

# 青少年培育与辅导

林真儿

## 目录

前言 .....	2
<b>第一部：唯独在基督里——浅谈圣经辅导学及青少年辅导特质</b>	
第一课    实用的神学——圣经辅导学的特点 .....	2
第二课    实用的方法——圣经辅导学的方法 .....	2
第三课    青少年辅导员的素质 .....	3
第四课    青少年辅导的技巧 .....	3
第五课    青少年辅导的目标 .....	3
第六课    青少年辅导的局限 .....	4
<b>第二部：青少年辅导面面观</b>	
第七课    当风暴来临 .....	4
第八课    情绪问题辅导（一）孤独与恐惧 .....	4
第九课    情绪问题辅导（二）愤怒与挫折 .....	5
第十课    情绪问题辅导（三）抑郁 .....	5
第十一课  关系问题辅导（一）爱与约会 .....	6
第十二课  关系问题辅导（二）处理同侪压力 .....	7
第十三课  家庭问题辅导（一）与父母的关系 .....	8
第十四课  家庭问题辅导（二）与手足的关系 .....	8
第十五课  家庭问题辅导（三）叛逆出走 .....	9
第十六课  性问题辅导（一）性欲的处理 .....	9
第十七课  性问题辅导（二）婚前性行为的处理 .....	10
第十八课  性问题辅导（三）同性恋的处理 .....	11
第十九课  上瘾问题辅导（一）酒精与毒品 .....	11
第二十课  上瘾问题辅导（二）色情 .....	12
第二十一课  虐待问题辅导（一）家庭虐待 .....	12
第二十二课  虐待问题辅导（二）校园霸凌 .....	13
第二十三课  紊乱问题辅导——饮食、睡眠、注意力紊乱 .....	13
第二十四课  生理残障的辅导 .....	14
<b>参考书目 .....</b>	<b>15</b>

## 前言

1. 青春期常被稱為人生的风暴阶段，是因为身处这段时期的青少年，不仅面临生理（biological）上巨大的变化，也面临心理（psychological）、情绪（emotional）、灵命（spiritual）、关系（relational）、教育（educational）及职业（vocational）等人生的重大挑战、调适与变化。
2. 身为牧者，我们该如何协助家长帮助青少年面对各样问题，用正确的方法和态度来解决、缓解各样危机，并且带领他们进入神的真理，行在真理的光中，得以自由和得胜地迎接生命成长所带来的困惑与挑战呢？
3. 本课程从以基督为中心的圣经辅导学、青少年心理学及基督教辅导心理学等，结合教会青少年事工的真实个案，来学习以上提及的有关青春期的各样挑战和问题。其中包含授课时间、牧者与辅导员的访谈时间，以及青少年自己的见证分享。期望藉此把以基督为中心的圣经辅导学，以及青少年心理学粗浅地介绍给各位牧者，协助教会和家庭更有效地牧养下一代。

## 第一课 实用的神学— 圣经辅导学的特点

本课简略介绍圣经辅导学与其他辅导学在基础和方法上的不同，以帮助学员奠定坚实的圣经基础，作合神心意的青少年辅导员。

### 一、此辅导非彼辅导

#### A. 什么是圣经辅导学？

圣经辅导是以神在圣经里所启示的心意为内容，目标是以基督成就的救赎、复活的大能，来帮助受辅导者过圣洁的人生。“……他名称为奇妙策士、全能的神、永在的父、和平的君。”（赛 9：6）“奇妙策士”英文是“wonderful counselor”。

#### B. 为什么使用圣经辅导？

因为只有圣经可以真正解决人的问题。圣经辅导是把人带到神的心意中生活的辅导方法。

### 二、圣经辅导学的神学基础

1. 以圣经为基础（提前 3：16）

2. 以救恩为出路（林后 12：8-10）
3. 以圣灵为导师（约 14：16）
4. 以神为中心（罗 11：36）

### 三、圣经辅导学的实用性

圣经辅导的目标，是帮助受辅导者成为圣洁，而不是所谓的“健康”。

1. 与基督联合
2. 永恒视野
3. 不变的真理

## 第二课 实用的方法— 圣经辅导学的方法

本课概括介绍圣经辅导学辅导青少年的实用方法和过程，并与青少年建立正确的辅导者与受辅导者的关系。

### 一、过程大于结果

1. 注重关系的建立—看重与青少年建立互信、协助他们成长的关系。
2. 注重生命的重整—帮助青少年看重永恒的盼望。
3. 注重成长的过程—收集资料帮助青少年着眼于生命成长的过程，并学会依靠主。

### 二、圣经辅导学的搭配

1. 与青少年牧者搭配
2. 与青少年父母搭配
3. 与青少年机构搭配

### 三、圣经辅导学的方法

1. 恩典与福音并重
2. 神学与生活相关
3. 关系与成长兼顾

## 第三课 青少年辅导员的素质

本课介绍青少年辅导员当具备的素质和品格。目的并不是让我们觉得缺乏、不足，而是帮助我们有意识地发挥长处，依靠主的恩典弥补不足，并且恳求圣灵帮助我们在辅导事奉中不断成长。

