

《致力信任 (九)》：「應對朋 輩壓力」

我們如何裝備子女，讓他們在面對朋輩壓力時，也能展現自己最好的一面呢？《致力信任》系列，最後一集。

2019年10月25日

(按"CC"來開啟字幕)

《致力信任》是一套著眼於幫助父母們教育子女的短片。其內容取材自聖

施禮華的教導。他生前非常熱愛自由和父母教育子女這個天職。

《致力信任（九）》：應對朋輩壓力

子女在上大學前一兩年，通常會找機會與朋友玩樂。在某些地方，中學生在畢業前，通常會安排畢業旅行，或開派對慶祝。對父母和孩子都是一樣，這些時刻既興奮，又緊張，這取決於他們想要從事的活動類型。當他們的朋友甚至學校提出與家人價值觀相矛盾的娛樂計劃時，會發生什麼事呢？面對這個問題是個挑戰，但也可能是個跟孩子對話，以及培養健全的獨立和真正自由的良機。

以下的一些問題，可以幫助你與朋友、學校或教區一起觀看這短片時，得到更實用的收穫。

幫助溝通的話題

我該怎麼做才能更好地了解孩子的想法呢？我的孩子有哪些榜樣可以效

法？他們的朋友有哪些榜樣呢？我對孩子的態度開放嗎？我在對話中表達自己想法的方式，是否讓他們更容易向我開放？

我是否察覺到，我會因為缺乏信任而傷害孩子？我接受並誇獎他們正向的建議嗎？我是否問他們，提出建議的動機是什麼？

我了解並分享孩子的希望和夢想，還是對他們無動於衷？我是否意識到他們的學校在安排的活動，以及它們的內容是什麼？這些計劃是否與我們要教給孩子的價值觀互相協調？

面對無法說服我們的提議，我們作為父母的會嘗試提出替代的方案嗎？我們這麼做，是否擔心其他人會怎麼想我們呢？

我們是否知道如何以親切的方式向我們的孩子表達：他們想要參與的計劃將要準備多少花費的信息？我們是否與他們一起尋求替代的計劃？

建議採取的行動步驟

在與你的孩子交談之前，重要的是父母對這些問題有個共同合理的看法，並能提供與自己設法傳達給孩子的解釋是一致的。

要知道孩子的期望。首先你必須與他們談話。了解如何使他們認為跟你交談是輕鬆的。幫助他們反思自己的想法，要他們現實的面對自己和全家人的處境。

要談到他們的夢想、他們的社交生活以及他們的渴望，這些話題是不可輕視的。此時，最好也提出與某些環境相關的風險，例如：濫用酒精、毒品、性行為……等。如以強加權威或提供極端情況為例子的方法，往往缺乏說服力。

你試試看，是否可以參與孩子學校的活動組織。提出其他娛樂方式時，要有創意。你需要知道他們學校裡周圍的環境是什麼樣的，以及在那提供的

各種活動的實際情況。試著與孩子一起做出這些決定，以不同的形式去抵抗同儕的壓力。

引用聖經和天主教教理之言

父母是教育子女的最先負責人。為表現出這個責任，他們首先為子女創立一個家，溫柔、寬恕、尊敬、忠實和無私的服務便是家規。家是培育德行的適當場所。德行的培育要求學習自我的克制、健全的判斷、作自我的主人，這些都是真正自由的條件。父母應該教導子女使「身體和本能的層面隸屬於內心和屬靈的層面」。給自己的子女樹立良好的榜樣，是父母一個重大的職責。父母在子女面前能夠承認自己的過錯，就能夠更有效地引導和糾正自己的子女。「疼愛自己兒子的，應當時常鞭策他，訓導自己兒子的，必會因他而得幸福。」(德 30:1-2)「你們作父母的，不要惹你們的子女發怒；但要用主的規範和訓誡，教養他們。」(弗 6:4) (天主教教理2223)

良心的教育是一項畢生的工作。自人生的最初幾年，它啟發兒童，使他認識並實行由道德良心承認的內心法律。明智的教育教人修養德行，預防或治療由人性的軟弱和過失所產生的恐懼、自私和自大、罪惡感和自滿的衝動。良心的教育保証自由，產生心靈的平安。(天主教教理1784)

引用教宗方濟各之言

在這個充滿焦慮、科技日新月異的時代，家庭教育一個極重要的任務，就是培養等待的能力。這不是指禁止孩子接觸電子產品，而是要想辦法培育他們審慎分辨的能力，不要期望生活中所有範疇都像數位科技般高速發展。(愛的喜樂 275)

青春期不是我們必須克服的病症。這是我們年輕人生活中正常自然的一部分。有生命的地方就有動態；哪裡有動態，那裡就有變化、尋找、未知；有希望、喜樂，也有痛楚和淒涼。讓我們在可預見的基本過程中確立我們

的分辨力。為了避免驚慌，粗心大意或疏忽，要知道如何陪伴並幫助年輕人成長，就必須意識到留些空間。並非所有事物都是微不足道的，但也非所有事物都是同等重要的。因此，關鍵是能分辨哪些仗要打，哪些不要打。在這件事上，傾聽經驗豐富的夫婦是非常有幫助，儘管他們永遠無法給我們提供現成的藥方，但以他們的見證可以幫助我們了解行為的範圍，預留那些空間。（聖若望拉特朗主教大堂2017年6月19日）

引用聖施禮華之言

你要根據孩子的年齡去關心他們的自由。不應當一視同仁。公正要求你不平等地對待不等的孩子，但你的方式要不會引起孩子的嫉妒。他們在年齡、性情、健康、智力等方面都是不等的。因此，在你的幫助下，他們能變得平等，彼此相愛，相處得好，擁有父母的美德，成為聖母的好孩子。

(西班牙瓦倫西亞聚會筆記1972年11月17日，)

孩子犯錯時，要了解他們，為他們找藉口。你和我不是對我主做了同樣的事，可是後來又回到祂的身邊了嗎？讓他們意識到你是他們最好的朋友，沒有人像自己的父母一樣愛他們。你會看到你的孩子對此感到多麼的自豪。(馬德里聚會筆記1972年10月18日)。

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/article/zhi-
li-xin-ren-jiu-ying-dui-peng-bei-ya-li/](https://opusdei.org/zht/article/zhi-li-xin-ren-jiu-ying-dui-peng-bei-ya-li/)
(2026年2月2日)