


# 原生家庭祝福？包袱？大纲


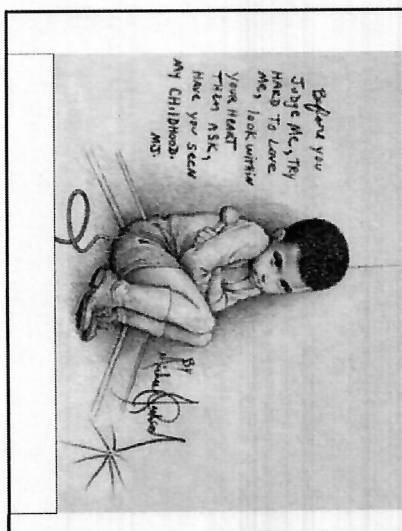
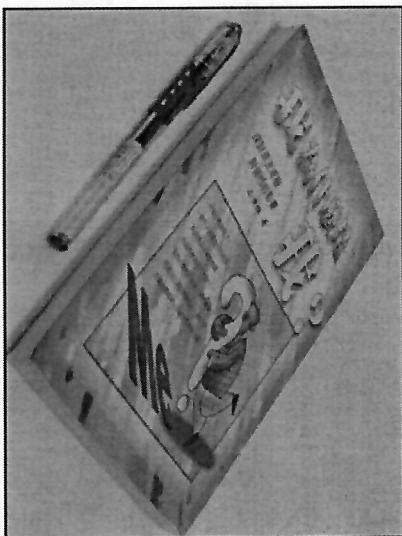
- 1) 序言（童年创伤）
- 2) 童年创伤背后原因（破碎家庭、政治迫害、战争洗礼、虐待、卫星婴孩、中国文化）
- 3) 创伤后遗症（承受压力能力弱、理智与情感纠缠、过度焦虑、自我形象受损、人际关系薄弱）
- 4) 创伤影响人际关系（夫妻、工作、主内肢体）
- 5) 解决之道
- 6) 总结

## 讨论问题：

- 1-原生家庭对你的影响是正面多？还是负面多？请分享！
- 2-谁影响你最大（父亲、母亲、哥哥、姐姐、弟弟、妹妹、其他？）
- 3-原生家庭在哪方面影响你最深？（你的个性、脾气、婚姻、人际关系、与子女、与神、其他？）
- 4-讲座中哪一点对你感触最深？
- 5-成长过程中，有哪一个人你无法饶恕？
- 6-讲座中有哪一点对你帮助最大？
- 7-讲座中谈到几个解决方案，哪一点你认为比较可行？哪一点你会有难度？

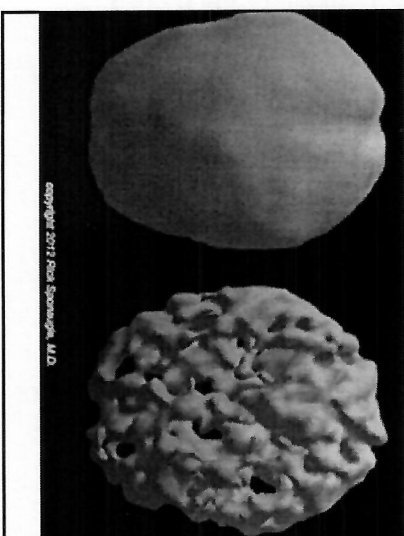


## 原生家庭 祝福？包袱？


香港影星张国荣

- > 中港台紅星
- > 家財上億
- > 同性戀者
- > 患嚴重憂鬱症
- > 为情自杀
- > 年46岁



## 心理创伤背后起因

破碎家庭 家庭、离婚  
政治迫害  
战争洗礼 孤儿院/难民



全球亂世 (三毛)

### 心理创伤背后起因



梁柱 (刘玉娟)

破碎家庭 家暴、离婚  
政治迫害  
战争洗礼 孤儿的苦难  
虐待 (拘留、精神、性)