### 一、辅导员的生命

1. 重生得救，爱神爱人。
2. 依靠圣灵，不断成长。
3. 辅导恩赐，祷告负担。

### 二、辅导员的知识

1. 掌握圣经辅导的相关知识。
2. 了解青少年的特殊性与挑战。
3. 能运用正确技巧与方法。

### 三、辅导员的品格

1. 诚实可信，保守秘密。
2. 谦卑可爱，建立关系。
3. 智慧可靠，指导引领。

## 第四课 青少年辅导的技巧

本课粗略介绍青少年辅导员需要掌握的技巧和方法，以致更有效地辅助青少年成长，建立与神与人与己健康、合一的关系。

### 一、人的方法还是神的方法？

1. 圣经是唯一的权威（提后 3：16-17；彼后 1：3）。心理学是协助我们的工具，辅导学则是装备我们的工具。
2. 祷告是最好的辅导（约 14：16）。
3. 避免两种极端的态度——只需要顺服神，或者只需要心理学。

### 二、辅导六部曲

1. 收集相关资料（数据讯息）
2. 找出问题根源（研究分析）
3. 协谈协助面对（安排帮助）
4. 带入盼望信息（鼓励支持）
5. 指导成长方向（后续工作）
6. 布置家庭作业（监督检查）

7. 辅导六部曲（*Josh McDowell's Handbook on Counseling Youth: A Comprehensive Guide for Equipping Youth Workers, Pastors, Teachers, Parents.*）

- a. 倾听（Listen）
- b. 同理（Empathize）
- c. 鼓励（Affirm）
- d. 引导（Direct）
- e. 作业（Enlist）
- f. 转介（Refer）

### 三、其他辅助方法

1. 说话沟通的技巧
2. 性格的测试
3. 问卷的调查
4. 推荐其他辅导

## 第五课 青少年辅导的目标

本课帮助青少年辅导员奠定自己的事奉目标和方向；因为目的决定了方法与成效，也反映我们对辅导对象的真实期待并对自己辅导事奉的真实态度。

### 一、为什么需要辅导？

是为了“我”高兴，还是为了使我的生命让“神”高兴？

### 二、辅导的目标

1. 灵命的整全（西 1：28）
2. 情绪的整全（诗 4 篇）
3. 关系的整全（弗 1：4-10；来 10：23-25，4：14-15）

### 三、辅导的终极目标

要藉着神话语的能力，以及辅导员生命的榜样，帮助青少年面对自我，寻求医治，重获健康整全的生命，活出神在每个年轻生命中的旨意，荣耀基督。而在此互动过程中，所有相关的生命都受到祝福、成为祝福，使整个辅导的过程也荣耀基督！

## 第六课 青少年辅导的局限

本课谈及青少年辅导员需要诚实面对在自身的能力、责任和生命方面的局限，以致在服侍之前就准备好健康的心态和决定界限。

### 一、青少年辅导的局限

1. 父母的参与和界限
2. 保密的操守和界限
3. 关系的健康和界限

### 二、注意事项

1. 操控的危险
2. 依赖的危险
3. 亲密的危险

## 第七课 当风暴来临

本课简述青春期的各样挑战，也浅谈父母和牧者在牧养辅导青少年时的误区，以及关于辅导的两个极端反应。

### 一、从青春颂谈起

1. 尴尬的年龄
2. 尴尬的身体
3. 尴尬的心智
4. 尴尬的关系

### 二、作怪的激素：青春期—人生第二个迅速成长期

荷尔蒙—让青少年看起来像成年人，因此他们：

1. 特别注意身体的变化
2. 特别注重个人隐私权
3. 身体特征直接影响社交生活

### 三、青少年面对的世界

#### A. 外面的世界很精彩

1. 后现代主义的渗透
2. 婚姻关系不再稳定
3. 电脑网路成为网罗
4. 独生子女孤独自我
5. 追求时尚强调享受

#### B. 我的世界很无奈

1. 千变万化的我，需要稳定的环境。
2. 独一无二的我，需要特别的对待。
3. 处在边缘的我，需要成人的重视。
4. 迷茫无序的我，需要真理的指引。

### 四、对青少年辅导的两个极端反应

1. 全靠辅导
2. 全靠祷告

## 第八课 情绪问题辅导（一） 孤独与恐惧

本课深入讨论青少年的孤独感与恐惧感，了解这些情绪的成因、表现与后果，并从圣经角度来看待这些情绪，再透过“辅导六部曲”来辅导。

### 一、孤独的问题

1. 情绪孤独感
2. 社交孤独感
3. 存在孤独感

### 二、产生孤独的原因

1. 自卑
2. 破碎的家庭关系
3. 社会原因
4. 沟通不良
5. 恐惧或敌意
6. 灵命危机

### 三、孤独的后果

1. 身体的影响
2. 灵命的影响
3. 自我形象的影响
4. 可能引发更大的危机：
  - a. 忧郁症
  - b. 暴力
  - c. 自虐
  - d. 自杀

