳，吐謊言的假見證，並弟兄中布散紛爭的人。

—箴言6：16—19

口吐真言，永遠堅立；舌說謊話，只存片時。

—箴言12：19

說謊言的嘴，為耶和華所憎惡；行事誠實的，為他所喜悅。

—箴言12：22

彼得說：“亞拿尼亞，為什麼撒但充滿了你的心，叫你欺哄聖靈，把田地的價銀私自留下幾份呢？4田地還沒有賣，不是你自己的嗎？既賣了，價銀不是你作主嗎？你怎么心里起這意念呢？你不是欺哄人，是欺哄神了。”

—使徒行傳5：3—4

不要彼此說謊，因你們已經脫去舊人和舊人的行為，10穿上了新人，這新人在知識上漸漸更新，正如造他主的形像。

—歌羅西書3：9—10

圣经中关于真理（事实）的经文

所以要站穩了，用真理當作帶子束腰，用公義當作護心鏡遮胸

以弗所書6：14

耶穌說：“我就是道路、真理、生命；若不藉着我，沒有人能到父那里去。

約翰福音14：6

耶和華啊，誰能寄居你的帳幕？誰能住在你的聖山？就是行為正直，
作事公義，
心裡說實話的人

— 詩篇 15：1—2

公義的嘴為王所喜悅，說正直話的，為王所喜愛

— 箴言 16：13

孩子們為什麼說謊？

場景10說明了孩子們撒謊一個最常見的原因：逃避處罰。他們擔心如果說了實話會發生什麼事情，他們試圖用這種方式保護自己。菲利普選擇說謊，而不是承認他不小心刪除了文件。孩子們有時認為，撒謊很省事，實際上却是常常让生活變得更艱難。在具挑戰的環境中傾向撒謊的孩子說明品格上的問題。如果不處理這個問題，欺騙會導致情形愈來愈糟。

逃避處罰不是孩子撒謊的唯一的原因。有些孩子撒謊是為了成功或顯得比現實的狀況更好。強調個人主義及社會的競爭，這種競爭伴隨著要得著物質主義的成功而帶來的巨大的壓力，使得成人以及兒童想借此抄近路。欺騙可以得到巨大的回報。我們社會甚至接納一定數量的不誠實。一個成年人可能誇大技能和經驗以申請到工作，或寫一封名不符實的大學推荐信。當然這是一種誘惑，發展成了一种欺騙的生活方式，讓人看起來比他們的真實狀況要更好。這是一條危險的道路却是对成人以及孩子都是非常誘人的。

一些孩子不喜歡關於他們自己的一些東西，更願看起來不同。他們有時用一層不誠實的面紗來掩蓋自己的錯誤。到最後他們會說，“如果你知道真實的我，你會不喜歡我的。”例如，14歲的凱爾西對朋友撒謊說她定制的外套花了很多的錢，事實上却是她媽媽在舊貨店花了好幾個美元淘來的。她害怕說實話，擔心她的朋友會小瞧她，如果他們知道真相。七歲的羅杰對定期藥物治療感覺很不好。他想隱藏事實，於是他告訴他的朋友，他去護士辦公室是因為護士是他的朋友，他只是去給她打招呼。

孩子撒謊的另一個原因是為了獲得關注。他們誇大其辭或讓事情給別人留下深刻印象。畢竟講述一個動聽的故事能讓人去聽並欣賞。如果一個孩子沒有一個真實的故事可說，他就會去編造一個。相比其它事情，借着一個誇大了的故事，撒謊更能贏得人們的關注。

当一个孩子撒谎，带来的是伤害，困惑和沮丧。大人不应只是愤怒的来回应，花一些时间想想到底发生了什么，然后制定计划，如何培养孩子的诚实。撒谎是不对，但仅仅只有行为的改变并不够。我们所需要的不仅是诚实的话语，我们希望孩子发展出诚实的品格。

没有逻辑的语言

许多小孩子混淆了幻想与现实。他们很难明白幻想与事实之间的区别。例如三岁的泰勒认为他的想法就是现实，他可能很生妹妹凯莉的气，甚至希望她受伤，当凯莉真的受伤了，泰勒为此很内疚。他相信是他这种不好的想法使得妹妹受伤，对年幼的孩子来说，常将现实和想法混淆。

在充满创造力和不成熟的情况下，这些孩子有时讲的故事是不真实的。例如，有时学龄前的孩子把讲的故事当作真实的东西是因为他们希望这个故事是真的。或一个孩子试图讲述一个故事，而这个故事他并没有理解或记住细节。他的头脑还很难理解确实已发生的事实和他脑海中所充满的一些情节的区别。

有一天我同一个三岁的女孩子交谈，她向我展示她的毛绒玩具小猫，我问她是不是拥有一只真正的猫。

“有的，在车库里面，”她回答到。

“你有几只猫呢，”我追问到。

“一，二，三，四，五只，”她很自豪的嚷到。

我微笑着继续我们的对话。“你有几个兄弟姐妹？”

“噢，我有一个妹妹”

我知道我这位新朋友有两个姐妹，我又问道，“你有多少个姐妹？”

“一，二，三，四，五个，”她象前面一样很自信的说到。

我开始明白了，我可以想象任何问题“有多少？”也许得到的答案都是一样的。幼小的孩子在成长和发展时期，他们的想法与成年人是不同的。事实是否是很显而易见的，但你的孩子们却不是很清楚。

在这些实例中，孩子本身的意图并不是欺骗，但很重要是教导孩子区别什么是真的，什么不是。四岁的珍妮告诉她表弟，她有一个很友善的狮子住在地下室。当妈妈听到

珍妮讲的故事，她可以轻轻的说，“珍妮，我想你需要这样开始你的故事，假如有一个友善的狮子住在我的地下室，会是什么感觉。”五岁的萨米虚构一个故事讲他如何整个夏天生活在帆船上。爸爸也许可以帮助儿子这样开始故事，“如果我整个夏天呆在帆船上不是很有趣吗？”这些孩子不必因没有说真实的话而挨批评，但是需要引导他们的创造力，当他们创造性的说话的时候如何保守真相。

孩子需要前后一致和耐心的训练，认真的听你的孩子所说的话并区别谎言和不成熟。

太多的实话也可能会伤害人

父母需要帮助孩子知道何时及如何讲真话。保持秘密不撒谎是很困难的。例如，有一位母亲很让女儿困惑，因女儿要告诉她的兄弟在圣诞节的时候能得到什么礼物，但是在那种情形下，妈妈并不想让她说实话。

另一个妈妈说，“我真不知道过完儿子的四岁阶段要等多久，他可以在任何地方将他所想的讲出来，有时真的让人很尴尬。昨天我们在公园的时候，瑞安看到一个人吸着烟和他的狗一起散步。瑞安想看看这条狗，我们就走过去同那人谈话。瑞安抬头看了看那人，说道：“如果你吸烟，你会得癌症的。弄得我想找一个地洞钻进去。上周他在杂货店问一个女孩为什么她的头发看起来这么有趣。”

4岁的儿童以讲出全部的真相或更多事实而声名远播。他们总是那么直接。大部分四岁的孩童都有你不得不说的故事。一个在主日学教四岁孩童的老师直言不讳的告诉妈妈，“我根本不相信你女儿告诉我的关于你的家庭的故事正如你肯定不相信她告诉我的关于我的故事。”

孩子必须学会如何及何时分享实情，什么时候当保持沉默。仅仅因为他们知道一些事情，并不意味着他们应该讲出来。知道真相及展示出来是两码事。这不仅仅对年幼的孩子来说是需要学习的功课。青少年和成年人也当学习这个技巧。以弗所书4：15告诉我们要在爱里说诚实话。加拉太书6：1说道：“若有人偶然被过犯所胜，你们属灵的人就当用温柔的心把他挽回过来。”有时候真相并不是唯一将它展示出来的条件。温柔和慎重也是很有必要的。教导孩子说真话很重要，但这还不够。他们同样需要知道以别人可接受的方式来展示真相。

诚实不仅仅是讲真话

撒谎是性格软弱的一个记号，也是一种捷径。贪婪和冲动导致不诚实。一个撒谎的孩子往往为着某种更直接的利益而牺牲良心。他用快速的解决方案来换取更大的价值。

最终，撒谎是由于人罪的本性造成的，这是人心的问题。只有藉着耶稣基督的救恩才能活出对真理完全的委身。作为父母我们必须祷告，为着我们处理孩子在日常生活中的事情祷告，使神的恩典在他们的生命中有更深层的工作。亲职教育的工作只能帮助孩子正确思考和行动做准备，上帝才是改变人心的那一位。圣灵使用父母来教导及训练孩子敬虔的性情，这样你付出努力帮助孩子发展出诚实的品格还有很长的路要走。

以品格为根基

解决孩子不诚实的策略不仅仅是以强调讲真话开始。在这方面很挣扎的孩子通常有三个基本的品格特质很弱，这些特质需要加强。

首先孩子屈服于撒谎往往是缺乏满足感。他们似乎想要比已有的更多，比可能得到的更快要得到。知足是一种能力，满足于你所拥有的，而不是渴望你所没有的。知足的人确信自己很棒，人们喜欢我是因喜爱我本身，我不必装出些事情来让自己更能被接受或更被喜爱。提摩太前书6：6说，“敬虔加上知足的心便是大利了。”知足是孩子接纳他是谁，他们所知道的，他们能做什么以及不能做什么。它也教导孩子生活在一定的范围内，这样她也能接受不的回答，不必撒谎去得到她没有允许得到的。帮助孩子理解和发展知足可以让他们从真理中得释放。

满足往往来自“生活”中所讨论的什么是幸福等诸如此类的事情。满足可能来自于父母不娇纵孩子，更多的时候会说“不”，当一个孩子总是拥有最新的，更大的或更好的玩具，是有些不对劲的。有些父母无意中为表明对孩子的爱，总是给与太多。他们所看到的是如果较多的对孩子说“是”，孩子不会有愤怒，如果很多的时候对孩子说“不”，会避免孩子怒气这样的问题。很不幸的是，放纵并不能让孩子满意，反而常常渴求的东西越来越多。知足是让孩子学习生活一定的范围内。

帮助孩子学会诚实的第二个品格是自制力。孩子冲动性的撒谎是因为这样做较容易。孩子会认为如果他们撒谎，就能避免一些负面的后果，所以他们说，“我没有做这件事。”自制力帮助孩子说话之前学习思考，评估什么是正确的，用诚实来响应，而不是试图省事。

控制冲动是一个人成熟的标志，防止“一时冲动”的诱惑，用欺骗来得到什么或避免承担后果。

有很多的方法教导孩子培养自制力，本书的第七章有一些这方面的建议。说谎对孩子来说是一个捷径，因为走远路太辛苦。自制力能帮助孩子抵挡偷工减料的冲动。寻找到一些方法帮助孩子发展内在的自制力对于孩子成功处理生活中的诱惑是很有必要的。

