

成功的老化 第四课...

代间的沟通与关系

播映操作小技巧：滑鼠click各位置



Outline

1. 播映操作
2. 不同於一般的釋經學
3. 課程目的、內容
4. 不同類經文適合的解釋原則
5. 聖經需要解釋嗎？因遇見異端

课程纲要，可指定播映片号内容

请按 开始播放

每个人**成长的时代**对于他的**影响**都是不一样的，

- 会使得每个世代的人都需要学习，才能够跟**不同世代**的人来相处
- 跟**晚辈**有所学习，跟**长辈**也要有所学习，跟不同世代的人，了解**他们世代**的情况



「**人生没有回程票，亲情没有隔夜仇。**」

- 我们总是期盼跟下一代、第三代、甚至第四代有**很好的关系**
- 即便有时有**不同的意见**、争争吵吵，但**亲情没有隔夜仇**



盼望上完这个课程之后，我们跟**下一代**的相处，或者被夹在中间的**三明治的世代**，比较知道**怎么跟长辈**来相处。

代间的沟通与关系

本课**目标**

- 1.对年轻的一代，**清楚、直接**的**表达自己**，
 - 例如：想法、感觉、期盼
 - **间接式**的沟通，会影响彼此的了解
- 2.藉语言、非语言的**沟通**，跟成小子女、孙子女，能够**建立良好的关系**
- 3.期盼与**成人子女**的对话，好像对待**成年朋友**一样
- 4.以**荣耀神、有益于子女**的方式，**倾听**年轻的一代的心声，作**敞开、坦承**的交谈



- 5.当子女需要**支持、了解**时，可以用**同理心**的方式来回应
- 6.学习分辨**言语有时、静默有时**的**智慧**，并且操练**合宜**的讲话



一、**亲子关系**，始于**依附理论**

老年父母年纪渐长，越来越需要**成年子女**的照顾时，这种**帮助和照顾**的关系就越来越明显，



- **照顾者**的关系跟**亲情**的关系，两者互相影响，有**品质良好的亲情**，就越可能有效果良好的**照顾者的关系**
- **照顾者**的关系在**责任、工作之内**，所包含的**压力、挫折、困难**，是极大、复杂的变相

现在很多**年轻的一代**都是**双职**，心有余力不足，有些人会开始考虑跟父母商量，能够被安排住在**安养院**，在那里有更好的照顾。

每一个家庭的情况都不一样，对于**孝**这个字，要更**复杂一点、更有弹性**的来想一想，怎样才是**真正的孝**。



全球有越来越多的**老人**，**不跟儿女同住**、喜欢自己**独居**，但在**亚洲人**，仍有很多**长辈**是跟儿女同住的，享受**三代**、甚至**四代同堂**的天伦之乐。**老年父母跟成年子女同住时**，**生活品质**各自都会**受到影响**，有可能是**好的影响**、也有可能是**不好的影响**，所以不全是**所有的三代同堂**，都能够感到**相当满意**。

老年父母跟成年子女之间照顾和帮助的关系，不是只限制于**单向**，大部分是**双向**——**老年的父母也可以帮助成年的儿女**。

有些家庭是**三代同堂**的，**第三代**从学校回家时，**祖父母**在家里，就可以**开门**、做一些**点心**给**孙子女**，这就是帮助他们，也让在**工作的中间世代**能够更放心，知道家里有人，这也是**长辈来关心、帮助晚辈**的例子。



大多数的**子女**认为**照顾年长的父母**，是自己的**责任**，



- 台湾、日本都有**法律**来保护老年父母，不可以**弃养**自己的年长的父母亲
- 近距离的相处很容易使上一代和下一代各自的**婚姻关系**都受到某种程度的影响

父母和成年子女之间的关系的培养，非常重要的一个环节就是**沟通**，

- 年老的**父母需要**成年子女**帮助**，**成年子女**没有付出
- 年老的父母**不需要**成年子女的**帮助**，成年子女却**硬要去帮助**都容易造成**关系上的伤害**，主要的因素，因为**沟通不良**。