### 四、圣经的看法

按照创 2:18 所说，我们是为关系受造，因此孤独感与独居均被视为“不好”。而圣经中有许多处理孤独的例子，告诉我们解决的办法就是学会建立与

神与人之间正确健康的关系。

## 五、辅导六部曲

1. 倾听—找出孤独感的来源、成因。
2. 同理—认同并理解对方的感受。
3. 鼓励—带入救恩的盼望和鼓励。
4. 引导—从问问题到提问，帮助他们思考和面对。
5. 作业—具体操作步骤。
6. 转介—如果问题严重，必须转介专业辅导或医生帮助。

## 第九课 情绪问题辅导（二） 愤怒与挫折

本课聚焦在常常困扰青少年的挫折、焦虑、愤怒感。辅导员如何帮助青少年了解自己的挫折或愤怒的原因、可能带来的结果和伤害，以及如何健康地处理自己的挫败或焦虑的情绪，并培养愤怒的正确处理习惯。

### 一、愤怒的问题

1. 青少年常见的情绪
2. 向内表达愤怒
3. 向外表达愤怒

### 二、产生愤怒的原因

1. 挫败感
2. 不合群
3. 伤害与威胁
4. 不公平的待遇
5. 恐惧

### 三、愤怒的后果与伤害

1. 退缩不前
2. 向内发泄
3. 攻击替代品

### 四、圣经的看法

按照雅 1：18-21；弗 4：25-27；加 5：22-23 的教导，原来正确处理愤怒是可能的，也体现了圣灵所结的果子。

1. 生气但不要犯罪（弗 4：25-27）
2. 不是所有的愤怒都是罪
3. 无端愤怒与易怒都是罪

4. 自制力是关键

## 五、辅导六部曲

1. 倾听
2. 同理
3. 鼓励
4. 引导
5. 作业
6. 转介

## 第十课 情绪问题辅导（三） 抑郁

本课深入讨论青少年的抑郁情绪，了解这些情绪的来源与成因、表现与后果；再从圣经的角度来看这些情绪，透过辅导六动词进行辅导。

### 一、抑郁的问题

1. 在美国，每年大约有 5% 的青少年被确诊为抑郁症患者。
2. 青少年抑郁的状态与成年人不太一样，所以比较难判断。
3. 抑郁症的分类
  - a. 严重抑郁症
    - ① 躁郁症（躁郁症，Bipolar）
    - ② 单相抑郁症（Unipolar）
  - b. 轻度抑郁症

### 二、抑郁的原因

1. 源于生理
2. 源于教养
3. 源于虐待
4. 负面思维
5. 生活压力
6. 愤怒感
7. 罪疚感

### 三、抑郁的结果与影响

1. 身体的影响
2. 情绪的影响
3. 学业的影响
4. 成年以后持续抑郁
5. 自杀倾向

## 四、圣经的看法

诗 42 篇描述了抑郁的情绪和状态，圣经也同时记载许多伟人抑郁的经历和得胜的过程。

## 五、辅导六部曲

1. 倾听
2. 同理
3. 鼓励
4. 引导
5. 作业
6. 转介

# 第十一课 关系问题辅导（一） 爱与约会

本课讨论青少年最感兴趣的恋爱与约会，以及相关的话题。辅导员需要帮助青少年明白真爱和等候真爱。

### 一、爱情的奥秘与困惑

1. 什么是爱？—是感觉，是亲情，还是责任？
2. 和谁相爱？—我爱谁，该爱谁，谁爱我？
3. 如何去爱？—凭感觉、靠意志、随心所欲？

### 二、人的爱

#### A. 对亲密关系的渴望

1. 彼此相爱
2. 彼此陪伴
3. 彼此合一

#### B. 对伴侣关系的渴望

1. 陪伴和分享
2. 情感的支持
3. 示爱和被爱
4. 人性的完整

#### C. 对施与付出的渴望

1. 尊重对方
2. 看重对方
3. 支持对方
4. 成全对方

“What is unique about romantic love is that it incorporates or draws on more aspects of the self than any other kind of love—our

sense of life, our sexuality, our body, our deepest fantasies or longings regarding man/woman, our self-concept, the cardinal values of our existence.” —N. Branden

“爱情独特的一面，就是它比任何一种爱更能带给我们完全感—我们的生命感、我们的性别感、我们的身体、我们对异性最深的渴望、我们对自我的认知，以及生存的终极价值感。” —N. Branden

### D. 污染的人性、残缺的爱情

1. 自我 > 神 (I > God)
2. 需要 > 付出 (get > give)
3. 享受 > 委身 (enjoyment > commitment)
4. 感觉 > 关系 (feeling > relationship)

### E. 人不愿意承认的事实

1. 爱情不是一种感觉
2. 爱情不是无条件的
3. 人间没有永远的爱

**因此：真爱不是找到的，是建造的！**

### F. 什么使爱持久？

1. 以婚姻为目标
2. 受到盟约保护
3. 最终目标指向爱的源头

## 三、神的爱

### A. 爱情是神的美意和创造

1. 放在人心里，吸引人追求永远。
2. 赐人的礼物，吸引人享受恩爱。
3. 赋予的意义，吸引人荣耀神。

### B. 神的爱是个人的

1. 个人化的宣告：我一爱—你。
2. “就是你们的头发，也都被数过了”（路 12：7）“我的肺腑是你所造的；我在母腹中，你已覆庇我。我要称谢你，因我受造，奇妙可畏；你的作为奇妙，这是我心深知道的。我在暗中受造，在地的深处被联络；那时，我的形体并不向你隐藏。我未成形的体质，你的眼早已看见了；你所定的日子，我尚未度一日，你都写在了你的册上了。”（诗 139：13-16）