责任感是发展诚实的第三个品格。这种能力是即使没有人看着也仍然能遵守家庭的价值观。这意味着即使没有人知道其中的区别，孩子也仍然说实话。这种诚信的本质是人们看到同一个人的里面和外面都是一致的。责任感是指即使没有人来检查仍然选择公正的行动。因为你的心里明白，你在暗处所做的一切决定了你是谁。有责任的人会记住自己的任务，完成它，没有人提醒也会回来报告。一个有责任心的人在压力下也是诚实的。这种对诚实内在的承诺是一个人成熟的一部分，不幸的是，很多成年人长大了都不具备这种素质。

要看重对孩子责任能力的教导。有些父母太早给孩子太多的特权。使用手机，上网，或者妈妈去购物了，让孩子独自呆在家里，却给孩子自己无法处理好却足以致命的特权。给孩子一些小的机会让他们负点责任，同孩子一起讨论，检查交给孩子的任务，监督他们是不是彻底的完全的做好。因着他们很好的完成给与表扬。指出早期要承担的责任，使用这些教导来构建孩子诚信的生活。

当孩子显示出成熟和责任后他们可以享受更多的自由。年龄本身并不能带来特权，自由是要靠自己赢得的。一些十二岁的孩子能独自呆在家里并不意味着你的孩子也可以。要很小心将自己的孩子同其它家庭的孩子去比较。邻居允许他们的孩子看的电影并不一定适合你的孩子。教导你的孩子借着展示品格和成熟来赢得特权和自由。

问题的根源

一位爸爸说：“我们的儿子很小的时候有撒谎的问题。我们曾经强迫他重申自己所说的话是实话，那是不够的。我们认识到这个问题远不是言语的问题，我们需要制定更大一些的计划。我们认识到撒谎是一种行为，实际表明了他内心更深层次的问题。我们开始着手发展他相关的品格素质，也看到了一些真正的改善。他现在十岁了，对诚实有着强而有力的承诺。有时甚至会在这个领域挑战我和他妈妈。”仅仅只专注于要孩子说实话对于缺乏诚信的孩子来说是不够的，就现在的问题来管教孩子，也要寻找其它的方法来培养品格素质，如知足，自制能力及责任心。

另外一位爸爸告诉我们，“当我发现七岁的儿子查德对我撒谎的时候，我感到震惊，伤害和失望。我完全不知所措，不知道该做什么。我开始专注一些孩子品格的学习。当我管教他的时候，我会谈到忠诚和信任，我会对他说，当你对我撒谎的时候，我感到很失望因为你所说的一切，经过几个月的教导，我在查德身上看到越来越多的诚实。现在又过了几年了，我可以自信的说，我又可以信任查德了。”

帮助孩子建立与神个人的关系将鼓励孩子成为诚实的人。当孩子渴望去取悦上帝而不是人的时候，他们的行动是不同的，他们的决定也反映他们的想法。当你帮助孩子发展对诚实的承诺，你所触及到的远超过行为。你是在帮助他们解决隐秘的问题，一个他们认为无人看到的地方，但是在暗处发生的事却会显明在他们的行为上。诚实能帮助他们将个人的隐私变得更有次序，诚实的活在别人和上帝的面前。

让诚实成为一种生活方式

你可以做很多事帮助孩子将诚实发展为一种生活方式。下在有几个建议帮助有撒谎问题的孩子

1.探讨不同成长阶段的诚实

你的孩子需要学习区别幻想，假装，愿望，取笑，错误的信息，开玩笑，夸张与真理。当你听到孩子言语不实的时候要考虑到孩子所处的发展阶段，确定你要处理的是故意撒谎还是不成熟的问题。孩子的目的是什么？他试图表达什么？通过假装陈述你的前言或汇报前一段时间讲的笑话或故事帮助孩子看清真实和假装的界线。给孩子读真实或虚假的故事并问孩子一些问题：“你认为这个故事是真的还是假的？”当孩子讲故事给你听的时候，你也可问同样的问题。

随着孩子年龄的增长，对话还可涉及到生活中的伦理难题。让他们明白何时以及如何复杂情形下讲实话，甚至青少年能从这样的相互的思想交流中获益。帮助孩子明白什么是谎言，挑战他们发展内在的对诚实的承诺。

2. 教导孩子努力工作

真理需要努力。它需要漫长的道路才能建立内在的承诺，不是走捷径。一个孩子也许将灰尘扫到地毯上或报告一项工作做完了，其实并没完成，通过这种方法来逃离工作。这些就是捷径。为什么人生成功需要走很长的路？因为长路可让人问心无愧。对于那些要求清理房间却把衣服塞到床底下的孩子似乎走了捷径，却内心恐惧不安。努力工作不易，但却能因无亏的良心而得到持久的回报。

努力工作以解决不诚实的想法来自于圣经，以弗所书4：28给那些偷东西的人（另一种形式的不诚实）很好的建议，“从前偷窃的，不要再偷。总要劳力，亲手作正经事，就可有余，分给那缺少的人。”孩子学习努力工作可获得成就感，同时可看到无需捷径他可以成功。他经历到用诚实的方法来赢得一些东西而不是用撒谎的方式。孩子需要学习努力工作，努力工作帮助孩子建立品格。他们应该安排做一些家务，也可从音乐课或体育活动中获益。父母要寻找一些方法来鼓励孩子，给与他们最好的并力促他们全力的完成一项工作。

3. 密切监督

有撒谎问题的孩子需要父母更多密切监督，经常检查，当有一个诱惑时要给与限制。作为父母，你要跟进他们所讲的故事。驾车回家的路上去学校看看女儿在做什么，顺便去朋友家看看你的儿子是不是真做他所说的，打额外的电话来检查。你不必要秘密的来做这些事。让孩子知道你在检查。有一位父亲说，“刚开始我象一个间谍，但是现在这不是秘密了，我只是在行使一个父亲的职责。我儿子知道我会在任何时候出现，而且我也是这样做的。我会花些时间去会他的朋友，看看他正在做事情。有的时候他的行为会有些不好，但是我尽量更加敏感并关心他，而不是表现得象个警察。这实际上是一个好事，因为在我们之间能就他的朋友，他的活动保持开放性的谈话。最重要的是，这种方式培养我们之间的责任感，他知道我希望他成功。我并不是要抓着他撒谎了这件事不放。

监督我们的孩子是在教导他们责任。甚至诚实的孩子会尝试看做什么坏事而不会受到惩罚，这时候要能管束他们，让他们知道撒谎是不值得的。有些父母觉得他们应当信任孩子，相信他们是最好的。这对成年人可能可以，但是孩子还不成熟，不具备他们所需要的技能。我们不能假设他们已具备了这些技能，他们需要一些帮助和训练。我们不能简单的想象孩子天生知道如何整理卧室，我们需要教导他们，然后检查他们是否掌握。诚实也是如此，我们需要训练他们，并检查确保他们这方面做好了。孩子也许会抱怨说，“你不信任我。”

你可以这样回答你的孩子，“我爱你，所以我要帮助你成为一个值得信任的人。”信任是争取来的。

4. 将隐私视为特权

撒谎的孩子需要具备更大的责任心。需要经常得到监督。有时一个孩子相信她的卧室是不能让父母进入的或她访问什么网站不关别人的事情。父母可能认为保护孩子的隐私是正确的，犹豫是不是要检查孩子。有一位母亲说：“我走进儿子的房间收拾衣服，我无法相信我所看到的，他的抽屉里有一些不堪入目的杂志，我不知道该怎么做。我觉得自己侵犯了他的隐私，应该远离他的房间，而另一方面，我知道他在做错误的事情，我必须面对他这个问题。”

隐私不是权利，准确的说它是一项特权。挣扎于撒谎中的孩子面对的一个诱惑之一就是他们能秘密的做些事情，这样的孩子只能减少他的隐私，不能给更多。只有一个孩子值得信任时他才能赢得隐私权。它不会随着年龄而增长。一个不诚实的孩子没有关闭卧室门的特权。孩子需要认识到他们不可能完全独自一人，因为上帝总是察看他们。告诉你的孩子你会检查他们，当他们打电话的时候你可能在房间的里面或外面，你也会检查他们的邮件。不允许隐私成为一个挣扎在撒谎中的孩子身上的绊脚石，否则这会为孩子的失败提供破口。

5. 采取强有力的行动

告诉孩子撒谎不是捷径，而是很痛苦的。当你发现你的女儿撒谎了，你就要管教她。面对冲突是纠正孩子过程中的一部分，但不要就此止步。选择能造就她的品格的后果，或寻找方法让孩子补偿。如果其它的人也卷入到这里面，还需要道歉。有一位母亲发现孩子对教练撒谎，说他病得很严重不能参加训练。让孩子返回到教练那儿道歉，这对我来说是困难的，但是我们做到了。我的儿子哭着承认他所做的事，我自己感觉也要哭了。这个经历对他起到很好的威慑作用，我相信这之后他不敢再这样做了。

一对父母发现他们十四岁的女儿撒谎。她放学后老师留校了，她却告诉她父母她与朋友呆在一块儿。当她的父母发现后，他们不仅在家里管教了她，而且同她的老师和家庭指导顾问谈了这件事情。“那一天我们对此作了一个强有力的声明，我们决不会容忍欺骗，她撒谎所造成的后果将远她想象的要大。那次事情对孩子造成了相当深远的影响，在过去几年我们看到她很明显的改变。”

不诚实是一个严重的问题。孩子们需要看到撒谎只会使漏洞更大。你可能觉得这种情况不需要惊动家庭顾问或老师，但是你可能要考虑让别的人参与到你孩子的生命中来。有些父母想尽量保持家庭的秘密，害怕向外界求帮助会损害自己的声誉。一个家庭在外面假装一切良好却隐藏家庭内部的问题也是活在谎言当中。为孩子寻求外面的帮助常常是需要谦卑的，不要让你的骄傲拦阻孩子得到必要的训练。学校，教会辅导员，青年领袖以及教练为建立这种诚实的关系提供了很重要的引导。

6. 教导关于诚实的真理

另外一个帮助你的孩子更诚实的方法是在日常生活中教导。从报纸上读到的新闻或听到的故事中去学习观察。生活中有很多的情形需要人们来决定如何处理真相，许多人说谎是因为他们认为这是一种很简单的方法，过后才发现后果很可怕。

同你的孩子一起读“皇帝的新衣”或“狼来了”这样的故事，然后讨论故事中所涉及的问题。教导孩子知道什么时候要讲真话，什么时候保持沉默。谎言是什么，如何避免谎言即便最困难的时候。

当我的孩子们很小的时候，凯丽创建了一个“压力下的诚实奖”，当孩子在困难的情形下仍展现了诚实就会放一个很特别的标志放在孩子的门上，这也许是承认了一个错误，或对没做好的工作承担责任，或在不容易的情况下讲了真话等。凯丽以可见的形式奖励孩子的诚实行为，帮助我们一家看到诚实的重要性。

背一些圣经经文，讨论圣经里面关于撒谎或在困难情形下讲真相的人的故事，建立家庭的祷告生活以解决一些家庭要面对的重大问题。求神向你显明在具有挑战的环境中保持诚实意味着什么。与你的孩子分享你作为成年人为显明品格而作出的选择。