沟通也包括表达自己的**情绪、感觉、想法、意见**等等。



二、老年人跟孙子女间的关系，因时代、文化变迁而有所改变。

一个家庭**三代同堂**，有**次家庭系统**——

- 夫妻、亲子、祖父母跟孙子女的关系，所谓的**次亲子、次家庭系统**，都**因人而异**
- **祖父母**的角色，是非常普遍引起兴趣的主题

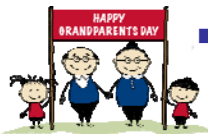


祖父母跟孙子女之间关系的模式可以分成**五大类**，

1. **代父母**——父母亲忙碌自己的工作，特别在**单亲家庭**，**祖父母**代替父母亲来**照顾孙子女**的机率特别大，所的**隔代教养**，取代了父母亲的**角色、职分**

2. **活跃的祖父母**——

- 持续**高度参与**孙子女的成长、建立**亲密**的关系
- **不是取代父母**，



只是祖父母在他们的生活中非常的**活跃**，孙子女有什么**学校活动**等等，他也参加

3. **教导**的祖父母——

- 利用机会**传递家庭的传统**，让孙子女**承接、传承**
- **提摩太**的信仰是从**外祖母罗以**传递下来的，可以给孙子女某一些程度**正面的影响**



4. **社交型**的祖父母——

- 跟孙子女有**游乐、玩乐**的关系
- 偶尔**享受**彼此之间的**陪伴**，但不是**太深入**参与，也不会**负责**太多的教育、教养...

5. **缺席**的祖父母——

- 偶尔跟孙子女有接触，但和孙子女的生活**毫不相干**，也从来没有参加过任何活动
- 「我跟祖母没有太多的印像，感情也不是很好。」那就**很可惜**了，对孙子女在**心理上的成长**来讲，也是一种**缺憾**



不论是那一种类型的**祖父母**，都有某种程度对子女、**孙子女有所影响**，包括：

社会化的过程、**施与受互惠**的发展、人格的成长、**人生阶段性的过程**、对**老年**的印象。

一位**牧师**谈到年幼时，**外祖母**给他很大的影响，**外祖母给他的爱**，到今天想起来心里都还是**热热的**、还会**流泪**。



的确使得一个人在**人格成长**上都会产生**正面**或**负面**的影响，



- 很多老人以自己**为人祖父母**为荣，并且**乐于跟孙子女亲近**
- 很多**孙子女**自己觉得跟**祖父母**之间的关系**特别亲密**

三、人的一生不论**活多久**，都需要**人际关系**之间的**互助、互动**。

- 一般老人，如果**已婚**，大都与**配偶间的互助**是第一优先，尽管有时候**拌拌嘴**、有一些不同的意见，但是**老来伴**、总是**彼此的帮助**



- 如果情况**不允许**，就扩大到对**自己的成年子女**或是**孙子女**
- 如果是**矜寡**或**一生未婚**的独居者，则可能以自己的**兄弟姐妹**为互助的对象
- 如果不能，就以**教会、邻居、亲友**为互助的对象
- 现在**社区**渐渐有**日间关怀老人**的机构，也可以得到一些帮助



四、改善**代间沟通、关系**，实际的**建议**...

1. **认识事实、接受事实**

- 1) 儿女已经长大，不再是**孩童**了
- 2) 子女经过多年的**成长**过程、人生历程、人际互动、**教育**的塑造、**职业**的生涯，所有点点滴滴，已经**形塑**并且改变了他们，有自己**人生的看法**
- 3) 如果**住在儿女的家里**，要清楚记得，是住在**儿女的家**、不是住在**自己的家**...
儿女有权力决定，你像是**作客**，是不太一样的
- 4) 儿女有**教育、培训、管教**他们子女的责任，「一代管一代，儿孙自有**儿孙福**。」
你**不需要负责管教**孙子女，那不是你的责任，否则的话，你的儿女会觉得你**管太多了**



