



## 辅导青少年的典型问题（一）

### 个人身份与形象

#### 一、个人身份不明确或自我形象较差的青少年有什么特征

1. 缺乏清晰的自我认识，按照他人的想法来界定自己。
2. 害怕与别人发生冲突，习惯化的妥协和自我否认（自罪心理严重）。
3. 对别人的情绪很敏感，不懂得拒绝他人或维护自己。
4. 唯唯诺诺、倾向于逃避和自我封闭。
5. 无主见，不敢表达自己的想法，习惯听从别人的指使和吩咐。
6. 敏感别人的评价和眼光，渴望得到他人的肯定。

#### 二、青少年身份不明确或自我形象较差的原因

1. “消极指责型”的教养模式
2. “过度保护”的教养模式
3. 忽视忽略型的教养模式
4. 学习或特定能力的缺乏
5. 校园\网络霸凌
  - 为了确定那是否真的是欺凌，通常会强调以下三件事情，并且它们应该是同时发生的。
    - 1) 具有攻击性的行为。
    - 2) 存在一种力量的不平衡，这可能是体力上的，也有可能是被获取令人



本讲义由主讲老师提供，版权归作者所有。

尴尬的信息，或者某一件事情被传开了，变得众所周知。

- 3) 按某一种频率重复发生的事情，这可能是威胁、散布谣言、身体冲突、语言攻击或者孤立别人也会被一些人化为是霸凌的范围。

- 长期经受霸凌的孩子可能有的生命状态：

- 1) 消极的自我认知

- 我是不是真的不可爱？不值得被关怀？

- 2) 苦毒或恐惧

- 我恨那些伤害我的人，也恨那些原本应该给我提供帮助的人；
- 过分在意他人的想法；害怕与别人互动

- 3) 罪性的回应方式。

- 我也要伤害别人，以恶报恶，报复；
- 逃避：酗酒、吸烟、毒品、游戏、色情……

6. 因外貌的一些特征而导致的自卑

7. 过于压抑和“定罪型”的信仰模式

8. 遭受过创伤、被侵犯、被虐待

### 三、辅导身份不明确或自我形象较差的青少年的目的

帮助青少年在上帝的真理中形成对自身价值、形象和能力的积极认定。

“没有对上帝正确的认识，就没有对我们自身正确的认识。”——加尔文

### 四、如何辅导身份不明确或自我形象较差的青少年

1. 建立关系：



本讲义由主讲老师提供，版权归作者所有。

- 营造爱的辅导氛围，以“创造性活动”来汲引来访青少年敞开内心；
- 了解其家庭、学校、信仰、成长经历、网络使用及其他方面的情况，以发现其“身份不明确”或“自我形象差”的原因和“症结”；

## 2. 宣讲真理：

- “打破谎言”，鼓励来访青少年“心意更新而改变”；
- 教导圣经如何看待我们的身份、能力和形象；引导来访青少年积极自我探索和重新定义；
- “美丑”及其他相关主题在圣经中的标准是如何的（赛 53:2/彼前 3），和这个世界有何不同；
- 帮助来访青少年操练圣经相关的真理并“习惯化”地运用；

## 3. 多方协同：

- 调整教养模式，建立家庭祭坛，“夯实”辅导内容；
- 纠正不合真理的极端信仰观，规范教会生活；
- 如存在欺凌现象，寻求老师及学校介入，必要时使用法律或安排转学；
- 如父母不能尽抚养的责任，教会及时介入，给予问题青少年足够的爱与关怀；
- 消除恶性社交的毒害，使其在积极属神的朋辈影响之下；
- 进行危机处理（被侵犯或其他重大事件的后续影响）；
- 如有必要，可寻求医学上的治疗以改善孩子的形象（兔唇、坡脚、斜视……）

## 如何辅导被霸凌的青少年？

- 首先需要控制我们的情绪。如果我们打算引导这事情得到解决，我们就



需要像基督一样，为了使别人看见我们的处事方式，就也能信主。

- 三个处理的原则（从家长的角度）：
  - 1) 一开始就看清状况的紧急程度。就孩子的人身安全这一方面而言，我们永远都需要非常谨慎对待这事情。我们会询问关于威胁的具体问题，记录哪些人参与在其中，哪些人能为这事情作证，并且记录下来任何形式的虐待，尤其是是否造成了严重的身体威胁或者犯罪行为。这可能会涉及到网络行为。如果有需要联系有关部门，请向他们咨询关于如何处理这件事。即使你不想错误地指控某人，调查的时候也要严谨仔细。
  - 2) 我们需要祷告，向神寻求智慧。神喜欢赐给我们智慧。雅各书 1 章 5 节中提醒我们说，“你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人，也不斥责人的神，主就必赐给他。”
  - 3) 我们所盼望的好处不在神以外。这是我们需要给孩子定下的一个核心观念。我们可以从罗马书 8 章 28 至 29 节中意识到，上帝能够使万事互相效力，甚至是在欺凌情况下的父母，欺凌者和那些犯罪伤害我们孩子的人。神做的这一切，是为了来帮助我们跟随耶稣基督，并展现出恩典如何彰显在我们的生活中。