### 心理创伤背后起因

破碎家庭 家暴、离婚  
政治迫害  
战争洗礼 孤儿的苦难  
虐待 (拘留、精神、性)  
卫星男孩 亲手拒父母/亲人

### 卫星男孩 Satellite Babies 讲座



胆怯、爱哭、情绪失控、  
缺乏自信、极度害羞

### 卫星男孩 Satellite Babies



### 心理创伤背后起因

破碎家庭 家暴、离婚  
政治迫害  
战争洗礼 孤儿的苦难  
虐待 (拘留、精神、性)  
卫星男孩 亲手拒父母/亲人  
中国文化弊端 重男轻女/指责  
缺乏基本需要 爱/保护/安全

### 男孩到成长- 都在问

我值得爱吗？  
危难时，你会保护我吗？





從小「經常」地  
「一致」地得到  
父母「適切」的愛

來自原生家庭的愛

「經常」  
「一致」  
「適切」

「安全  
依附型態」

「不  
「偶然」  
「過與不及」

「非安全  
依附型態」

安全感建立要素

Mirroring Transference  
Idealization Transference

Mirroring Transference

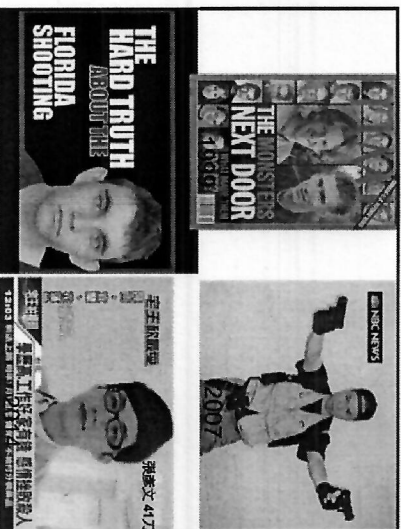
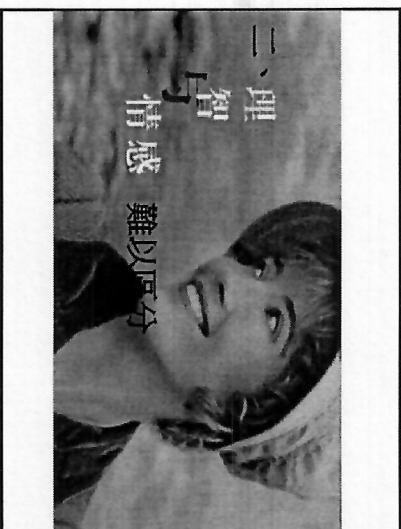
人需要一個能夠提供他無  
條件的愛和接納的對象

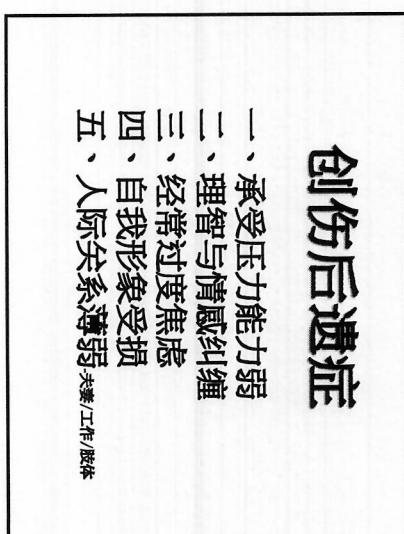
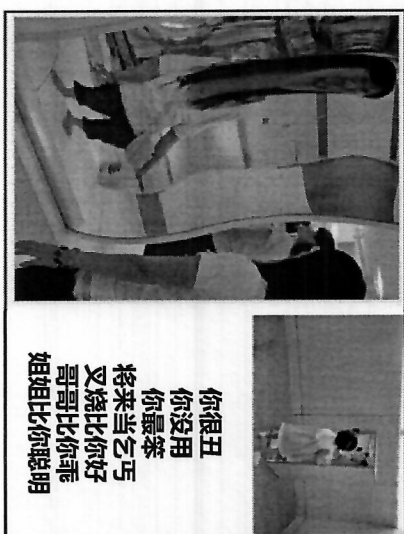
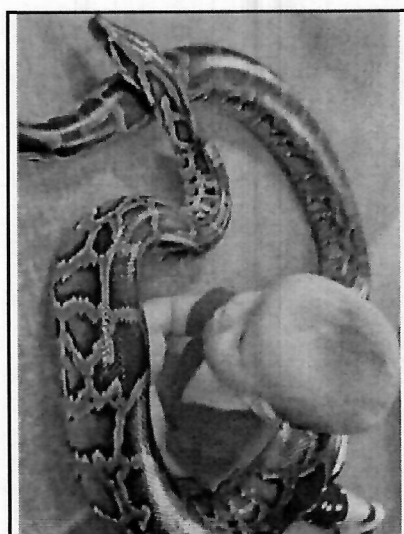
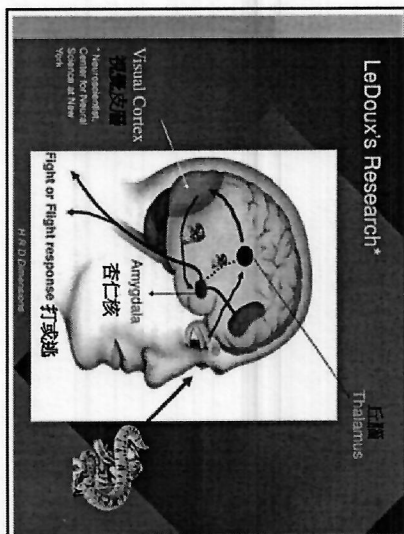
Idealization Transference