7. 成为一个人造测谎仪

当孩子撒谎时你要学习发现。这要求你很了解你的孩子。注意他们说的和他们所做的。他的朋友，他的活动都让你知道吗？要定期的谈话以便更好的了解他们的成长和变化，同孩子建立积极开放的人际关系，对他们的生活感兴趣，学习倾听他们讲的话，了解他们的行动，这将有助你知道如何以及何时来检查他们所讲的故事。

一些孩子很擅长遮掩他们的行踪，不诚实对他们来说变成一种艺术，尤其随着年龄的增长。学龄前儿童常用言语来撒谎但是他们的非言语却告诉别人真实的情况，让父母较容易的判断出他们的不诚实。例如小亚历克斯可能会说他没有吃糖果，但是他转变他身体的方式以及避免眼光的接触表明他的内疚。

当孩子达到小学年龄（10—12岁），这个时候他们发展了更复杂的沟通技巧，常常能用语言和非语言的暗示来说服别人。到了这个年龄，亚历克斯可能会让你难以确信他是否真的偷吃了糖果。他已变得非常让人信服直到你注意到他遗留在垃圾桶里面的包装纸。如果将说谎的习惯持续下去，一个年长的孩子可能将说谎变成一种生活方式，让撒谎这事变得很难察觉。亚历克斯表现如此让人信服，以致你都会因为怀疑他拿了糖果而内疚，他会引导你相信他从来都不会做这种事。

花时间祷告，求上帝显明一些小的信号，表明有事情不对劲了。你会惊讶很多次以意想不到的方式发现真相。有一位母亲说到：“我祷告当我的孩子做了错事的时候，上帝能立即显明给我知道，上帝确实这样做了，这样我能迅速采取行动，防止问题变得更糟。”

8. 教导关于诚实的益处

确认一个人是诚实守信的需要他自己来证明。一旦信任被打破，要赢回别人的信任需要很长的时间。失去信任所得到的恶果是人撒谎带来的自然后果。一个人撒谎哪怕只是一次都有可能冠上骗子的名号。

让孩子明白一个人失去信誉将是很可悲的并且后果严重。通过向孩子谈论诚实所带来的奖赏帮助孩子建立诚实的愿景。告诉孩子赢回信任的方法及在这个过程中教导他们。

9. 让自己成为值得信任的人

你的孩子从你的身上学到关于诚实的事情，比你愿意承认的更多。有时一个电话打进来，孩子被告知“告诉他们我不在家。”当你看到一些父母把孩子的年龄报得比实际小以得到更便宜的电影票，你就会明白这些父母正在训练孩子学习不诚实的艺术。如果你被邀请去参加一个社会性的事情，而你不想去，你的孩子会注意到你在对致电给你的人说什么。

事实是诚实与虚伪之间的区别。如果你希望孩子成为一个对诚实能承诺的人，你自己要成为榜样。当超市的收银员犯错多给了你现金，你会怎么办？在困难局面里面，一个谎

言就能缓解压力的时候你如何回应？如果你做到对诚实的承诺，你的孩子会学到保持清洁的良心是值得额外努力的。记住信任是建立牢固的人际关系的前提。要成为值得你的孩子信赖的人。

生活里面有很多尴尬和混乱的情形，你可以使用这种情境来教导孩子学习诚实的价值观。你同孩子之间的信任将会在很一段时间内促成建立良好的人际关系，帮助他们发展对生活的诚实。

我不能够证明的事情该如何呢？

同一个不诚实的孩子生活在一起并不容易。你总是会在猜测，她是不是又在撒谎了。有的时候你怀疑你的儿子做了错事，但是你不能证明。他也许会否认，而看起来你什么都做不了。

在这样的时刻，小心不要逼得太紧。不要强迫孩子承认或你证明不了的东西。毕竟孩子也许是无辜的，你不能过份的突出你的不信任。记住孩子撒谎会给你提供很多对质的机会，这是一个不幸的事实，这意味着你不必在事情不明朗的时候逼得太紧。你可以等候情况较清楚的时来解决问题。其它时候，你只是简单的观察，强调诚实的重要性并推动这个观念前行。

一位妈妈讲到她童年时期的故事。“我记得有一次爸爸把我们六个孩子叫到房间，他问是谁打破了灯，没有人说一句话。父亲非常的生气然后逼问得更厉害了，仍然没有人承认。最后父亲威胁说如果没有人承认要惩罚我们所有的人。他相当的愤怒，我记得我的妹妹开始哭起来，她说是她做的。现在回头想想，我并不认为是她打破了灯，她只是想缓解这种紧张气氛，她经常试图用这种方法保持和平。我现在认识到父亲仅仅只是要找个人负责。很不幸的是我并不认为我们在这种方式中学会了诚实和坦白。”

孩子们常常借着撒谎来摆脱麻烦。他们需要知道说谎比说真话更痛苦。当孩子挣扎在不诚实中的时候，我们需要教导他们说实话更有价值。随着孩子年龄的增长，我们希望他们向上帝承认他们的罪而不是试图掩盖。现在是时候让他们学习了。保持对神的开放和诚实来开始我们的家庭关系。对孩子来说目标就是建立诚实的生活方式，但是当他们失败的时候，他们需要承认并能感到被原谅。

寻找方法来纠正孩子，同时也以撒谎为线索，这样你可以在品格这个领域做更多的工作。当你教导，纠正并为你撒谎的孩子祷告的时候，你是在与神一起工作，在孩子身上建立诚实的心，终究这样的投资是值得的。

本章观点总结

当你看见...

孩子撒谎，要采取行动纠正，但是不要认为仅仅纠正就够了，那些采取欺骗的孩子也需要品格上的训练。

建立新的常规...

探讨不同阶段的诚实

教导孩子努力工作

密切监督

视隐私为特权

采取强而有力的行动

教导诚实

成为人造的测试仪

教导诚实带来的益处

让自己成为一个值得信任的人

因为...

你不仅仅只是在纠正孩子错误的说辞，你也是在建立孩子的品格以及教导诚实的重要性，相比较外面看来行为光鲜，上帝更重视的是孩子有一颗诚实的心。

进一步讨论的问题

1. 从本章开头提到的谎言测试，你学到了一件关于谎言的什么事情？
2. 讨论这一论述，“诚实是建立关系的基础。”这是什么意思，为什么诚实是如此的重要？
3. 人们如何才能重新赢回信任？

进深时间

1. 读创20：1—12，为什么亚伯拉罕撒谎(vs. 11)？他如何为自己辩护(vs. 12)？当亚比米勒知道这件事后对他有什么影响？
2. 读使徒行传5：1—10，为什么认为亚拿尼亚和撒非喇撒谎了？他们对谁撒谎？孩子们从这个故事中可以学到什么？
3. 读但以理书3：10—18，为什么这些年青人拒绝敬拜这些偶像？从他们的经历中可以学到什么关于诚实的功课？
4. 读以弗所书4：15，这里讲到用爱心说诚实话是什么意思？这里是要我们对撒谎妥协吗？

家庭作业

使用本章开始讲到的谎言测试素材，同你的孩子一起讨论诚实及如何在困难情形下处理这个问题。不要想着一次性解决所有的问题，记住过通交流和对话使得你有更多教导孩子的机会比一次性学完这些材料更重要。罗马不是一天建成的，学习对诚实的承诺也是如此。

并要以仁慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如 神在基督里饶恕了你们一样
——以弗所书4：32

9

“我仍然很生气”

饶恕：活出平安的生命

亲爱的史葛和乔安，

我知道是我的怒气破坏了我同孩子之间的关系，但是这看起来没有选择。多年来我试图控制发火，但是当生活繁忙甚至茫然不知所措的时候，我又会恢复老样子。我听到自己大喊大叫，似乎无法停止，就象一座火山，一旦喷发就要不断的进行下去。

我试过用你所教的一些策略来帮助孩子学习接受父母说“不”，教导他们听从指示，这些方法有些帮助，但是我仍然很生气，我不喜欢这种感觉。我知道有的时候孩子被我吓坏了，坦白的说我自己也吓坏了。

当我听到你们教导关于饶恕的主题，其中有一些东西触动了我的心。我想我需要处理我的过去，医治以往的痛苦和失望，使自己能得到成长。我看到教育孩子带给我的挫折，未满足的期望使得心中积累了很多的怨恨。我知道是时候学习更多关于饶恕的真理了，这样我才能真正的前进

谢谢你给我希望。我相信靠着神的力量和指引，我能够改变。我祷告我在成长中学会以健康的方式处理每天的挫折，而不是抓住痛苦和愤怒不放，甚至发泄到孩子身上。

——来自阿肯色州小石城的肯德拉

本书花了大量的篇幅介绍一些办法来帮助你减少愤怒，帮助孩子发展出成熟。但是，你也许仍然感到愤怒。究竟是什么原因导致你迅速作出反应或者立马怒火中烧呢？如果你知道答案，也许前面某些章节适合你的情况，而且你已制定出一个计划做了必要的改变。

但是，如果你仍然看到自己比期待的更愤怒，你可能会发现这一章对你很有帮助。在这一章我们希望帮助你们处理心中累积的愤怒。生命中累积的愤怒会使得你对当前的问题反应更迅速，更强烈。如果你发现自己大部分时间很愤怒，也许你需要了解你处理孩子教育的过程中的模式，让你感到很挫折的模式。

你可以耐心的来实践和应用本章讲到的方法处理你的怒气。大部分日常的过犯足够小以致你将它们隐藏起来不处理。每天在你上床睡觉之前清理你的怒气槽是一种很积极的做法。

然而有些怒气却有很深的根源必须非常小心谨慎的处理。有时人们积累的怒气已经有很长一段时日了。随着时间的推移对这种重大伤害反而忽略了，将它积聚在内心怒气槽的底部，使得你每天更容易发怒。

上帝为你生命中贮存的怒气提供了深层清洁的解决方案。拿一杯茶，让自己找个舒服的位置坐下，系好安全带。本章提供的内容可能会让你一些往日的情绪浮现出来，希望你用上帝的方法来解决。通过前面我们描述的过程，你能更清楚在日常生活中如何处理一些更大的伤害以防止他们变成一个挥之不去的问题。你也可以帮助你的孩子回应他们所经历的伤害，这样可避免孩子长大了仍然带着未解决的痛苦。

苦毒的公式

愤怒通常是由一种或另一种痛苦引起的。正如我们所知道的，每个人都会经历痛苦。有些人让我们失望，期望破灭，余下的希望也未能完成。生活是不公平的。许多人借着愤怒来责备他人和寻求报复，以此来回应这种痛苦。如果他们找不到可责备的人，他们就会将这种怒气转向神或对生活本身。当人不断的以怒气来回应痛苦的时候，内心就会变得充满苦毒，就象下面的这个公式：

$$\text{伤害} + \text{愤怒} = \text{苦毒}$$

任何经历过伤痛的人都能发展出苦毒。我们经常看到的例子是经历离婚的夫妻，家庭中误入歧途的青少年，成年人和儿童生命关系上经历一些重大的损失如亲人死亡等。但是

苦毒也有可能是许多小的过犯的累积。妻子可能会因丈夫在家里不帮助她，或孩子不感激她所做的而变得苦毒。一个父亲有苦毒可能他不喜欢自己的工作，或因为生活比他所预想的要艰难。本书的第二章我们讲到过人有愤怒的情绪不是坏事，然而苦毒却是愤怒的误用。

