

勵志委身的「信仰之旅」計畫

孩子姓名： _____

未來的一年，你將如何付諸行動？

- 每天陪伴孩子禱告並為他/她禱告。
- 持續與孩子讀神的話。
- 每天為孩子祝福。
- 養成與孩子一起敬拜的習慣。
- 安排全家一起服事。
- 安排特別時間來分享討論即將來臨的變化。
- _____

信仰之旅的下一步是“貞潔”，建議從孩子十三歲開始使用它。我們會提供一套免費的“貞潔”材料來引導你。請到西區之家查詢。

推薦資源

Preparing for Adolescence by Dr. James Dobson

Emergency Response Handbook for Parents by Group Publishing

So You're About to be a Teenager by Dennis & Barbara Rainey

Age of Opportunity: A Biblical Guide to Parenting Teens by Paul David Tripp

Five Conversations You Must Have series by Vicki Courtney

Ready for Adolescence Family Night Tool Chest from heritatgebuilders.com

西區之家

晚士頓西區中國教會

www.whcchome.org

FAITH
PATH

預備青春期

幫助你的孩子面對身心的變化

幫助你的孩子預備青春期所面對的變化與挑戰，最好的方式就是為他們提前做好心理準備。需要特別花時間和孩子在一起，母親與女兒、父親與兒子、單親父母與任一性別的孩子，讓青春期前的孩子在巨大轉變來臨前，對將要面對的變化有基本的了解。要以主動和樂觀的態度幫助孩子做準備。以下是簡單的指南：

在何時：通常家長擔心太早預備孩子的青春期，會造成他們的困擾，或者挑起他們未成熟的好奇心。然而更令人擔憂的是，別人已搶先這樣做了。孩子往往在11歲左右，比家長更先預備好了。當然不是每個孩子都一樣。因此，花時間和孩子在一起，來了解他的成熟度是很重要的。求神給你智慧來斷定分享談論的時候。

談什麼：你的準備需要針對孩子在轉變為成人時所要面對的各方面變化，特別是身體、作決定的方式和親子相處方式三方面的變化。

- **身體的變化：**很重要，你需要先向孩子描述身體會產生的變化，其次才是懇請他們禁慾守貞。你的孩子需要有個遠見，清楚身體內外的變化，是預備他們將來能夠體驗婚姻的喜樂和創造新生命的奇妙。

- **作決定的方式：**隨著年齡的增長，你的孩子逐漸需要自己作決定並為之負責。在媒體的選擇、個人的責任（如：功課，家務等）以及遠離毒品與避免酗酒的問題上，你要全面持守家庭價值觀，同時還需要指引孩子在健康和道德操守方面作智慧的決定。箴言書的前9章可幫助孩子如何作出智慧的選擇，而不是愚昧的決定。

- **親子相處方式：**考慮與你的孩子解釋，在未來10年裡，你會逐漸從老師的角色轉變為輔導的角色。你要開始指引他邁向自立。這也是刻意幫助孩子與能夠影響他們生命的敬虔成年人建立關係的最佳時期。

如何作：以下是一些幫助你開始的方法：

- 定下一個特別的時段，或和孩子一起旅行時，探討分享其中一項推薦資源。
- 聆聽這套材料裡所提供的英文有聲光碟“The Talk”，並選擇其中一些例子來討論分享。
- 創造一個坦誠溝通的環境，讓孩子可以與你分享，交談和討論。
- 要聆聽！讓孩子分享他的想法與疑問。不要論斷或急於給予教訓。
- 享受快樂時光。透過營造愉快的時光來建立良好的關係，孩子可能更願意聆聽並與你坦誠交談。