

辅导类：《让孩子自信过一生》—陈蕊老师



书名：《让孩子自信过一生》(*The New Hide or Seek*)

作者：詹姆士·杜布森 (James Dobson)

翻译：许惠珺

出版社：中国轻工业出版社

出版年份：2007

### 父母的管理之责

“儿女是耶和华所赐的产业，所怀的胎是他所给的赏赐。少年时所生的儿女，好像勇士手中的箭。箭袋充满的人便为有福”（诗 127：3-5 上）。神将儿女交托给父母管理，而为神好好照顾孩子是父母最基本的责任，除了供应他们生活所需，更重要的是让他们自信地过一生。作者指出“每一个孩子都有权利抬头挺胸，不是趾高气扬，而是有自信 and 安全感，这才是神所设定的人类价值。”他又指出“要做个好父母，最基本的技巧就是能够从孩子的角度去看事情，分享孩子的看法、感受和期盼……而整个亲子关系成功与否，就在于父母是否有足够的洞察力。”

### 策略和好方法

本书共有 10 章，作者用了 14 万字从三大部份去探讨。**第一，现代人的价值观：**自卑感症候群、美貌、聪明；**第二，建立自信心的 4 个策略：**营造一个保护价值观的环境、拆除价值观炸弹、正面积积极做父母、为青春期作准备；**第三，了解自我，活用策略：**解决成人的挫折感、应付自卑感的 6 种模式（退缩、反击、当个丑角、逃避现实、认同别人、弥补）、真正的自我价值。

作者的文笔显浅易读、精简、不累赘，而翻译的行文相当流畅。作者在每章里都罗列不少例子，因此读起来的感觉很踏实，读者完全不难掌握其重点，再加上每章最后部份设有常见且关键的疑难问题，并作者相当有见地的答案，参考价值很高。

本书的用意就是帮助父母和老师培养出自信、健全的孩子。我们的孩子不需要在羞怯中躲藏，若能实际应用作者列出的策略，以及为人父母和为人师表者亲身经历过的其他好方法，就能帮助我们的孩子有勇气去追寻人生中最好的一切。这是我们的目标及责任！

### 建议及警句

现列举一些作者的**建议及警句**，作为参考：

1. 个人的价值不是随你要或不要，而是每个人都必须拥有的；一旦有人得不到，人人都会为此付出代价。

2. 对你的孩子说：“孩子，我永远以你为荣。”
3. 拆除现代人的价值观的炸弹，让家庭成为孩子的庇护所。
4. 建立孩子自信的完全策略四步骤：幼儿期、儿童期、青春期、成年期。
5. 6种应付自卑的模式，帮助孩子遭遇挫折时，不是自卑地“hide”（躲起来）而是自信地“seek”（找出路）。

欢迎浏览良友圣经学院网站 <http://new.ltshk.net>，或 <https://lts33.net>，电邮至 [school@liangyou.net](mailto:school@liangyou.net) 联络。