### C. 神的爱是永远的

1. 永远的爱是不改变的
2. 永远的爱是无条件的
3. 永远的爱是人没有的

## 第十二课 关系问题辅导（二） 处理同侪压力

4. “因为我耶和华是不改变的”（玛 3:6）。
5. “在他并没有改变，也没有转动的影儿。”（雅 1:17）
6. “我以永远的爱爱你，因此我以慈爱吸引你。”（耶 31:3）

### D. 神的爱是主动的

1. “神的爱是神的恩慈对个别罪人发出的行动，他亲自认同罪人的福乐，然后赐下他的儿子做他们的救主，现在在‘约’的关系中带领他们认识他，享受他。”——巴刻（J. I. Packer）
2. 约壹 4:7-16。

### E. 神的爱是恩慈的

1. 希伯来文把“爱”翻译为“怜悯”（mercy）、“仁慈”（kindness）、“慈爱”（loving-kindness）、“良善”（goodness）、“喜悦”（favor）等等。
2. 希腊文则常常把“爱”译为“动了慈心”，就是怜悯、慈爱的意思。
3. 爱是屈身俯就人的需要，也是为了别人的好处。
4. “惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。”（罗 5:8）

### 四、神对人的爱

1. 神爱人的目的，就是使我们回转归向他，成为圣洁的子民。
2. “古时耶和华向以色列显现，说：我以永远的爱爱你，因此我以慈爱吸引你。以色列的民哪，我要再建立你，你就被建立……耶和华如此说：你们当为雅各欢乐歌唱，因万国中为首的欢呼。当传扬颂赞说：耶和华啊，求你拯救你的百姓以色列所剩下的人。我必将他们从北方领来，从地极招聚……他们必成为大帮回到这里来。”（耶 31:3-8）

### 五、总结

人的终身大事就是：

1. 追求神
2. 认识神
3. 荣耀神

因此帮助青少年明白真爱，就是辅导的关键任务，而不是急于纠正或阻拦他们约会或喜欢异性。他们会因为在这个重要的生命阶段遇见耶稣，得到真爱，而渐渐学会自制、忍耐、等候、诚信、委身及盟约等重要的人生功课。

本课帮助辅导员了解青少年阶段最大的压力来源是同侪压力（peer pressure）。我们将探讨同侪压力的缘由和影响、圣经如何看待和处理这种压力，以及如何用辅导六部曲来帮助青少年。

### 一、同侪压力的成因

1. 正面与负面的同侪压力
2. 外在影响—高科技发展导致家庭影响降低，外界影响剧增。
3. 内在影响
  - a. 年龄增长使青少年渐渐离开父母；
  - b. 自卑心态；
  - c. 不健全的自我形象。

### 二、同侪压力的影响

1. 尝试—通常会被同侪鼓励做一些一个人绝对不会做的事。
2. 接纳—通常处于惧怕与挫败，想要被同侪接纳。
3. 抑郁—在压力下的青少年，会有更严重的抑郁倾向。
4. 迷茫—没有指引和出路。
5. 后果—受同侪排挤或欢迎，最终忘记自己的身份与价值。

### 三、圣经的看法

1. 耶稣也凡事受过试探，但他没有犯罪。
2. 世界恨恶我们（约 3:13），这不稀奇。
3. 不要效法这个世界（罗 12:2）。
4. 同侪压力需要我们去争战得胜。

### 四、辅导六部曲

1. 倾听
2. 同理
3. 鼓励
4. 引导
5. 作业
6. 转介

## 第十三课

### 家庭问题辅导（一） 与父母的关系

本课帮助辅导员学习处理青少年与父母之间的关系。辅导员的职责是了解父母的背景，根据不同的家庭故事做出相应的辅导协助；最终目标是把青少年及其家庭引导到神面前，寻求全体的医治。

#### 一、不同种类的父母

1. 过度操控的父母
2. 不负责任的父母
3. 不信主的父母
4. 离异的父母
5. 单亲家庭
6. 再婚的家庭

#### 二、关系紧张的成因

1. 原生家庭的传统
2. 家庭历史的重演
3. 夫妻关系的困难
4. 没有信心的生命
5. 过度忙碌的生活
6. 缺乏尊重的态度
7. 羞耻自尊的折磨

#### 三、关系紧张的影响

1. 愤怒和叛逆
2. 暴饮暴食
3. 自我形象低下
4. 学业受影响
5. 婚前性行为
6. 毒品与酒精的尝试
7. 孤独、抑郁、自杀倾向
8. 对婚姻和家庭错误的解读与认知