你可以分辨出一个心中有苦毒的成年人或孩子，因为他们的怒气好象时刻要暴发。这种人向别人发泄的怒气方式频繁而强烈，远超过问题本身。有苦毒的人受到伤害后他恢复正常的时期也要比一般人长。如果你看到自己身上有这种征兆，则是时候需要更深的了解你的心里是否有累积的怒气

有一位爸爸这样说到：“我并没有对孩子大声的嚷，但是我注意到我自己越来越不能容忍孩子犯的小错误，我的孩子出现在我眼前似乎告诉我，‘我只是想’我意识到我对他们反应过度了。我看到心里对孩子有一些苦毒，所以决定要解决这些问题。”

痛苦并非不可避免。我们知道有人经历了巨大的痛苦，却并没有因此变得苦毒。为了处理这种苦毒你必须将这两种因素分别开来，即伤害和愤怒。首先，我们来看看上帝对伤害的解决计划，然后再看看上帝处理愤怒的做法。

借着各样的安慰来医治伤害或痛苦

当我们处于痛苦中时我们渴望得到安慰。有些人从酒精，食物或沉溺于娱乐中来寻找安慰，另外有些人去寻找朋友或找一个安静的地方来重新恢复。当我们需要一种方法来应对一种痛苦的情形时，愤怒可以看似一种安慰。

有些人的习惯得到的安慰比其他人更有效。比如两个四岁的男孩对疼痛的反应是不同的。当杰森伤到了脚踝，膝盖查擦伤，或撞着了头，他就会很生气。他会仍东西，大喊大叫，甚至打父母。

当扎卡里伤到了脚踝，膝盖查擦伤，或撞着了头，他会跑到妈妈那里去寻找安慰，他哭着爬到妈妈的膝盖上，妈妈会抱住他并安慰他，这样扎卡里接受妈妈的安慰，处理他所经历到的痛直到这种痛平复，这样扎卡里仍可以回复以前的生活，不是带着挥之不去的愤怒的影响。

上帝要我们向他寻求安慰，正如扎卡里转向母亲得安慰的方式一样。这意味着我们要学习将我们的伤痛带到我们的天父那里去，信任他，接受他每天的照顾。借着祷告，读经

使我们能更了解神的性情及他爱我们的方式。知道如何经历神的安慰是处理生命中的苦毒的第一步。

从外界接受安慰有风险，因为这种方法有它的不足。如扎卡里转向妈妈求安慰，也许得到的是数落或批评。当你还是孩子的时候你也许有类似的经历，因此会觉得向神或其它的人求安慰是一件很危险的事。

有的时候来自地上的安慰确实让我们失望，最好的安慰却是来自神本身。读下面的经文，取自哥林多后书1：3-7（加上了强调）：

愿颂赞归与我们的主耶稣基督的父 神，就是发慈悲的父，赐各样安慰的 神。4我们在一切患难中，他就安慰我们，叫我们能用 神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人。5我们既多受基督的苦楚，就靠基督多得安慰。6我们受患难呢，是为叫你们得安慰，得拯救；我们得安慰呢，也是为叫你们得安慰。这安慰能叫你们忍受我们所受的那样苦楚。7我们为你们所存的盼望是确定的，因为知道你们既是同受苦楚，也必同得安慰。

如果你从没有从神或其它人那里得安慰的经历，也许现在是时候要学习了。上帝帮助我们在地上的关系中得到或给与安慰，当我们学习从他那里得安慰的时候。成为神的一个益处就是可以无需要付费就能从他那里得安慰，就好比妳嫁了一个医生，从此就能得到免费的治疗。你也许需要去探索一种新型的，健康的对上帝自身的认知，以及因着与神关系的建立而得到来自神的安慰。

安慰的对立面是激怒。被激怒的孩子很容易变得很沮丧，放弃希望，家长需要小心以下这九种激怒儿女的方式：

- 1) 过度的保护，不允许他们从经验中去学习
- 2) 同别的孩子比较或表现出偏袒
- 3) 不按年龄来对待他们，总是当作小孩子
- 4) 忽略或身体虐待
- 5) 用很苛刻的言语，过份要求或对他们不耐烦
- 6) 不聆听他们的感受或期望
- 7) 希望孩子在你做得不好的方面取得成功，以及将自己的目标强加给孩子
- 8) 挑剔，苛刻

9) 接纳他们是基于他们所做的而不是他们本身

饶恕使人从怒气中得释放

现在让我们来谈谈累积的愤怒，特别是在你的生活中留下了伤害的那类愤怒。愤怒常常是用来处理伤害的应对机制。因为它是一种掩盖伤害的方法，这样你就感觉不到伤害了。但是愤怒并不是一种很好的处理伤害的方法，并且有一些副作用。

这里有一个能消除你痛苦的工具，借着这个工具来分离使你痛苦不堪的愤怒。这个工具就是饶恕。饶恕能将你从愤怒中分离出来并且阻止人们心中苦毒的积累。但是移除愤怒后又是很可怕的，因为这样将人的痛苦和脆弱赤裸敞开，许多人会感到痛苦让人难以承受。这就是为什么接受上帝的安慰是如此的重要。认识并且信任上帝的安慰使得饶恕的过程变得容易。

即使我们学习到如何接受神的安慰，我们仍然需要知道什么是饶恕，我们怎样才能实现它。很多人对饶恕这个概念感到很难因为他们并不是真正明白它的含义。学习辨明对饶恕这一概念认识的误区以及为什么这样的认识是不正确的非常重要。

错误观念一：饶恕要求忘记

我们曾听一位单亲妈妈说到：“我无法饶恕我的前夫给家庭带来的所有的伤害。我知道我需要饶恕和忘记，但是这是不可能的。这些伤痛使得我的生活伤痕累累，这一切我永远无法忘记。因此饶恕对我来说不是可以选择的。”

这位妇女犯了一个很大的错误是因为她误以为饶恕别人就是忘记过去。毫无疑问一段艰难的婚姻或离婚会给人的生活带来巨大的伤痛，也正是这种情形最需要饶恕和医治。

耶利米书31: 34上帝对耶利米说：“他们各人不再教导自己的邻舍和自己的弟兄说：‘你该认识耶和华。’因为他们从最小的到至大的，都必认识我。我要赦免他们的罪孽，不再記念他们的罪恶。这是耶和华说的。”“赦免罪孽”并不意味着“从记忆中抹掉”。相反，饶恕意味着“不要紧握不放”，忘掉一切并不是上帝的性格，上帝不記念我们的罪孽是他没有紧抓着我们的罪不放。

上帝所作的榜样就是饶恕我们的过犯，事实上上帝还会使用我们过去的经历来增加我们服侍别人的能力。哥林多后书1: 3-4说我们的神是“赐各样安慰的神。我们在一切

患难中，他就安慰我们，叫我们能用 神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人” 借着 we 经历神的安慰，记住他在什么事上安慰了我们，我们就会有更多的资源去安慰别人。

错误观念二：饶恕意味着我们要忽略别人的罪

这种想法往往是这样措辞的：“因为我是一个基督徒，上帝希望我忽略罪，我的所作所为应该表现为这个人从来没有得罪过我的样子。” 忽略刚好是饶恕的对立面。忽略是假装罪并不存在；而饶恕却承认罪的存在。忽略没有为冲突留下空间，而饶恕却为冲突打开智慧的大门。

上帝不希望我们成为被动的基督徒，做一个被滥用的擦鞋垫。相反，上帝希望我们有智慧的在正义上站稳脚跟，也帮助其它的人成熟的长大。愤怒模糊了我们去面对的能力。事实上饶恕别人后才能更好的去面对并移走我们心中的愤怒。

有一位父亲告诉我们：“过去我认为饶恕就是忽视我儿子的过犯，不去处理。这个想法看来是不正确的，因为我从未因这样一个观点在我们的关系上有饶恕。当他做出错误的决定或表现很自私的时候，我常常很生气。现在我学习到了饶恕，我能以非常清晰的头脑来面对他的问题，我不会被怒气所左右，我能以有用的方式来面对他。”

错误观念三：饶恕就是假装没有被伤害

有一些人认为他们无法饶恕，因为他们仍然在痛苦中。他们相信需要某种超越痛苦的东西或假装痛苦不存在他们才能从这种状况中释放出来。有一些人甚至会认为基督徒应该强大到不感觉到有痛苦。然而，神却是邀请我们认识我们的痛苦，到他的面前得安慰。当我们承认这些伤痛并允许神来安慰我们的时候，我们就能得释放去饶恕别人。饶恕并不意味着假装没有受到伤害。事实上，别人的过犯可能给我们造成很大的伤害。认识并承认被伤害是饶恕别人的第一步。无视或降低我们受到的伤害，事实上会阻碍我们饶恕别人的进程。

我们知道神饶恕了我们，但是我们也知道当我们在罪中得罪神的时候，他很伤心（以弗所书4：30），当然神就是神，他的悲伤与我们这些属肉体的人的涵义是不一样的，但是原理却是相同的。即使别人伤害了我们，我们仍然能饶恕。看看上帝所作的榜样，我们明白真正的饶恕要求我们诚实的面对伤害和痛苦。有一位母亲告诉我们：“我过去常常害怕痛苦。现在我认识到我在用愤怒来应对我从孩子，父母，老板那里所经历的伤害。我正在学习以不同的方式来认识受到的伤害。认识到上帝的安慰是很有益的。当人们因着自私而伤害到我，

饶恕他们现在对我来说是意义不同于以往了。我认识到承认我受到了伤害是很好的，我能从两方面来处理这个问题。我接受来自上帝的安慰来处理我的痛苦，我也要解决伤害我的人对我的冒犯。将这两方面分开来处理，我比以前更平和了。”

错误观念四：饶恕可以一次性解决

有一些人觉得很内疚，因为在他们决定饶恕别人后仍然感到很愤怒。事实上当怒气积累了一定的时间，饶恕不是一次性能解决的事情。得罪你的人哪怕是最小的一点冒犯都会让重返愤怒的感觉，紧接着是内疚，紧接着是沮丧，进入到一个负面循环的当中。

路加福音17章，耶稣教导门徒如何才能将饶恕变成一种生活方式。“倘若他一天七次得罪你，又七次回转，说：‘我懊悔了’，你总要饶恕他。”（路加福音17：4）门徒对耶稣这样的教导感到很难做到，然后他们说：“求主加增我们的信心。”（路加福音17：5）你每次对别人的饶恕，就是降服在主前迈了一步。饶恕是与我们人类天然的属肉体的性情相抵触的，所以我们总是会用怒气来保护自己。当有人再次得罪你伤害你，你是很难再次饶恕这种人的，但是如果你信任神给你的安慰，你就能有顺服的心去饶恕。下一次或接下来一天，你可能又会遇到类似的事情。饶恕不是短时间的体验，它是需要信心的生活方式。

