



## 貞潔清單

明智的做法是在青少年面對誘惑或尷尬的情況之前就幫助青少年建立明確的界線。只要他或她開始對異性的產生興趣，就當花時間一起檢視下面的討論清單，創造健康的期望和目標。

**約會的目的：**當你的青少年孩子考慮要約會時，使用下面的陳述作為與他/她討論的架構。

### 約會是：

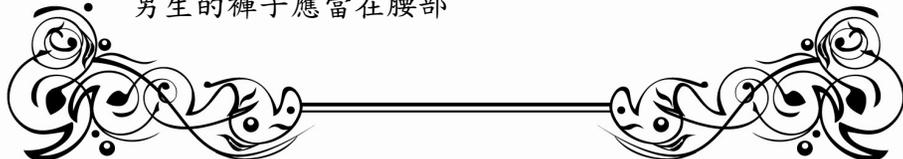
- 花時間與異性相處來找出一個未來的配偶
- 彼此建立友誼沒有身體實質的接觸
- 為適婚或打算結婚的雙方認識的一種過程

### 約會不是：

- 親吻，觸摸或其他形式的婚前親密關係
- 同輩之間有男女朋友的位置象徵
- 藉著得到異性的注意來提高自己信心的方法

**端莊合宜：**避免引起別人的試探和展示自我尊重，在穿著上設立基本準則，例如：

- 女生的短褲和裙子的長度到指尖
- 女生坐姿的練習(注意屁股背後)
- 泳衣(跳上跳下，並確保沒有任何暴露)
- 女生的上衣必須完全覆蓋胸部/乳溝，包括彎腰時
- 女生與男生游泳時應該穿連身泳衣
- 男生的褲子應當在腰部



## 貞潔清單

明智的做法是在青少年面對誘惑或尷尬的情況之前就幫助青少年建立明確的界線。只要他或她開始對異性的產生興趣，就當花時間一起檢視下面的討論清單，創造健康的期望和目標。

**約會的目的：**當你的青少年孩子考慮要約會時，使用下面的陳述作為與他/她討論的架構。

### 約會是：

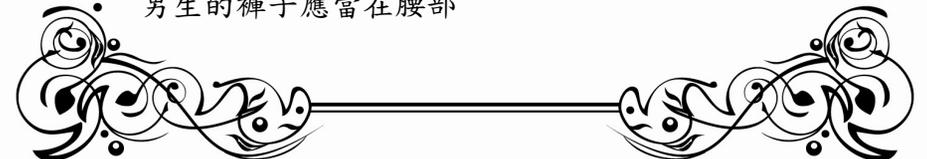
- 花時間與異性相處來找出一個未來的配偶
- 彼此建立友誼沒有身體實質的接觸
- 為適婚或打算結婚的雙方認識的一種過程

### 約會不是：

- 親吻，觸摸或其他形式的婚前親密關係
- 同輩之間有男女朋友的位置象徵
- 藉著得到異性的注意來提高自己信心的方法

**端莊合宜：**避免引起別人的試探和展示自我尊重，在穿著上設立基本準則，例如：

- 女生的短褲和裙子的長度到指尖
- 女生坐姿的練習(注意屁股背後)
- 泳衣(跳上跳下，並確保沒有任何暴露)
- 女生的上衣必須完全覆蓋胸部/乳溝，包括彎腰時
- 女生與男生游泳時應該穿連身泳衣
- 男生的褲子應當在腰部



**看守責任：** 除了爸爸媽媽，鼓勵你的孩子指定一個或兩個有相同價值觀的親近朋友，彼此看守負責來保護他們的純潔。

**立下界限：** 輔導青少年現在決定他/她在異性的關係中會與不會做的事。討論以下有關身體上的親密接觸的自然漸進概要。共同決定在哪裡立下界線，以保護貞潔和避免破碎的心。

- 調情
- 側面擁抱
- 正面擁抱
- 手牽著手
- 摟著對方
- 摟抱
- 接吻
- 法式接吻
- 觸摸/有穿衣服的愛撫
- 赤裸或在衣著內的撫摸
- 口交
- 性行為

**危險區域：** 建立一系列的策略來幫助他們避免會可能妥協情況，包括...

- 切勿在沒有父母監督下與異性在一所房子
- 待在客廳裏，不要待在臥室
- 你所在的房間房門要打開
- 約會後直接回家，不要逗留在車上
- 限定獨處的時間給彼此空間
- 只與成熟的基督徒約會
- 在16或17歲之前只與一群朋友約會

**退出計劃：** 建立一個簡單的方法讓你的青少年可以逃離異性的誘惑或危險的情況。討論可能使用“代碼語言”，當他們打電話或發短信，如“我有愉快的時光，但我覺得不舒服。”這會提醒你，他們需要離開但不在別人面前覺得尷尬。

**給與恩典：** 如果你的孩子已經犯下錯誤，例如觀看色情影片或有超過男/女朋友的關係，讀約翰福音第8章，並求神幫助你以耶穌對待行淫婦人的恩慈為榜樣。你必須明確指出罪就是罪，使你的孩子可以因著悔改而接受神的恩典。但也要提供希望並挑戰他/她重新開始，“不要再犯罪了”。找到一個合適的時間來討論，而不是在發現罪時過度反應。指導他們藉著相同的步驟對未來設立新的界限和責任。給與恩慈和寬恕，並且帶領他們從這個角度上作出承諾，以避免進一步的危及損害其純潔。

**看守責任：** 除了爸爸媽媽，鼓勵你的孩子指定一個或兩個有相同價值觀的親近朋友，彼此看守負責來保護他們的純潔。

**立下界限：** 輔導青少年現在決定他/她在異性的關係中會與不會做的事。討論以下有關身體上的親密接觸的自然漸進概要。共同決定在哪裡立下界線，以保護貞潔和避免破碎的心。

- 調情
- 側面擁抱
- 正面擁抱
- 手牽著手
- 摟著對方
- 摟抱
- 接吻
- 法式接吻
- 觸摸/有穿衣服的愛撫
- 赤裸或在衣著內的撫摸
- 口交
- 性行為

**危險區域：** 建立一系列的策略來幫助他們避免會可能妥協情況，包括...

- 切勿在沒有父母監督下與異性在一所房子
- 待在客廳裏，不要待在臥室
- 你所在的房間房門要打開
- 約會後直接回家，不要逗留在車上
- 限定獨處的時間給彼此空間
- 只與成熟的基督徒約會
- 在16或17歲之前只與一群朋友約會

**退出計劃：** 建立一個簡單的方法讓你的青少年可以逃離異性的誘惑或危險的情況。討論可能使用“代碼語言”，當他們打電話或發短信，如“我有愉快的時光，但我覺得不舒服。”這會提醒你，他們需要離開但不在別人面前覺得尷尬。

**給與恩典：** 如果你的孩子已經犯下錯誤，例如觀看色情影片或有超過男/女朋友的關係，讀約翰福音第8章，並求神幫助你以耶穌對待行淫婦人的恩慈為榜樣。你必須明確指出罪就是罪，使你的孩子可以因著悔改而接受神的恩典。但也要提供希望並挑戰他/她重新開始，“不要再犯罪了”。找到一個合適的時間來討論，而不是在發現罪時過度反應。指導他們藉著相同的步驟對未來設立新的界限和責任。給與恩慈和寬恕，並且帶領他們從這個角度上作出承諾，以避免進一步的危及損害其純潔。