2. 与**成年子女**谈话时，带着适当的

尊重、同理、爱、关怀，看他们如同**成年的朋友**，不要用命令、掌控、管教的语气说话。

作**长辈**的，习惯用**命令**的口气，或在工作场合是**主管**，就要**小心、谨慎**的来管理口舌

3. 尝试**倾听**，少说教，多用**同理心**的回应，

- **回应**子女话语中的**感觉和事实**
- 站在他们的立场，**感同身受**给予**回应**



4. 如果子女**没有请教你**发表意见或建议，可以**等待**，没有**必要常给意见**，更没有必要一定要**说最后一句话**。



- 如果他**有问你**，可以**谈一谈、聊一聊**
- 如果**没有**，就暂时**保持沉默**
某个程度他觉得要**请教你**的时候，自然会找你，免得我们变成**太啰嗦**了

5. 在某些事情上，**征询子女的看法、意见**，
享受从子女身上学习新鲜事物的乐趣
6. 经常**想到、记住**成年子女的**优点跟长处**，
用**言语、行动**，来表达**感谢跟鼓励**。



成年子女很需要**父母亲的支持**，不论他们多大，
能从父母得到**祝福、肯定、鼓励**，都是很棒的

7. 尽量不要以**论断或批评**的方式跟成年子女对话，
就算自己的**情绪被激动、有负向反应**时，
也先**管理自己的情绪**，用**冷静的方式**来沟通

8. 当有**事情**，想让成年子女**知道**时，



- 应该**直接**向他们具体清楚的来表达
 - 寻求合适的**时机**，用合宜的**语气**来陈述
- 尽量不要**透过第三者**，有时第三者
加上自己的**意见、感觉**，反而把事情弄得**更复杂**

11. 每日为子女和**孙子女**来**祷告**，

- 这对他们与你的关系是一种**极大的祝福**
- 记得以**顺服和信靠**的心祷告，学习放手，
让**神**来照顾成年子女跟孙子女



神是会听我们祷告的神，

如果每一天都常常记得为自己的**孙子女**祷告，
不但**关系更好**，**神**也会**祝福孙子女**

12. 让你的日常生活、言语、行为，

成为敬虔、爱主、信靠主、
乐意助人的一个**好榜样**。

把在**基督里的信仰生命**用合宜的方式，
传递给下一代、传递给第三代，
就能够给**子女、孙子女**最大的**祝福**



9. 当和成年子女**谈话**时，

- 一次只讨论**一件事情**，集中那**主题**上
- 不要只因为**一件事情**批评他的人格，



人类的**性格和行为**比我们想象的**更复杂**，
以**偏概全**，会**过度简化**人类的行为和动机

10. **儿女的配偶**可能**不同文、不同种**，

他们的**子女**可能在不同的地方出生长大，
不懂**华文**、不懂我们的语言，



- 切记：**肢体语言**有时比**声音**更能够表达



- 要跟他们建立**良好的关系**，
需要付出**时间和心力**，

例如：当**孙子女生日**时，
可以用他们**喜爱的方式**来表达



圣经关于代间的**关系和沟通**...

约壹一6-7 我们若说是**与神相交**，却仍在黑暗里行，
就是说谎话，不行真理了。

我们若在**光明中行**，如同**神在光明中**，
就彼此**相交**，祂**儿子耶稣的血**也洗净我们一切的罪。

团契、关系、联谊、沟通



用在**老年父母**跟**成年子女、孙子女**之间：

1. 关系必须建立在**圣经真理**的基础上，
包括有关**亲子、代间**的关系，这一些教训
2. 关系跟**沟通**，需要**行在光明中**，活出光明的见证
3. 任何人如果**与神有光明、亲密**的关系跟**沟通**，
必能有助于跟**别人**之间有**光明、亲密**的关系和沟通，
包括**成年子女、孙子女**之间都是一样的