对大多数人来说是很难接受这种持续饶恕的观念的。不妨停下来问你自己一个问题，“谁是那一个对我伤害很深的人？”很奇怪的是很快会有一个人出现在你的脑海里，是不是？或者你一边开车一边在听广播里面讲故事，这个故事让你想起了你曾经被某人不公平对待的往事。你又重新经历了当初所经历的情绪，又再次想到对那个人的一些感受。饶恕别人是一个长期的工程，你必须时刻去面对。一件很美的事情是活出一个饶恕的生活方式是，当你降服在神的面前去饶恕别人的时候，圣灵在我们里面工作帮助我们更快的去饶恕别人，更少的怒气。随着时间的推移我们会减轻因别人给我们造成的痛苦而带来的重担。

错误观念五：饶恕是可选择的

作为基督徒，我们有一个呼召。我们被呼召完全的降服在主耶稣基督的面前。苦难，逼迫和牺牲有时会成为我们这个承诺中的一部分。饶恕就是要求我们舍弃想报复的念头，允许上帝来审判这些人和事。他希望来引领我们的道路，这样我们不是被报复和怒气充满，而是收获爱，喜乐和平安。以弗所书4：32节告诉我们并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕 正如 神在基督里饶恕了你们一样。这不是一种很随意的，它涉及到我们在基督里身份，

我们是谁，是神的工作，是不容易的，是一种牺牲，有什么不同呢？这意味成为神的儿女，这个代价是很大的，但得到的奖赏也是很大的。

有一位母亲说：“当我决定将生命奉献给神的时候，就有了很奇妙的经历。我曾经认为自己已经是一个很好的人，根本不需要什么信仰。有一位朋友告诉我信仰不是一个可做什么事和不可做什么事的清单，它是与耶稣基督的关系，他不仅饶恕了我自己的过犯，他也帮助我去饶恕别人。我知道怒气使我变成一个很丑陋的人，我朋友所传达给我的信息使我相信我也能活在平安当中。我希望能有她那样的平安。因此我决定将生命奉献给耶稣。”

什么是饶恕？

饶恕是指从心底里面释放受到的伤害。它意味着在某种情形下放弃要求公平的想法，如果有可能，代之以更健康的方式来解决问題。

紧握愤怒不放会让你很痛苦，这种痛苦遮蔽了你的视野，甚至生命中一点很小的挫折都会让你爆炸。你在生活中所看到的只是自己的痛苦，变成一个很自我的人，不快乐的人。

另外一方面，如果你去饶恕，就能够从怒气中得释放，内心收获自由。你不需要再拿什么去证明，或出于需要来保护自己，或要去获得正义。简而言之，你是自由的。饶恕不仅仅只是一个好主意，如果你希望自己身心更健康一些，学会饶恕别人也是很有必要的，当然如果你同时也希望有一个身心健康的孩子。

所以你如何去饶恕？有的时候你也许会觉得你的痛苦已连接成了很多结，你都不知道从何开始。上帝是慷慨仁慈的，他在圣经里用很多的话语来指导我们如何去饶恕。事实上，我们发现圣经至少提供了关于饶恕的四种方法。你可能会发现其中一种方法相比其它人来讲更适合你，你也可能发现在某种情况下，你需要所有四种途径。看看这四种关于饶恕的方法，祈祷上帝改变你如何处理过去的伤害，以及如何面对现今生活的痛苦。

途径一：了解伤害你的人

路加福音23：34，耶稣说，“父啊，赦免他们，因为他们所做的他们不知道。”耶稣了解这些攻击他的人。他知道这些人没有认识到他们是撒旦手中的棋子。因为耶稣了解他们，神比他们自己所知道的更多，因此耶稣能饶恕他们。更深入的去了解伤害我们的人并允许自己来信任上帝，饶恕那些伤害过我们的人。

一个十三岁的男孩成长于一个单亲家庭，他受到了很深的伤害，非常需要明白饶恕是怎么回事。我们对他充满同情因为看得出怒气对他内心造成的影响，即便他还是那么的小。我们花了几周的时间给他做咨询，并尽量同他沟通什么是饶恕以及如何将饶恕应用到他的生活当中。我们向他解释关于饶恕的方法。几周后他告诉我说：“我不再生气了，当我开始发火的时候，我会尽量去思考为什么这些人会这么去做。我认识到他们并不是想伤害我，他们只是关注其它的事情，诸如贪婪，或他自己受到了伤害，或想引起注意，所以他会去做那些伤害别人的事情。我仍然不喜欢这些事情，但是这种想法帮助我不再让这些成为我内心的拦阻。”

途径二：承认自己的过错

马太福音18：23—35，耶稣用一个故事来回复彼得关于饶恕的疑问，这个故事是一个主人饶恕了一个仆人，但这个仆人却拒绝饶恕欠他钱的人。

23天国好像一个王要和他仆人算账。24才算的时候，有人带了一个欠一千万银子的来。25因为他没有什么偿还之物，主人吩咐把他和他妻子儿女，并一切所有的都卖了偿还。26那仆人就俯伏拜他，说：‘主啊，宽容我，将来我都要还清。’27那仆人的主人就动了慈心，把他释放了，并且免了他的债。28“那仆人出来，遇见他的一个同伴欠他十两银子，便揪着他，掐住他的喉咙，说：‘你把所欠的还我！’29他的同伴就俯伏央求他，说：‘宽容我吧！将来我必还清。’30他不肯，竟去把他下在监里，等他还了所欠的债。31众同伴看见他所作的事，就甚忧愁，去把这事都告诉了主人。32于是，主人叫了他来，对他说：‘你这恶奴才！你央求我，我就把你所欠的都免了。33你不应当怜恤你的同伴，像我怜恤你吗？’34主人就大怒，把他交给掌刑的，等他还清了所欠的债。35你们各人若不从心里饶恕你的弟兄，我天父也要这样待你们了。”

这个故事的重点是讲到我们要看到上帝是如何饶恕我们的，这样我们会比较容易明白为什么要去饶恕别人。认识你自己的问题也是另外一种饶恕别人的方法。

没有人是完美的，我们也有可能象那些得罪我们的人一样大发怒气。我们希望别人能宽恕我们，给我们第二次机会，相信我们里面还是好的，但是同样的事情做在自己身上就很难。有的时候我们很生别人的气的时候，要回头去看看我们曾经伤害过的人。

途径三：让上帝来审判

愤怒是一种报复别人的形式。当你紧握伤害的怒气不放，这样会拦阻神在其它人生命中的工作。罗马书12：17—21是很好的提醒的经文，当人们挣扎于怒气和苦毒的时候。

17不要以恶报恶。众人以为美的事，要留心去作。18若是能行，总要尽力与众人和睦。19亲爱的弟兄，不要自己伸冤，宁可让步，听凭主怒（或作“让人发怒”）。因为经上记着：“主说，伸冤在我，我必报应。”20所以，“你的仇敌若饿了，就给他吃；若渴了，就给他喝。因为你这样行，就是把炭火堆在他的头上。”21你不可为恶所胜，反要以善胜恶。

当你成为一个苦毒者，从本质上来说，你是在将所谓公正的标准掌握在自己手中。你自己成为了审判官和评委，你的怒气就是对人的定罪。上帝从没有打算让你自己来担全世界的公正的重担，甚至你自己生命中的个人的公正。信任神意味着我们把公正放在神的手中。

途径四：明白饶恕带来的益处

若我们无法饶恕别人，我们自己是那个受害最深的人。在马太福音5：23—24，耶稣警告我们与别人紧张的关系会成为我们来到上帝面前的拦阻：

23所以，你在祭坛上献礼物的时候，若想起弟兄向你怀怨，24就把礼物留在坛前，先去同弟兄和好，然后来献礼物。

马太福音6：14—15，耶稣将我们从神那里得到饶恕与我们饶恕别人联系起来。

14“你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯；15你们不饶恕人的过犯，你们的天父也必不饶恕你们的过犯。”

苦毒对你本人的伤害超过对冒犯你的人的伤害。它会扭曲你的个性，让你变成一个不开心的人。当你受引诱成为一个寻求报复别人的人或内心充满了苦毒，你要停下来对自己说：“这些事只会让我成为一个很丑陋的人。”看看身边同你一起成长的人或因内心的苦毒而变得很丑陋，你需要做出一个决定来解决你的愤怒，这样你不会变得和他们一样。

神给我们提供了很多饶恕的方法和原因，因为人的苦毒是很难克服的问题。有些人用其中的一种途径去饶恕人比其它的方法好，然而其它的人却可能需要全部四种途径都用上。花一些时间阅读和思考上面的经文。当我们去默想时，这些经文提供清楚有效的帮助；请求上帝用他的话语来洁净你的内心。

你可以创建一个饶恕的日志，回到这些真理的当中，并应用到每天的经历当中。写下你对上帝的祷告，再重读过去的一些祷告。注意上帝回答你祷告的方法，帮助你处理过往的伤害。

你在这个领域所花的时间和工作将获得回报。记住，上帝是改变人心的那一位。我们决定降服，其结果是天父超自然的爱为着我们的益处来改变我们。我们可能在那一刻被怒气所充满，但是我们服侍的神是医治我们的，关心我们和爱我们的神。花些时间将你这些挣扎的方面交在主的手上，你不会后悔。

帮助孩子处理伤害和痛苦

不管一个孩子的生活是多么的顺利，他仍然会经历到一些伤害。

他们可能没有意识到他们有多么的幸运或者他们的伤害是多么的微不足道，但他们确实是经历到一些真正的伤害。

我们发现你能做许多的事情来帮助孩子用上帝的方法来处理他们的伤害，防止这种伤害随着年龄的增长发展为苦毒。苦毒就好象一个肮脏的房子。你并不是有意要选择它，但是如果你没有一个计划来防止它，它就会随着时间发生。对孩子来说看似很小的伤害就能操练如何在生活中有效的处理被伤害的问题。当你认识到孩子受到了伤害，你就有机会帮助他们学习用健康的方法来处理。

给予安慰

当孩子遇到伤心事，身体或情绪上的伤害时，有些父母会对孩子说，“不要哭了，”或“长大点，”或“让它过去”。有时候这会激起孩子愤怒的回应，很不幸的是相比眼泪和痛苦这是更为社会所接纳的方式。如果孩子学习接受从神来的安慰，他们首先要学到接受从父母而来的安慰。当孩子受到伤害的时候，你要对他们有足够的同情，毕竟，你是在示范神安慰他们的方式。罗马书12：15保罗告诉我们“与悲伤的人同悲。”遇到这样的事情你可

以这样说，“噢，我敢打赌说这是很让人伤心的。”或“如果我的朋友对我做这样的事情，我会很伤心的。”

