

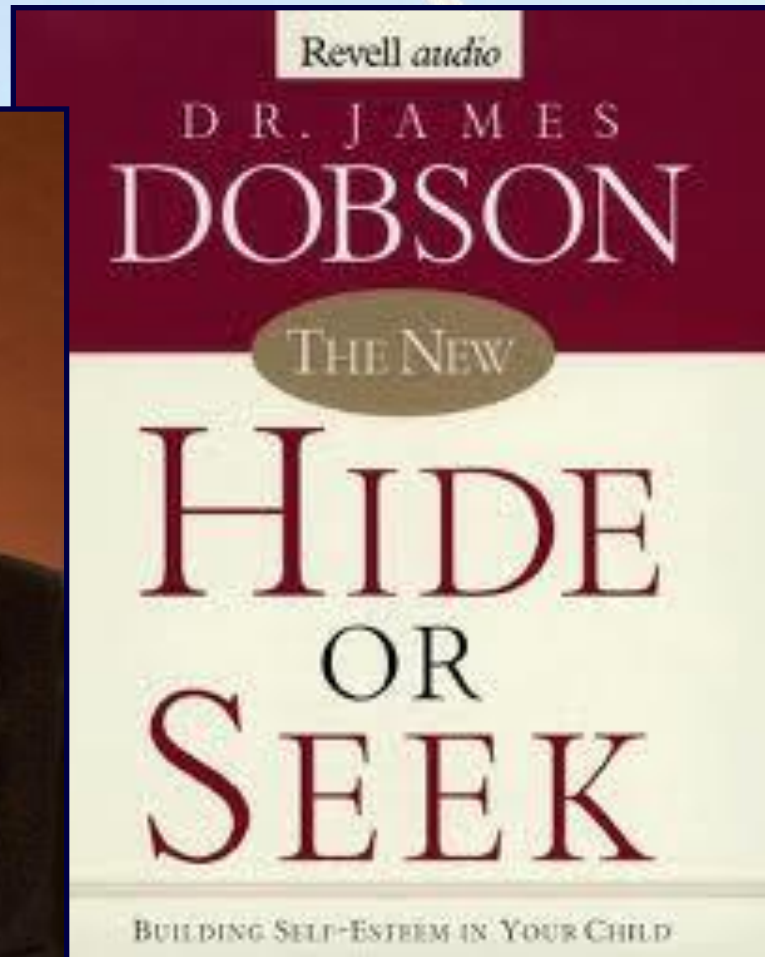
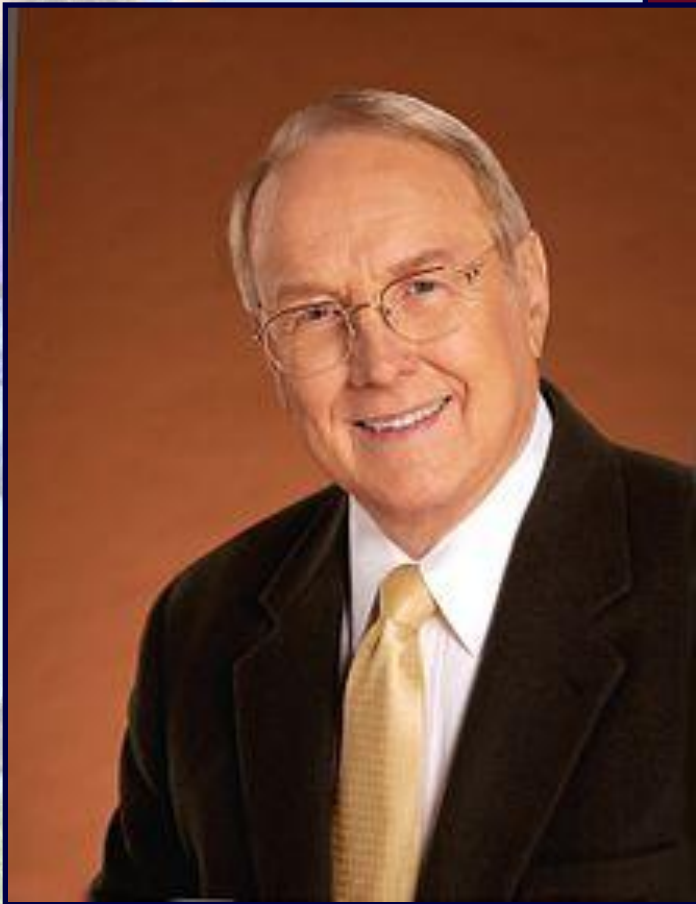
親子系列五