人需要要比他自己更有智  
慧和能力的對象，來幫助  
他自我控制，並激勵他邁  
向一個更崇高的標準。

創傷後遺症

- 一、承受壓力能力弱
  - 二、理智與情感糾纏
  - 三、經常過度焦慮
  - 四、自我形象受損
  - 五、人際關係薄弱
- 夫妻/工作/體





### 过去创伤影响人际关系

- 一、不断寻求爱与安全感
- 二、与人保持距离避免受伤
- 三、失去自我害怕得罪人
- 四、追求权力凌驾别人

### 过去创伤影响人际关系

- 一、不断寻求爱与安全感



张国荣童年

出生好家世  
十兄妹排最小  
父母不和  
父亲绝少回家  
母亲打理生意  
个人抚养长大  
陌生人比我母亲还亲



张国荣童年

『從小沒人關心我』  
『唯一疼我是佣人』  
『小時候最需要的关心和爱护，但从家人那里得不到。』



台湾女歌手于台煙

『从年轻到现在，我在感情上一路跌跌撞撞，男朋友几乎都是高个子，模样好看、年纪比我大许多的男人，他们长得像父亲，连个性都像，不懂得如何爱人。原来，我一直在苦苦追寻父亲的影子。』



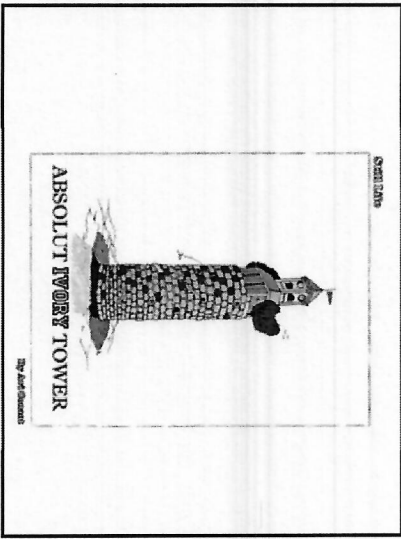
台湾女歌手于台煙

父亲是学校校长，没有不良嗜好，回到家就是看报纸、写日记。父亲也是家里的谈话中心和六个孩子的谈吐很少，有的，只是用食指指着其中一个孩子责备，极少讚美。



### 过去创伤影响人际关系

- 一、不断寻求爱与安全感
- 二、与人保持距离避免受伤



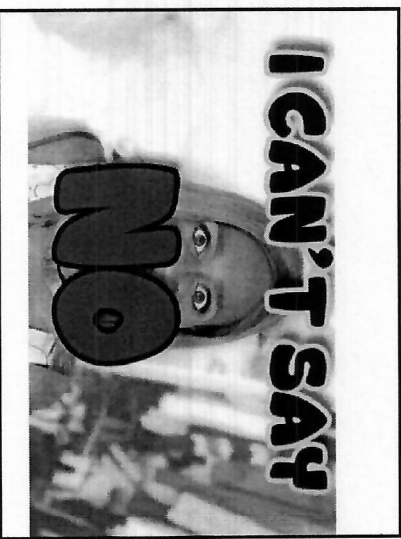
### 过去创伤影响人际关系

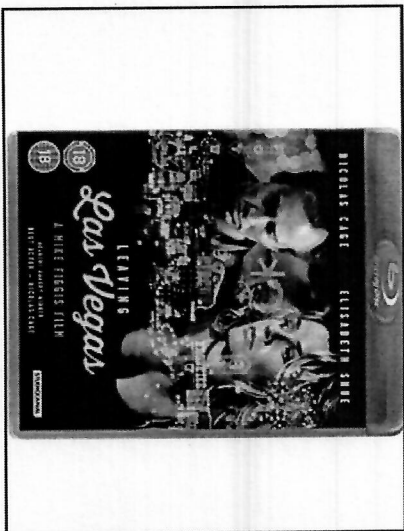
- 一、不断寻求爱与安全感