有的时候孩子还没有预备好，父母很快进入到解决问题的模式。孩子需要知道他们感觉到悲伤，受到伤害或很孤单是可以接受的，让他们靠在你的肩头祷告，哭泣，思想神的爱，同你谈问题所在，或只是允许你一直抱着他们以安慰处理他们的伤痛。你也许需要尝试各样的想法，用你能找到的方法来安慰你的孩子。花一些时间来体验，在这个过程中你甚至学到更多安慰你自己的方法。

成为饶恕的榜样

有时父母看到自己的愤怒反射在孩子身上。一位爸爸说：“我看到我女儿和她朋友在玩，他们发生了争论，劳伦开始生气了。她声嘶力竭的对朋友大喊大叫的方式看起来很熟悉。我认识到我自己需要有一些改变来帮助她处理愤怒。”

我们能学到更多关于给予和接受饶恕。孩子应该去看看父母，看他们是如何处理饶恕的。例如，一个男孩很惊讶他的父亲不去报复在银行停车场对他做侮辱性动作的青少年，“爸爸，你为什么不叫他回来？你应该教训他一顿。”

“儿子，我不会教训任何人。”

“为什么，如果你不这样做他会一直这样做下去。”

我不认识这个人。如果我有机会纠正他，我也许会这样做，但是我不会用这种方式。最重要的是，我不想让我甚至不认识的人弄得我很愤怒。我必须对此学会放手，否则，今天余下的时间都会很不愉快。有的时候只是不值得为此难过。

有一位妈妈给孩子租了一部电影录像碟来看。她的女儿从来没有听说过这部电影，却仅仅通过电影的名字就在那里不停的抱怨说这部电影一定很无聊。尽管妈妈对这种无感恩的行为很生气，但是她仍然什么都没有说。过后，她把女儿叫过来说，“你对待这部电影的态度让我感到很受伤。我顺路去做一件对你好的事情，你甚至都不知道这部电影在讲什么，你却说了很多不中听的话。”她的女儿很好的回应了母亲的批评说：

“噢，妈妈，对不起。”妈妈通过表达难过的感受来回应女儿而不是对女儿发怒，这位妈妈树立了这样的榜样，表达感受而不是去报复。

生活给父母提供了很多机会来表达饶恕。孩子们会观察我们是如何在生活中活出饶恕的榜样，如何面对生活中他们所熟悉的各种挑战。当你饶恕那些得罪你的人，这样很清楚的展示了你是如何应对这些人的。

寻找教导的时机

视每个愤怒的情形为教导孩子的机会。首先，对孩子所受到的伤害表达同情。“我理解你为什么难过，有这种感受是合情合理的。”其次，如果孩子生气是不正确的，要用事实来教育。这样做是有益的，因为孩子常常认为如果是别人的错，他们发怒是正确的。父母同意错在别人，但是仍然要纠正发怒这件事，向他们显明面对错误的行为不是用怒气暴发来证明的。孩子需要明白即使错在别人，他们如何去反应仍然是很重要的。“你的兄弟的行为是错误的，在你要求他停止取笑你的时候他仍然这样做，但是这并不证明你就需要用很苛刻的语言来对待他。”

第三，谈谈可以替代的回应。孩子们需要学习有时候他们应当去面对伤害他们的人或事，有的时候却要学会对此放手。加拉太6：1有这方面很好的教导，让我们知道直面冲突有的时候并不是最好的选择，经文说到：“弟兄们，若有人偶然被过犯所胜，你们属灵的人就当用温柔的心把他挽回过来。”有时候孩子不应当去对质是因为她还不能胜任这样的事。最好的还是去等待，寻找更好的机会或让其它的人去直面也是更有效的办法。

有些面对的方法比其它方法更有帮助，如让孩子谈谈问题，听听另一人怎么说，提供建议，得到第三方的帮助，或对冒犯他的人首先从欣赏的角度来看，以间接的处理问题。做这些选择需要有技巧，你的孩子可能准备好也可能没准备好来应对这些关系问题。无论如何，隐藏愤怒对任何年龄都不是一个选择。孩子们需要学习对所受的伤害放手，才不致让苦毒在心中生根。

一位母亲听到邻居家的孩子对自己的儿子有口头上的侮辱和谎言。她将这些事情告诉了丈夫，丈夫决定出去教训一下这帮孩子，因为别人对待儿子的态度让他很愤怒。于是他走出去对着这些孩子大吼并警告他们。在这场争吵中他赢了，但是很不幸的是他却失去了同儿子良好的关系。他报复别人欺负他孩子的代价是他失去了教导孩子关于饶恕及如何处理生活中的不公的机会。去直面这些孩子是个好主意，但是他有可能处理得更好些，他可以先同儿子讨论一下，然后按计划平静的去处理。

罗马书12：18讲到如何面对关系问题：“若是能行，总要尽力与众人和睦。”你不能改变别人但是你却可以控制自己的态度。

凯西，两个男孩的母亲，一个八岁，一个11岁，她给我们讲了一个故事：“我记得去年对我来说是一个转折点。我返回家的时候，一个宠物在大叫，这两个男孩就让它躺在地上而不是把它带走。我气得快发疯了，决意要教训他们。就在我怒气暴发的一刻，大儿子眼中的神情让我的怒气骤然停止，他的眼里充满了恐惧和悲伤。我意识到我是在做怒气的表率。我并不是只对今天发生的事情生气，我发怒的原因是我不得不整天跟在他们后面收拾东西，我实际上是心里对孩子有了苦毒。我知道他们是做错了，他们应该学会收拾，整理房间，但这并不证明我发怒就是对的。”

我决心改变。事实上，我向孩子解释我学到的关于愤怒，饶恕以及如何处理冒犯。我告诉他们可以很温柔的态度帮助我指出来，当我被愤怒冲昏了头脑的时候。我也同意将学习用不同的方式来回应他们的问题。很惊奇的是这样做的结果我们的关系的改变。我变得较少发怒了，孩子们也学习如何处理冒犯他们的人。这是我生活中最大的挑战，但是很感恩我能在家庭成员里面知道如何解决这些事情。上帝每天教我很多的东西，我祷告神能帮助我管理好我的怒气，避免给孩子带来伤害。

上帝赋予我们愤怒和其他情绪，帮助我们明白关于生活的意义。然而那些让积蓄愤怒来自我保护的人却犯了很大一个错误。通过教导孩子如何接受安慰，如何给予和接受饶恕，这样是为孩子配备了巨大的技能，用于他们生活的当中。

但是你不知道我所经历的

每个人的痛苦都是独特的。你所经历的可能将你处理生活的能力推到极限。在痛苦的时候，我们都会转向应对策略，但是怒气只是一种处理生活伤痛的方法。你不能依靠借口继续生气。“我的生活很艰难。”“我的父母很卑鄙，离婚，不管我，上瘾症等……”生活是很艰难的，但是比你难的还有更多的人。但是很多人都见证神将他们艰难的过去转变成好事，你也可以。如果你发现自己不停的在责备自己的过去，家庭遗传，或者伤痛的经历，你永远也不会过得好。现在是时候前进，学习用不同的方式来回应问题了。

饶恕是言易行难的一个主题。但是在你想放弃之前，花时间来读上帝的话语。你也许需要好的顾问来帮助你如何在生活中去实践饶恕，不要忘记的是上帝差遣圣灵来作我们

的导师。约翰福音12：26说：“但保惠师，就是父因我的名所要差来的圣灵，他要将一切的事指教你们，并且要叫你们想起我对你们所说的一切话。”耶稣告诉他的门徒知他将要离开，不能再帮助他们明白他们所不知道的事情，但他却留下了圣灵。再没有比圣灵更好的导师来帮助你处理愤怒和怨恨。

一个名叫格洛丽亚的妈妈这样说：“苦毒就好象你将车开走前拦在你车前的一块水泥，直到你挪开它车才能走。祷告与神建立亲近的关系是唯一能移开这个障碍的方法。”有的时候上帝奇迹般的让你迅速摆脱苦毒和怨恨，但是很多的时候上帝借着我们每日在主面前的洁净在我们心中作深度的治疗。克服苦毒怨恨需要时间。你自己要耐心坚持，神在工作。将你满心累积的愤怒当作一个让神在你生命中工作的另外一个机会。这种不断出现的机会提醒你今天要让耶稣基督成为你生命中的主。

本章观点总结

当你看见...

...当你或你孩子的心中积累了怨恨，要寻找方法来释放。一些充满了怨恨的迹象有：反应过度，强度很高的愤怒，不愉快的生活方式。

建立新的模式...

将愤怒与伤害分别开来，学习用神的方法来处理他们。处理伤害最好的方法是接受来自神的安慰。借着饶恕伤害你的人从愤怒中释放出来。不要让关于饶恕的错误观念成为你的拦阻。使用来自圣经的建议。例如了解伤害你的人，认识到你自己做得不对的地方，让上帝来审判，看到饶恕给你带来的益处，以及饶恕的一些路径或方法。

因为...

与饶恕相对的是愤怒的生活方式。以愤怒回应伤害是一种报复形式，这种充满了苦毒的生活是不愉快的。你的孩子要学习到如何用健康的方法来处理伤害。当父母成为饶恕的榜样时，他们也是在教导他们的孩子。

进一步讨论

1. 复习关于饶恕的五个错误的观念，你发现认识哪一点对你最有帮助？
2. 关于饶恕的四个途径，哪一个是你最趋向要采用的？为什么这条对你有帮助？
3. 一些孩子似乎天生就容易积累愤怒，你如何告诉他们成为一个苦毒者的危险？你早期能采取什么步骤来防止孩子心中苦毒的生长？

进深时间

1. 读希伯来书12：14—15，经节14的两个命令是如何与经节15的两个命令联系上的？
2. 路德记讲了一个由悲剧到巨大胜利的故事，拿俄米在痛苦的当中返回了家乡，读 路德记1：18—21她所说的话，她生谁的气以及为什么生气？许多象她一样的情形在今天是怎样的？
3. 大卫是愿意承认罪而避免怨恨的典范，读撒母耳记上30：1—6回答以下问题。跟随大卫的人经历了什么样的痛苦？大卫因着他的敌人以及跟随他的人而受了什么样的痛苦？比较大卫对痛苦的反应以及跟随他的人对痛苦的反应，你认为为什么大卫能用这样的方式来回应痛苦呢？
4. 读使徒行传8：18—23，彼得责备西门是一个有苦毒怨恨的人。从经文所给的故事，你认为为什么西门可能是一个有怨恨的人呢？他的行为与怨恨有何关联？

家庭作业

给两个气球充气，一个充一半，一个充满，读下面的话语：“每个人的心里面都有一个怒气槽，这个槽如果充满的苦毒怨恨就会爆裂。”