#### 四、辅导须知

1. 与父母积极沟通
2. 与牧者紧密联系
3. 与青少年保持信任
4. 迫切依靠主耶稣

#### 五、参考经文

1. 过度操控型父母—创 2：24；约壹 4：18；出 20：12；弗 6：4。
2. 不负责任型父母—申 6：6-7；提前 5：8；可

10：14；出 20：12。

3. 不信主的父母—林后 6：14-16；出 20：12；弗 6：1-3；太 10：37-38；罗 13：1-2。
4. 离异的父母—创 2：18、24；可 10：9；林前 7：10-11；申 6：4。
5. 单亲家庭—创 2：24；路 2：41-52；提后 1：5；出 22：22。
6. 再婚家庭—太 1：18-25；出 2：1-10；诗 68：6；约 1：12-13；罗 8：15。

## 第十四课

### 家庭问题辅导（二） 与手足的关系

本课帮助辅导员了解青少年手足相争的常见问题，并了解其成因、影响，以及圣经的记载与处理。

#### 一、手足相争的问题

1. 手足竞争—手足之间的竞争、比较无法避免。
2. 手足争吵—开始在言语上彼此攻击。
3. 手足相残—由争吵升级为霸凌与欺负。

#### 二、手足相争的成因

1. 嫉妒
2. 不健康的比较
3. 父母偏心
4. 自私心态
5. 角色转换
6. 争取注意力

#### 三、手足相争的后果

1. 成长会带来改变，不一定有严重后果。
2. 影响自尊心与自我形象。
3. 必须处理手足霸凌的问题。

#### 四、圣经中的手足问题

1. 亚伯遭该隐杀害（创 4：8）。
2. 约瑟遭兄长谋害、出卖（创 37：12-36）。
3. 亚比米勒杀害兄弟 70 人（士 9：5）。
4. 所罗门杀亚多尼雅（王上 2：25）。
5. 这是罪的问题（可 7：21-22），所以除非人得着救恩，否则无法解决。

#### 五、海燕传道访谈录



## 第十五课 家庭问题辅导（三） 叛逆出走

本课讨论青少年另一个常见的问题——叛逆期离家出走。我们会从家庭问题的根源着手，了解青少年的心理状态以及行为动机和目的，帮助他们正确处理情绪，与神、与父母和好。

### 一、叛逆的缘由

1. 与父母关系恶劣
2. 想要沟通引起注意
3. 想要控制
4. 没有界限与期待
5. 家庭暴力
6. 表达愤怒与攻击情绪
7. 没有榜样

### 二、叛逆出走的可怕后果

1. 追寻错误的满足
2. 抑郁症
3. 特立独行
4. 罪疚感
5. 生存问题
6. 犯罪行为

### 三、圣经中的浪子（路 15：11-24）

救恩就是为我们每个离家出走的浪子预备的。从属灵的意义来说，我们都是离家出走、悖逆天父的浪子；因此天父的宽恕与接纳，是医治这种伤痕唯一的良药。

### 四、辅导六部曲

1. 倾听
2. 同理
3. 鼓励
4. 引导
5. 作业
6. 转介

## 第十六课 性问题辅导（一） 情欲的处理

本课开始讨论青少年在性方面的问题，以及辅导员正确理解并且帮助青少年面对青春性发育所带来的各样困惑。

### 一、生理发育期的禁忌

1. 不要让我尴尬
2. 不要让我自卑
3. 不要让我孤立

### 二、与青少年谈性的拦阻

1. 中国父母的含蓄
2. 教会传统的保守
3. 青少年对性的误会与谬思
4. 青少年事工工人的观念

### 三、必须谈的性

1. 性不骯脏可怕
2. 性不危险
3. 性不是最重要的事
4. 性不是表演
5. 性不能证明你成熟
6. 不是所有青少年都在偷尝禁果

### 四、教导青少年保守自己的身体

1. 性是神赐给婚姻的礼物。
2. 性只有在婚姻关系中才是圣洁美好的享受。
3. 正确看待性的冲动和需要。
4. 锻炼身体，注意健康，预备将来。

### 五、情欲的起因

1. 生理改变
2. 环境影响
3. 好奇心
4. 寻找身分感和亲密感

### 六、可供参考的经文

1. 雅 1：14、15，4：7
2. 太 5：27-28
3. 箴 5：1-20
4. 弗 4：19-20、27
5. 西 3：5
6. 林前 6：9-11，10：31

7. 约壹 1:9
8. 彼前 5:8-9
9. 来 4:15-16, 12:2

## 第十七课 性问题辅导 (二) 婚前性行为的处理

本课学习处理青少年婚前性行为和怀孕，帮助辅导员预备自己，在这段特殊时期给与青少年正确的指引和方向，使伤害减至最低的程度。

### 一、可悲的数据

#### 1. 美国青少年婚前性行为统计

性行为	18岁之前
性交	77%
与已婚人士有性关系	20%
未婚生育 (1960-1992)	47%
有4个以上性伴侣	15%

(根据美国 Barna Research Group 青少年婚前性行为研究数据统计)

#### 2. 美国教会中青少年性行为统计

性行为	全体	11-12岁	13-14岁	15-16岁	17-18岁
牵手	89%	74%	84%	92%	95%
亲吻	53%	15%	38%	61%	74%
抚摸	34%	4%	20%	41%	55%
性交	15%	1%	8%	18%	27%

(根据 McDowell, Josh, and Bob Hostetler. *Right from Wrong: What You Need to Know to help Youth Make Right Choices*. Word, 1994.)