# 讓孩子自信過一生

牟大明



# Dr. James Dobson “Hide or Seek” （“轉個彎一樣有路走”）



# 一. 自信的重要

自信 → 個人

棟樑 → 房屋



## 二. 扭曲的自信

自卑 – 退縮憂鬱  
憤怒反擊  
裝作丑角  
逃避現實  
盲目認同

臨床病症 – 憂鬱症

燥鬱症

反社會型人格異常

做作型人格異常

依靠型人格異常



## 二. 扭曲的自信 (cont.)

驕傲 – 假自信

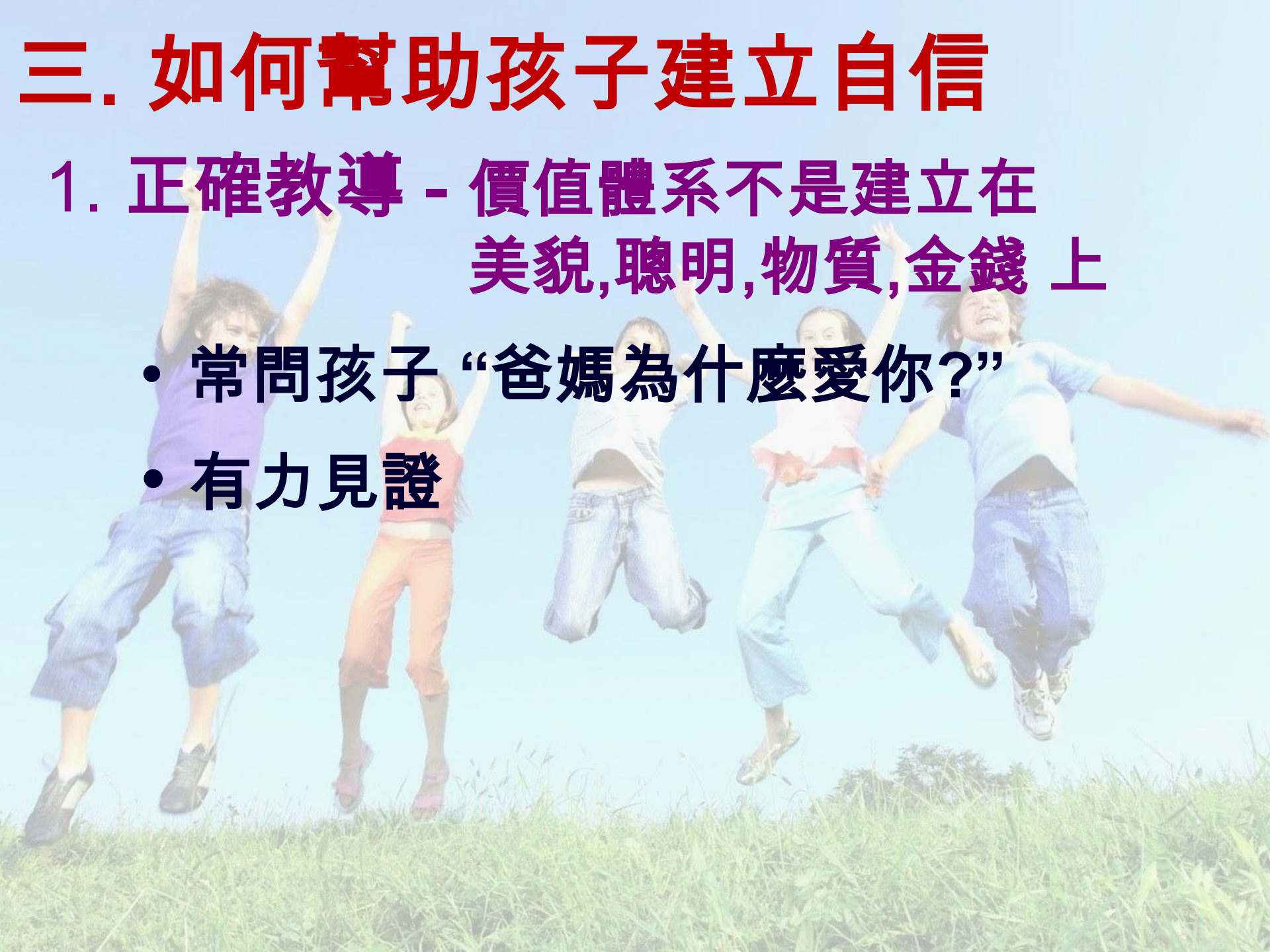
臨床病症 – 自戀型人格異常



# 三. 如何幫助孩子建立自信

1. 正確教導 - 價值體系不是建立在  
美貌,聰明,物質,金錢上

- 常問孩子“爸媽為什麼愛你?”
- 有力見證



# 三. 如何幫助孩子建立自信 (cont.)

## 2. 家庭支持 - 送給他們一生的禮物 - 學音樂,運動, 發現專長

### 8 種多重智慧能力 (Howard Gardner):

- 語言能力
- 邏輯數學能力
- 空間能力
- 音樂能力
- 身體運動能力
- 人際互動能力
- 自我學習能力
- 大自然學習能力

# 三. 如何幫助孩子建立自信 (cont.)

見證: Nick Vujicic

Lena Maria

Paul J. Orfalea





神戶



# 三. 如何幫助孩子建立自信 (cont.)

## 3. 不打壓 – 不要咒詛, 只要祝福 (Dr. 李順長)

(普通父母說)

你怎麼那麼懶惰  
你怎麼那麼會搗蛋  
你怎麼那麼笨  
你真是敗事有餘  
你真是個騙子  
你真是自私  
你真是頑固  
你真是浪費時間  
你是人見人怕  
你真是個長舌婦

(卓越父母說)

你努力些可以做得更好  
你的聰明可以用在適當的地方  
找到了訣竅你會進步  
成功之路還須花點力氣尋找  
你所講的不是真實  
你可以試著為別人著想  
別人的意見常有可藉鏡之處  
你可以更有智慧地運用時間  
你可以與別人相處得更好  
你講話可以精簡一點

# 三. 如何幫助孩子建立自信 (cont.)

4. 不放縱 – 鍛鍊意志, 不傷心靈

5. 親自經歷 – 使用截長補短策略



# 三. 如何幫助孩子建立自信 (cont.)

## 6. 以神為中心

- 建立不能震動的國

(希伯來書 12:28) 所以我們既得了不能震動的國，就當感恩，照神所喜悅的，用虔誠敬畏的心事奉神。

- Nick – “自我接納”  
“無條件的愛”

(馬太福音 3:16-17) 耶穌受了洗，隨即從水裏上來。天忽然為他開了，他就看見神的靈，彷彿鴿子降下，落在他身上。從天上有聲音說，這是我的愛子，我所喜悅的。

A photograph of five children jumping joyfully in a grassy field under a clear blue sky. The children are captured in mid-air, with their arms raised and expressions of happiness. The child on the far left is wearing a purple shirt and blue jeans. The child next to them is wearing a red top and orange pants. The child in the center is wearing a white shirt and blue jeans. The child next to them is wearing a pink shirt and light blue pants. The child on the far right is wearing a light blue shirt and blue jeans. The text "You Are Special" is overlaid in the center, with "by Max Lucado" below it.

**“You Are Special”**  
by Max Lucado