让你的孩子挤气球，他们会看到充满了气的球更容易爆。读以弗所书4：26，31—32，然后回答下列问题：用什么样的方法来清除怒气槽里面的苦毒，这样不会那么容易爆发？

凡管教的事，当时不觉得快乐，反觉得愁苦，后来却为那经练过的人结出平安的果子，就是义。

—希伯来书12：11

10

没有人要求得到这份礼物，但是每个人都需要它

亲爱的史葛和乔安，

那天我和妈妈聊天，我谈到这样一个事情，我对孩子吼叫的样子与她过去吼我和我哥哥的样子几乎一模一样的，她告诉我，她的妈妈也就是我的外婆也是这样吼她和她的兄弟姐妹的。令人惊奇的是这种习惯在家族中一代又一代传递而父母们竟然懵然不知。

我一个儿子意志顽强固执，另外一个个性却相当的被动，直到十三岁了还是这样。当他们还小的时候我会对着他们吼，或许更准确些说是尖叫我不知道用什么办法才能让他们更合作。

我祷告能用神所教导的方法来教导孩子，于是我开始问我自己，“你如何能指望你的孩子成为一个敬虔的人，如果他们总是看到母亲在对他们吼叫，大发脾气？”上帝教导我使用后果来管教而不是争论或大吼。借着神的恩典，我不再借着怒气来教训我的孩子。我的一个儿子甚至观察到我不再象过去那样在怒气中生活了。现在我可以更多建设性的方法来帮助孩子们走向成熟。

有的时候我仍然感到很生气，但是我不再发在孩子们的身上。他们需要的是有一个能帮助他们成长的母亲，而不是一个象火山一样随时会喷发的人。我学习到制定界限，并帮助他们用建设性的方法来处理冲突。我们因此可以更好的连接。我相当的感恩神带领我的儿子们如何来跟随他。

——来自佛罗里达州迪凯特的巴布

许多成年人都竭尽全力想成为好父母，为着家庭的爱和团结奉献着自己，然后他们有了第一个孩子。那些敬虔的父母常常惊奇的发现他们的孩子自我为中心，自私和叛逆。有一位父亲这样说到：“怎么会这样？我和妻子爱他们中的每一个，希望家庭成为一个愉快和安全的地方，但是我的孩子却总是不合作，毫无疑问的是我会发怒，他们总是不停的做错事。”

父母总是想把最好的给孩子。他们希望家是一个宁静的港湾，一个充满了爱的地方，一个可以相亲相爱的空间。但是太多的时候孩子并不会照此来合作。父母努力工作，为孩子们作出很大的牺牲，但是他们几乎没看见或表现出一点感恩。耐心带来的是孩子们的拖延，希望他们帮帮手遇的是恶劣的态度。许多充满希望的父母在孩子的教育上都经历过现实的破碎。

一位母亲这样说到：“在我有孩子之前我想象的是我进到孩子的房间，拍拍他的额头，亲吻他们的前额，关灯，看着他们幸福的进入梦乡。现实状况却是最好忘记这回事，每天晚上的就寝时间就象一场战斗。友善是行不通的，我必须大吼，发脾气，他们才会乖乖到床上去。”

许多父母感到很失望。他们对家庭有着很多的期待，急于付出一些时间和精力让家里少些摩擦，多些欢乐。为什么他们要对孩子大吼大叫呢？因为这样做才能起到作用啊。才能把孩子们摆平啊。如果父母的目标是让孩子坐到餐桌前来，进到车里面去，停止四处游荡，用严辞厉语似乎是最有效的，但真的是这样吗？吼叫，愤怒的言语可能引起他们的注意，甚至让他们听从，但是却无助于建造孩子的品格或相关的技能。

以上这样的方式通常预示着父母并无一个教养孩子的计划。想像一下你要去修理厂修理车的刹车问题，修理师弄了数个小时，然后说到：“我们没法整好你的刹车，因此我们只是把你车上的喇叭弄得更响亮了。”有些父母教育孩子就是用这种方法，他们不知道如何解决孩子的问题，因此他们只能提高说话的音量，认为高分贝的声音可产生积极的效果，其实是没有作用的。

你也许会说：“等等，只有发火我的孩子才会听我。”如果这是事实，你是在训练你的孩子以你的愤怒作为一个信号，是听从父母的时候了。你的孩子是如何知道你什么时候

停止说话，提醒，唠叨或你将采取的行动的？孩子们很聪明，他们知道可拖到最后一刻才作出回应。他们已知道你要给多少次警告，通过辨别你的语气知道你准备采取后果。如果你能尽早的不发怒来教导孩子，你通过怒气来完成目的的时候就会减少。

在一定程度上，采用的解决方案是让孩子能针对不同的暗示来回应。如果对孩子吼叫是你用的一种信号，那么改变这种方式，用更具建设性的方法来做。

愤怒可能会在短时期产生效果，但随着时间的推移，孩子也学会调整。有一位爸爸告诉我们：“最初，吼叫能引起孩子们的注意，他们会按着我说的去做因为他们害怕，但这样做的结果是他们也会用吼叫来回应我，最终，吼叫也没什么反应了，他们根本不理睬我。”

愤怒的言语有时可能促使孩子们去做你所说的，但是近距离的观察却会发现这样做很破坏家庭的关系。短时间的听从带来的是以长期的亲密关系为代价的。严厉的措施可以让孩子与你保持一致或让他们完成一项任务，但这种方法却剥夺了家庭的快乐。最终，亲密关系才能为父母提供教导机会及轻松的家庭生活。对孩子吼叫或严苛只会破坏信任，最重要的还是帮助孩子们学习对生活有价值的原则。

好的管教方法对父母和孩子都是有益的。当父母有了一个计划的时候，孩子才能学习用神所喜悦的方式来处理错误。如果你知道这种方法，你就不会那么容易沮丧，更能认识到坚持才能造就孩子的品格。你如何看待你的孩子，你怎么来管教但又保持冷静，当情形变得有些困难时，以下为你提供四个建议：

1. 孩子还是生产线上的半成品

想象有一位汽车经销商名叫马丁，他在汽车展厅里面工作。马丁的职责是把车卖给潜在的客户。当他看到他要售出的车竟然少了一扇门，他会很惊讶和沮丧。他不想看到有缺陷的车在他的展厅里。展厅里面摆放的车应当是完好无缺的。

另外一方面，名叫比尔的一个人在工厂工作，他的职责是检查汽车的缺点和缺失的部分。他的工作就是发现车的问题并修复。事实上因着事物本身的性质比尔也要作好准备来应对各种问题。如果车的门没了，他并不会生气，只是按照常规获取一张门并把它按上。比尔很清楚当一辆车还在生产线上的时候，还需要持续不断的来完善。把门添上，将各种零部件放在一起，工人们持续的寻找方法来改善产品。

马丁和比尔都是父亲，他们看待自己的孩子的方式也象在工作中看待自己产品一样。当马丁看到孩子身上的缺点时，他总是很难过和沮丧。“我的孩子不应当是这样。”他就是这样要求孩子的。而比尔，看到孩子身上的软弱，但是却能很从容处理。他也按他的习惯去帮助孩子成熟长大。

我们应当将孩子视作一个正在生产过程中的半成品而不是成品，这样你才不会用苛刻和沮丧来回应。就象比尔一样，将孩子的问题当作一个教育孩子的机会。不良的行为以及各样的挣扎表明孩子需要帮助他们长大和成熟。

父母常常因着孩子需要不断的纠正，以及无止境的问题而感到沮丧。如果你记得孩子还是在生产线上而不是在成品展厅里面，你对他们的期望是如何应用各样的解决方案而不是只倾泄怒气。

2. 首先父母要改变

一些父母没有意识到他们亲子教育中怒气这个问题的严重性。当他们用怒气来处理与孩子的冲突时，他们会说：“如果我不大叫，我的孩子根本不会……”这种陈述是极力将自己发怒的责任放在孩子的肩上。毫无疑问的是孩子确实是做错了，对父母的教导没有正确的回应，态度也不好，但是有比怒气更有效的方法来教导，纠正以及限制孩子。记住，怒气只是适应于辨别问题但并不利于解决问题。如果你很容易被孩子激怒，也许是时候尝试在改变你的孩子之前，你看看你自己对孩子的期待是什么。

没有什么比家庭来教导我们成长更重要，我们自己在家庭中做到了多少。对孩子发怒显明我们从来不知道存在的问题，表明我们的相关的习惯多年来一直根深蒂固。神能用家庭来帮助我们成圣以及建立他所期待的品格。孩子眼中的恐惧和失望的眼神能触动我们的心并为我们更好的来处理我们的弱点提供动力。有这样一个咨询的案例，十岁的布莱恩这样说到：“有的时候我想同我的父亲分享一些问题，但是我知道他会旁顾左右而言它，并对我发怒，我希望我们能成为朋友，但是我很讨厌他发火的样子。我们确实不太亲密。”当父亲听到孩子这样的想法的时候真的是大为触动，他需要做一些重大的改变。

如果你希望和孩子和平共处，你需要努力为此做点什么。你不可能只是坐在那儿，悠闲的坐享成果。发怒是没有作用的。如果对孩子发怒已成了你的习惯，现在是改变的时候了。一位单身父亲这样对我们说：“有一天早晨起床后，我对着镜子，我认不出镜子里面的

我怎么变成这样一个人。我认识到我自己要做些改变。怒气和怨恨把我变成了一个伤害别人的人。当我开始着手思想处理我的思想，感觉和反应的时候，我也开始能用不同的方式来回应生活中的挣扎了。我很惊讶的看到我的孩子回应我的改变。我的家庭开始朝积极的方向发展了。”

你清楚的看到自己的不足对孩子们是个鼓励。很令人惊讶的是当看到其它的人其实也有同样的挣扎，这成为一种让人改变的动力—特别是当这些人是他们的父母。你也许会这样对你的孩子说：“我对任何建议都是持开放态度的。以前我从没有表扬过格雷，我会尽我的努力去做，但是你如果有任何关于我能更有效的管教你的好主意，我很乐意听取。”

不要害怕寻求帮助，读相关的书籍，同其它的父母交谈，吸取课程和研讨会的优点，最重要的是，了解你的孩子并向他们学习如何来养育他们。当我们情绪过于强烈或很多的事情没有纠正的时候，他们有令人惊讶的方式来教导我们。

许多父母的愤怒指针设置得太紧，即便是最小程度的违反他们的反应都会很强烈。雅各书1：19—20的经文应当是我们大家都要记住的：“我亲爱的弟兄们，这是你们所知道的。但你们各人要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒，20因为人的怒气并不成就神的义。”耐心，坚忍，自控这些品格都能帮助父母增加对怒气的忍耐。

3.可预计的抵挡

在电影“功夫梦”中，丹尼尔向宫城先生学习空手道。宫城先生意识到丹尼尔的目标非常短浅，因此他用到一些让他的学生疑惑惊讶的方法来教导他。宫城用到一些特别的方法来教导孩子，如给汽车打蜡，往甲板上运沙，油漆篱笆，房子。而丹尼尔并不明白这些练习的好处，开始反抗这些做法，并质疑宫城的这些做法是在把他当奴隶一样。只有随着丹尼尔成熟后他才能够看到，宫城先生努力教导他这些生活技能，是帮助他去面对生活中最大的挑战。