### 二、导致婚前性行为的因素

1. 错误的社会与教育影响
2. 缺失的信仰与道德标准
3. 破碎的婚姻与家庭关系
4. 缺失错误的家庭性教育
5. 早恋的失控与同侪压力
6. 毒品与酒精的迷幻控制

### 三、婚前性行为的后果

1. 失去贞洁
2. 导致早育与堕胎
3. 性病的传播
4. 性上瘾

5. 内疚自恨远离神

### 四、圣经相关的经文

1. 彼前 5:8
2. 创 1:31, 2:7, 18, 24
3. 诗 139:14
4. 箴 5:18-19
5. 约壹 1:9
6. 多 2:1-8

### 五、如何帮助?

1. 鼓励家长给青少年正确的家庭性教育
2. 教会青少年牧者需要教导正确的性观念
3. 辅导六部曲

### 六、预防堕胎

#### A. 青少年堕胎的恶果

1. 心理情感的罪疚感
2. 身体健康的严重影响 (相比从未堕过胎的人)
  - a. 流产率高出 85%
  - b. 孕期困难高出 47%
  - c. 生产困难高出 83%
  - d. 67%更容易有早产儿
  - e. 42.6%生育器官损坏
  - f. 各种子宫产道疾病后遗症 74%

(数据来源: Institute of Medicine, National Academy of Sciences)

#### B. 寻求机构的帮助

1. 生命树辅导研究中心 (Wechat ID: smsfudao)
2. 睦邻关怀中心

## 第十八课 性问题辅导（三） 同性恋的处理

本课介绍现在日渐显露的同性恋问题，以及辅导员该如何了解和引导青少年建立正确的态度，来面对自己或他人的同性恋问题或倾向。

### 一、同性恋的缘由

1. 基因的因素—这是现代人最大的藉口，但其实不能导致我们成为同性恋。
2. 错乱的家庭关系—角色混乱，家庭破碎。
3. 早期的性经验或年幼时受到性伤害。
4. 叛逆心理。

### 二、同性恋的影响

1. 生理影响—性病高发率。
2. 滥交问题—43%男同性恋者承认自己有 500 个以上的性交对象。
3. 变态性行为。
4. 其他极端心理或生理疾病。

### 三、圣经的教导

1. 创 1：28 是基督徒性观念的基础。
2. 参考第十六、十七课。
3. 罗 1：24-28 清楚讲述神憎恶同性恋，以及任何不按神心意处理的性关系和性行为。
4. 林前 6：9-11 告诉我们最大的罪是拒绝神，拒绝悔改，拒绝按照神的设计和心意来生活。

### 四、帮助青少年处理同性恋倾向和问题

1. 斥责罪，但爱护、接纳罪人。
2. 保护青少年，提供安全环境，防止他们再与同性恋团体接触。
3. 积极与家长配合。
4. 迫切祷告，提供健康的基督徒团契生活。
5. 辅导六部曲。

## 第十九课 上瘾问题辅导（一） 酒精与毒品

本课讨论酒精与毒品对青少年的破坏与影响，帮助辅导员了解他们沾染毒品和酒精的原因，以及以辅导六部曲来帮助他们脱离酒精和毒品的捆绑。

### 一、毒品与酒精的问题

（数据来源：USA Today）

1. 30 年前，美国 10% 的高中学生使用大麻；1/6 人尝试过可卡因或霹雳可卡因；每天，将近 500 个青少年开始使用毒品。
2. 如今，伴随部份地区大麻合法化，学校的毒品使用问题已经无法控制。
3. 中国的经济发展与道德沦陷，同样使毒品及酒精对青少年的破坏力膨胀。虽然没有数据，但影响也不可小觑。

### 二、青少年使用毒品与酒精的原因

1. 同侪压力—为了融入群体，得到认同、接纳。
2. 受到性虐待或家庭暴力。
3. 受到校园霸凌。
4. 受到父母的影响。
5. 想逃避现实。

### 三、毒品与酒精的破坏力

青少年沉迷毒品和酒精，身心多方面受破坏：

1. 生理影响—健康受损、传播性病、白血病、心脏病、不育症、营养不良，甚至死亡。
2. 心理影响—内疚、羞耻、忧郁、自恨。
3. 性行为—毒品使用往往和性行为紧密联系。
4. 辍学—被迫或主动辍学。
5. 社会犯罪—毒品和酒精往往导致犯罪行为。
6. 自杀—过度使用酒精或毒品，清醒后往往会出现自杀倾向。

### 四、圣经的看法

1. 箴言 20：1，23：20；加 5：21；弗 5：18；林前 6：12；彼前 5：8。
2. 任何缠累我们的都是罪。
3. 神不喜悦人被罪或任何事物捆绑。
4. 神喜悦人有自制力。
5. 只有基督能带给人满足和安慰。
6. 圣灵的充满才是我们应当追求的，而不是酒精或毒品的迷幻。