4. 任何人与人之间的**关系和沟通**，如果出了问题，

- 可能的原因之一就是**罪**的问题，
因着**没有解决**而促成的

- 如果有，必须要去**解决、面对、处理**



5. 在**耶稣基督的救恩**里，

- 人被神所**饶恕、洁净**，因此学习彼此饶恕和洁净

- **老年父母**跟成年子女，在沟通、相交的关系上
如果有问题，彼此伤害，

也要学习**彼此饶恕**，在**主的宝血**里来得到**洁净**

老年父母跟**成年子女、孙子女**之间的**沟通**，

都需要回归到**圣经**中的教训，在**耶稣基督**
的**救恩**中建立一个**光明的关系**，
才会有**光明而讨主喜悦**的一个沟通。



雅各书三1-12 我的弟兄们，不要多人**作师傅**，
因为晓得我们要受**更重的判断**，
原来我们在许多事上都有**过失**。

- **讲话**对于**沟通、建立关系**是非常重要的

- **说话**跟**生命的光景**也是很有关联性，
会影响到我们跟人的**互动**

若有人在**话语**上没有**过失**，
他就是**完全人**，也能勒住自己的全身。

- 正说明我们**说话**需要**管理**，需要有所**节制**



伟大的君王**大卫**非常看重**言语**的**洁净**：

诗十七3 你已经**试验我的心**；你在**夜间**鉴察我；
你**熬炼我**，却找不着甚么；
我立志叫我**口中**没有**过失**。



老年人在**话语**上可能有**两种极端反应**：

- 情绪比较容易**低落**、**体力渐衰**，
变成**言语寡少**，

言语过少会使得**年轻的一代**，

不能够了解长辈心思意念、情绪、看法

- 缺乏**安全感**，害怕别人**忽略**，变得**多言多语**，
想用**言语**来**管理、来控制**，

言语过多，让人觉得太**啰嗦、太厌烦**

都有可能影响到跟**成年子女**以及**孙子女**之间的**沟通**。



老年人需要学习**管理、节制**自己的**言语**，

说该说的话，不说该说的话，

这是很重要的功课，需要**操练、学习**。

关于**言语**的**沟通**，**箴言**有更多的教训...

+11 **义人的口**是**生命的泉源**；**强暴**蒙蔽恶人的口。

我们都要为自己的**言语**来**负责**，也将因为
自己的**言语**结果而**得益处**、或者**受伤害**。



+12 **人因口**所结的**果子**，必享**美福**，**奸诈人**必遭**强暴**。

+13 **谨守口的**，得保**生命**；**大张嘴的**，必致**败亡**。

+19 **多言多语**难免有过；**禁止嘴唇**是有**智慧**。

+22 **小心忧虑**，**屈而不伸**；**一句良言**，使心**欢乐**。

这在**老年父母**跟**成年子女**的关系中，

是很重要的一个**原则**—

- 讲话时考虑对方的**情绪状况**，作**合适的回应**

- 不能控制别人的**舌头**，但可以控制自己的**反应**



+15 **回答柔和**，使怒消退；**言语暴戾**，触动**怒气**。

+11 **一句话**说得**合宜**，就如**金苹果**落在**银网子**里面一样。



弗四29 **污秽的言语**一句不可出口，只要随事说**造就人的好话**，叫听见的人**得益处**。

想一想这样讲出来，会有什么**结果**，
是不是使他**得到造就、益处、祝福**，
还是会有什么的**结果**，然后才**决定怎么讲**。

提后一5 **想到你心里无伪之信**，
这信是先在你**外祖母罗以和你母亲友妮基**心里的，
我深信也在你的心里。

保罗肯定提摩太三代间有着**美好、坚定、虔诚信仰**的传承，

- 代间**沟通**以传承「**心里无伪之信**」为焦点，
把**基督耶稣的信仰**，**永生之道**作为焦点
- 深信**神的赐福**也将一代一代**传承**给下一代，
使得**世世蒙福**，主的救恩**代代相传**