就象电影中的丹尼尔，你的孩子也不会明白为什么你要指导，纠正以及限制他们。毫无疑问他们会质疑你的智慧和动机。尽管孩子会抵挡你的教导，不要放弃。可能有的时候你更愿意选择逃避而不是面对，更想休息而不是纠正，更想自己的事而不是教导孩子如何去做。你也许听过一位妈妈与她三个精力旺盛的孩子的故事。一个夏天的晚上，饭后她与孩子们一起在后院玩“警察抓小偷”的游戏。其中一个男孩“射中”了他的妈妈然后叫到：

“捰，你死了。”妈妈顺势倒在地上，但是她没立马站起来。一个邻居跑过去看看他是不是在倒下的时候受伤了。

当邻居弯下腰，劳累了的妈妈睁开一只眼说到，“嘘，不要管我，这是我一天唯一能休息的时候。”

父母确实需要休息，但是小心不要忽略对孩子的训练，只是关注自己的事情。亲职教育意味着牺牲和努力。尽管孩子们会反抗你的教导，仍然要勇敢的来挑战他们。

希伯来书12：11提醒我们管教孩子是不容易的，“凡管教的事，当时不觉得快乐，反觉得愁苦”。给孩子进行免疫接种的时候他会尖叫哭喊，他不在乎这样做才能阻止疾病，他就是不喜欢痛的感觉。我们生活中没有人想要痛苦，但是管教就必然涉及到痛苦。不管我们是做物理治疗，减肥或存钱，我们必须放弃一些东西才能得到我们想要的东西。

小心不要让孩子抵挡成为训练孩子的拦路虎。孩子们通常不会有远见看到努力工作的必要，除非能给他们某种直接的奖励。当你没向儿子提要求，他能主动的将垃圾桶带走，或你的女儿能主动清理房间，这些小的迹象是表明孩子成熟指日可待。鼓励你的孩子继续这样做，立定心志即便有阻力也要坚持下来。你的孩子在成长的过程中需要你的自律和坚持。

3. 努力工作产生的结果

有些父母很害怕对孩子说“不”因为他们不想让孩子不高兴。所有的其它孩子有一种特别款式的包，但是你的儿子用的是去年那种深蓝款式的。你会为他买一个新包吗？也许，但也不一定要这样。通常孩子们是要活在界限中才能发展品格的。

亲子教育的目的并不是给他们想要的一切，让他们高兴。让孩子生活在界限当中是正确的，即便他们的朋友没有这样。他们没有最新的产品或最新的升级都没有问题。那些看起来可怕的不方便是爱的表现。你不允许很小的孩子在街上玩或不允许青少年在外面过夜，你是在用界限来保护孩子。

一些孩子焦躁不安，正如路加福音15章中的浪子，这种情形导致了孩子的叛逆，并期待家庭能供应更多。他们偷窃，吸毒以及卷入性的当中。希伯来书12：11讲到，管教是“后来却为那经练过的人结出平安的果子，就是义”。孩子需要管教才能有平安，如果一个孩子没有在家学到管教的值，生活会让他在其它地方学到这一课，为了克服焦躁而得来的平安。

焦躁不安的心是很危险的。家长要学习辨别早期这方面的迹象。父母需要更多的致力于管教以及专注在品格的教导上来阻止孩子这种状况。你如何看得到孩子这种状况呢？只要看看我们在本书中提到的日复一日的交流互动中。如果你的女儿对纠正不与回应，要处理这件事。如果你的孩子不接受父母说“不”，不要让这件事就此过去。这些孩子需要品格训练。孩子们要受管教是天父为着美好的意愿来设计的，为的是制止他们的不满和叛逆。但是这一切得来并不容易。作为父母我们需要耐心并保持管教。

有两种方法可以让孩子学习到东西：经验和教导。圣经中提到的浪子就是借着经历不得不学习平安，满足和感恩。这是很让人悲哀的事情。经历常常象一个无情的工头。有太多的成年人从经验中所学习的后果付出的代价是漫长的疾病，伤害和坏习惯。有一个更简单的方法，让孩子们在课堂中学到纠正和指导，他们能避免随后生活中更多的痛苦和折磨。

日常中对孩子的管教可以建造孩子一生成功所需要的品格。借着专注于目标及管教带来的长远的好处，你可以坚持住，保持平静，用计划、方案而不是怒气来回应问题。

将挫折转化为品格建造

当孩子学习听从指导，是在培养他们的责任感

当孩子学会回应纠正，是在培养他们的智慧

当孩子学习接受“不”，是在教他们学会满足

当孩子学会如何有一个正确的态度，是在培养积极的眼界

当孩子学会克制，是在培养他们学习自我控制

当孩子学习诚实，是在培养他们成为一个诚信的人

这个清单还可以不断的列下去，父母投资时间和精力在这样的亲子教育当中就是在帮助孩子发展品格。

露营

我的家人（斯科特）很喜欢露营。我们的孩子还很小的时候，我们经常带着帐篷和装备去营地几天享受户外的活动。我们在这里升火做饭，过几天远离尘世干扰的特殊的的生活。

我的妻子凯莉同家人一起露营中长大的。她有很多很好的建议使得我们的野外露营的生活很棒。她总会提出一些我从来都没想到过的好建议。例如，如果在使用锅之前在它的底部擦上肥皂，锅在清洗的时候会更容易。将放有食物的容器挂在树枝上而不是放在地上这样做是防止野生的小动物在晚上跑到营地里面来。还有衣夹，永远也不要忘记衣夹，它们不仅能晾晒衣服，还可用它们来排除一些故障，包括把东西固定住或将东西集中在一起。凯莉用到很多的技巧和方法使我们有个有趣的和愉快的露营时光。

当然，我们的孩子也爱露营。他们渴望在树林里面玩耍，探索，生火，玩得很开心。在多数情况下，他们甚至不考虑要干活，以及妈妈为了让他们有个美好的生活体验所做的计划。

亲子教育有很多方面类似露营。作为父亲或母亲，你需要有长远的眼光看到什么事情成为他们生命道路上的拦阻。你知道你儿子说话的方式会阻碍他成功，你知道女儿做家务时的恶劣态度不仅让别人不满，同时她不愿意干活的使得她成为一个不快乐的人。同样，凯莉露营的经历能帮助她知道如何为露营做最好的准备。你的生活经验使你能洞察到孩子面对未来要有成功的生活需要哪些方面有所改变。

花时间来预备孩子未来的生活并不是说你要花很多额外的时间来教导他们。你可以在日常的活动中来指导他们，用日复一日的互动和关系来帮助孩子学习发展成功所需要的品格，也许你的孩子现在不会感激你，但是随着他们长大，他们会看到你所教给他们的这一切东西的价值。

一生的礼物

你曾经收到一份你不明白的礼物吗？你翻来覆去的看，并不觉得有什么意思。当我们成年的时候许多上帝管教我们的方法，你会发现都有惊喜隐藏其中。生活中的考验和问题教给我们的常比我们想象的要多得多。回首往事，我们也许更愿将其当作一份礼物而不是一种负担。

这本书的每一章皆呈献了亲子教育的某一个方面，并在各种不同情形下的应对，我们也将之描述为你送给孩子的一份礼物。尽管孩子们也许不欣赏这个礼物甚或在某个时候并不认识到它的价值，但是你对你的职责了解清楚会使你的亲子教育工作更容易些。你给与孩

子管教,纠正及指教,你教育他们是因为你知道他们需要什么,不是因为要他们来享受现在,甚至理解为什么要得到它。

作为父母,你有责任教导,指导,训练,引导孩子转向耶稣我们的主并他公义的法则。父母可以向神祷告,求神帮助孩子先改变他们的心,行为也自然的改变了。但孩子的改变并不总是这样进行。有的时候,一个人要先改变行为,这样神才开始改变心的工作。看看你自己的生活,也许你已决定停止对孩子们吼叫,尽管你仍然感到随时要爆发。你的外在改变了,是因为你知道这样做是正确的,你也相信上帝会即时改变你的心。

当开始养儿育女的工作的时候,许多人认为他们已懂得了很多,然后很快他们就会遇到不懂的问题,但大部分时候我们就这样让亲子教育的事情就这样过去了,紧接着孙儿孙女又来了,不需要很长的时间,我们意识到,即时我们拥有最好的育儿的策略和计划,最终我们可能还是管不好孩子。我们需要天父的恩典和怜悯。

神在雅各书1:5赐给了一个应许:“你们中间若有缺少智慧的,应当求那厚赐与众人、也不斥责人的神,主就必赐给他。”花时间祷告将会帮助你和你的孩子在主里面成长,亲子教育的过程确实是一个属灵的历程,需要有信心,谦卑以及神定时的引导,你由此发展出来的常规及依赖上帝所赐的力量将为你整个家庭带来积极的改变。当你因着孩子的问题被诱使进入到“拳击场”,并使用严苛的方法想给孩子“一点颜色看看”,记住这个时候是你响应你新的计划和常规的时候了,如果孩子引发你开始争吵,呆在拳击场外作为一个教练来回应你的孩子。将孩子口头的攻击视为一拳,但是你承诺你不会打回去。问一问你自己:“现在真正的问题是什么?我如何才能象一个教练一样来回应我的孩子?”如果你用不同的方法与孩子连接,他们也会调整回应你的方式。不要让孩子所经历的挣扎和不成熟逼使你回到过去旧有的模式。你的孩子需要铸造品格,你是他的教练。

你的愤怒有很重要的功能。你可以使用它来显明孩子身上的软弱或问题,然后选择用爱,恩典以及一个健康的常规来回应。管教孩子是一个行走在信心中的工作。向神求智慧,力量和耐心,也要认识到你的孩子属于上帝,上帝正在他们生命中做工。你是上帝所使用的一个工具,带领孩子成长和改变。伴随着你的关怀和计划,你就能帮助孩子发展出他们所需要的品格。如果你这样去做了,你就是送给了孩子一份受益一生的礼物。

本章观点总结

当你看见...

孩子对你教育的抵挡以及你自己在亲子教育中沮丧的情绪，不要放弃。

建立新的常规

花些时间想想你为什么要教育孩子呢。认识到孩子就象生产线上的半成品，父母要先改变，你也会遇到孩子对你教导的抵挡，你的努力最后会得到一个结果。

因为...

亲子教育不是一时的工作，它是在为孩子的一生做准备。

进一步讨论

- 1.将亲子教育描述成生产线/成品室，这种描述如何减少父母怒气的回应呢？
- 2.本章的四个建议哪个对你是最有推动力？为什么？

进深时间

1. 读希伯来书12：5—11，讲讲你生活中经历到父母，其它成年人或神给你管教，你当时觉得受到伤害，但你现在知道了它的益处这样的例子。
2. 腓利比书1：6保罗用这样的话来鼓励我们“...我深信那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子。”这段经文如何应用到父母身上，孩子身上，以及我们在家庭生活中成长的方向。

家庭作业

让家庭的每个成员提出改进家庭生活的一种方法，你也许可以这样问：“你可以做什么来使得我们的家成为一个更好的地方呢？”记住，不要批评，问题本身可能提高每个人需要成长意识。