7. 犹 22-23 告诉我们对上瘾的人要有恩慈、温柔和忍耐接纳，不要放弃他们。

## 五、辅导六部曲

1. 倾听—找出问题的症结。
2. 同理—明白他们的软弱和错误决定的背后情感。
3. 鼓励—神无条件爱他们，我们无条件爱他们，他们在神的眼中是无价之宝。
4. 引导—引导他们回到神面前，紧密与父母同工合作；帮助他们接受治疗。
5. 功课—定期约见，使他们为行为负责。
6. 转介—福音戒毒所、医院、专业心理辅导。

## 第二十课 上瘾问题辅导（二） 色情

本课探讨青少年色情上瘾问题的辅导。要了解问题的严重性和成因，并且帮助青少年及早面对、悔改得医治，以免带入成年的生活中，产生无尽的痛苦与恶果。

### 一、色情问题的泛滥

1. 色情产业化
2. 网路高科技使问题恶化
3. 从幼童到老年人的问题
4. 教会并不免疫

### 二、青少年色情问题的成因

1. 好奇心。
2. 误区—误以为只是观看淫秽刊物或视频，不涉及与人发生性关系，所以不严重。
3. 道德滑坡—认为性行为是动物的本能。
4. 文化的影响。
5. 同侪的影响。

### 三、色情上瘾的恶果

1. 性上瘾
2. 性变态
3. 可怕回忆
4. 不尊重或不信任异性
5. 不合理的期待
6. 罪疚、恐惧与羞耻感

## 四、圣经教导

1. “色情”的英文“pornography”来自希腊文“porne”，意思是“妓女”；是所有不道德的性行为的字根（ *pornos* ）。
2. 参考第十六、十七、十八课的相关内容。
3. 神设计“性”，是为了婚姻关系以及生养儿女，是一份圣洁、美好的礼物（创 2：24）。

## 五、辅导六部曲

1. 建立与辅导员和属灵同伴之间透明、同行的关系。
2. 定期分享，彼此代祷。
3. 对彼此的生命成长负责。
4. 定期参加团契生活，避免试探。
5. 如果上瘾严重，要定期见专业辅导师以协助医治。

## 六、孙传道访谈录（一）

## 第廿一课 虐待问题辅导（一） 家庭虐待

本课将和辅导员一起学习关于虐待的相关知识，帮助辅导员了解青少年的家庭中可能存在的虐待问题，以及如何关爱、辅导、帮助和保护他们。

### 一、家庭虐待的类别

1. 语言暴力
2. 身体暴力
3. 情绪暴力
4. 性虐待
5. 其他虐待

### 二、发生家庭虐待的原因

1. 父母婚姻不幸
2. 父母生命破碎
3. 父母生活忙碌
4. 原生家庭传统
5. 家庭经济状况极端（过于贫穷或富有）
6. 愤怒的不当处理

### 三、家庭虐待的恶果

1. 性格扭曲
2. 欠缺信任 and 安全感

3. 暴力倾向
4. 社交能力低下
5. 离家出走
6. 沉迷毒品或酒精
7. 犯罪
8. 自杀

#### 四、圣经的看法

1. 避免极端
  - a. 管教不是虐待（箴 13：24），虐待是神憎恶的。
  - b. 儿女是神所赐的产业（诗 127：3）。
2. 圣经强调父母应当代表神的慈爱、温柔、怜悯、尊重。神必不放过虐待青少年的罪（赛 49：15；路 17：1-2）。
3. 神爱青少年，重视他们的生命成长（多 2：4；弗 6：4）。

#### 五、辅导六部曲

1. 要根据情况，采取社会法律措施保护青少年。
2. 与牧者配合，帮助整个家庭悔改重建。
3. 寻找短期代替父母履行父母亲职的机构或家庭。
4. 重建青少年破碎的生命、信心、形象和关系。