- 二、与人保持距离避免受伤
- 三、失去自我害怕得罪人

### 失去自我



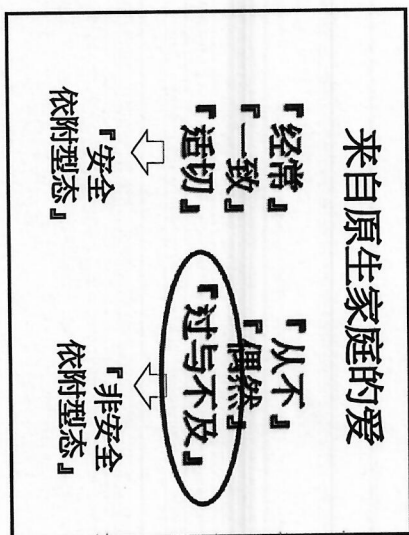
### I CAN'T SAY





### 过去创伤影响人际关系

- 一、不断寻求爱与安全感
- 二、与人保持距离避免受伤
- 三、失去自我害怕得罪人
- 四、追求权力凌驾别人



### 被溺愛的孩子

- 敏感度不夠
- 自我中心
- 自視過高
- 草率一族
- 缺乏上進心
- 獨立性弱
- 自律性不夠
- 人際關係膚淺

### 被溺愛的源由

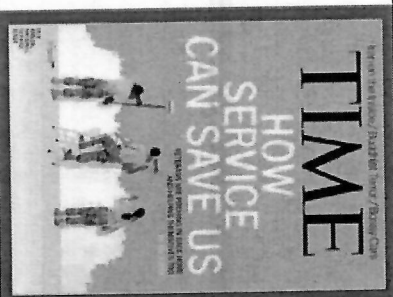
- 独生子女
- 老大/老小
- 家中唯一男生/女生
- 晚年父母生
- 出生帶來家運
- 出生身體特別衰弱

### 原生家庭创伤后遗症

- 一、承受压力能力弱
- 二、理智与情感纠缠
- 三、经常过度焦虑
- 四、自我形象受损
- 五、人际关系薄弱

### 解决之道

- 改变性格/追求成长
- 勇敢回忆/面对过去
- 参加讲座/阅读自我成长
- 参与团体活动
- 培养兴趣
- 乐助乐捐



### 解决之道

- 改变性格/追求成长
- 有运动习惯
- 坚定信仰
- 肢体支持系统
- 拟定人生目标
- 与父母和好/孝敬父母

若有人在基督裡、  
他就是新造的  
人。舊事已過、  
都變成新的了。

· 林后5:17

### 总结

家庭成长影响：  
个人品格/个性  
个人自信/人际关係  
面对逆境/社交技巧  
信仰是生命改变的突破  
对自己问题先有深切认知  
祈求圣灵光照/自我反思  
配合有计划渐序式行动

**寻求辅导统计**  
情况改善 (20%)  
每况愈下 (20%)  
维持不变 (60%)