#### 六、孙传道访谈录（二）

### 第廿二课 虐待问题辅导（二） 校园霸凌

本课讨论校园霸凌的话题，协助辅导员了解青少年在学校所面对的霸凌与伤害，帮助他们勇敢面对，积极宽恕，同时制止恶行，使青少年得到医治。

#### 一、校园霸凌的现象

1. 全世界的校园霸凌日益严重
2. 各种类型的校园霸凌
3. 严重影响青少年身心灵成长

#### 二、校园霸凌的成因

1. 家庭问题
2. 社会暴力增多
3. 影视影响
4. 生存需要
5. 以恶报恶

#### 三、校园霸凌的恶果

1. 成绩下降
2. 心理阴影
3. 关系破碎
4. 怀恨报仇
5. 校园犯罪

#### 四、唯独福音的拯救

1. 加强校园福音工作
2. 为校园祷告，为霸凌者祷告
3. 与学校沟通、交流
4. 鼓励家长参与学校活动
5. 建立伙伴机制

#### 五、辅导六部曲

重建受害青少年的信心与勇气。

#### 六、孙传道访谈录（三）

### 第廿三课 紊乱问题辅导一 饮食、睡眠、注意力紊乱

本课介绍青少年紊乱问题的辅导，提出特别要注意的事项及方法，并帮助辅导员协同青少年重新建立健康的生活方式，重拾信心，重建生命。

#### 一、紊乱的生理，紊乱的世界

1. 现代价值观的混乱
2. 生活方式的混乱
3. 关系的混乱
4. 情绪控制的混乱

#### 二、紊乱的种类

1. 睡眠紊乱—嗜睡或失眠
2. 饮食紊乱—贪食症或厌食症
3. 注意力紊乱—注意力缺失症（Attention Deficit Disorder）

#### 三、造成各样紊乱的原因

- A. 睡眠紊乱
  1. 历史原因
  2. 情绪原因
  3. 环境原因

## 第廿四课 生理残障的辅导

本课处理有关生理残障的辅导和生命培育，并且重申青少年辅导与培育的重要观念与价值。

### B. 饮食紊乱

1. 历史原因
2. 情绪原因
3. 环境原因
4. 社会原因

### C. 注意力缺失症

1. 遗传原因
2. 历史原因
3. 环境原因

### 四、各样紊乱的后果

1. 生理影响
2. 心理影响
3. 社交影响
4. 灵命影响

### 五、圣经的看法

1. 神创造我们，看重我们的身体（诗 139 篇）。
2. 身体是圣灵的殿（林前 6：19-20）。
3. 要献上身体当作活祭（罗 12：1）。
4. 神体恤我们的软弱（来 4：15）。
5. 基督道成肉身担当人的软弱（赛 53：3-4）。
6. 神可以医治我们（诗 147：3）。

### 六、辅导六部曲

帮助青少年看见自己在神眼中的地位与价值，重建身分认同与安全感。

### 七、孙传道访谈录（四）

#### 一、残障的问题

1. 苦难与咒诅
2. 遗传问题
3. 后天灾祸
4. 自身伤害

#### 二、残障的影响

1. 自我身分危机—我是谁？为什么这样？神和我有什么关系？
2. 自尊危机—我的价值在哪里？
3. 情绪心理影响—自闭、自卑、孤僻、怪癖。

#### 三、圣经的看法

1. 神按照自己的形象造人，每个人都十分尊贵。
2. 神并不是残疾的缔造者，苦难是始祖犯罪的直接后果。
3. 神看人的内心，不是外貌（撒上 16：7）。
4. 将来的盼望—复活的身体是全新和完美的。
5. 参考经文—传 9：11；撒上 16：7；诗 86：15；加 5：22；代上 29：15；林后 4：7；罗 12：15。

#### 四、辅导六部曲

1. 聆听与同情是重中之重，可以让青少年倾诉内心深处的感受和痛苦，并用经文和诗歌安慰他们。
2. 与青少年的父母紧密合作，鼓励他们依靠神，发挥神在他们身上的长处与恩赐，定睛于永恒与神的使命，以致找到生命真正的价值与意义，并且勇敢、坚强、喜乐地生活。

#### 五、孙传道访谈录（五）

#### 六、课程总结

1. 青少年辅导与培育的终极目标，并不是让青少年幸福快乐地生活，而是帮助他们更像基督，能够用生命来认识神、追求神、荣耀神。帮助青少年身、心、灵都健康成长，是辅导和牧者以及家长的服侍方向，但必须遵从圣经的教导和顺服神的旨意，否则这个全人医治是不可能的。
2. 辅导员要扎根在神的话语上，每次辅导的过程都

要以神的话语为基础，以祷告来交托，以团契来支持，以家庭为基地，以教会为环境，以关系为导向，以成长为目标，以荣耀基督为终点！

## 参考书目

1. 拿兰摩尔著。李本实、冯炜文译。《辅导心理学》。香港：证道，1972。（Narramore, Clyde M. *The Psychology of Counseling.*）
2. 伯斯威克著。李莎译。《如何了解青少年》。台北：大光，2000。（Borthwick, Paul. *But You Don' t Understand.*）
3. 华理克著。吴苏美心译。《破解人生难题》。台北：大光，1987。（Warren, Rick. *God's Answers to Life' s Difficult Questions.*）
4. 福斯特著。张毅民译。《沮丧滚开》。台北：大光，1987。（Foster, Timothy. *How to Deal with Depression.*）
5. 赖特著。《处理愤怒的技巧》。台北：大光，2000。（Wright, Norman. *The Rights and Wrongs of Anger.*）
6. 布鲁格著。《面对自我：门徒进深训练手册》。加州：圣经辅导基金会，1994。（Broger, John. *Self-Confrontation: A Manual For In-Depth Discipleship.*）
7. Bill Blackburn 著。孙宇斌译。《啊！自杀？！》。台北：宇宙光，2000。（*What You Should Know About Suicide.*）
8. 桑安柱。《青年人生阶段》。香港：甘霖，1989。
9. 于力工。《青少年生命的教育》。香港：宣道，1970。
10. MacArthur, John, and others. *Introduction to Biblical Counseling: A Basic Guide to the Principles and Practice of Counseling.* Dallas: Word, 1994.
11. McDowell, Josh & Hostetler, Bob. *Handbook on Counseling Youth: A Comprehensive Guide for Equipping Youth Workers, Pastors, Teachers, Parents.* Nashville: Thomas Nelson, 1996.
12. Wright, Norman, and others. *Surviving the Storms of Life: Finding Hope and Healing When Life Goes Wrong.* Grand Rapids: Baker, 2008.
13. Ezzo, Gary & Anne. *Let the Children Come Along the Adolescent Way.* Australia: Growing Families International, 2002.