

認清起跑線
 人生不是一場短跑或長跑比賽
 人生是一個旅程
 培養自尊、自信、自愛 → 積極實現夢想

- 兒女是由上帝賜的禮物
- 讓父母操練無條件的愛
- 能建立孩子的自我價值感&自尊
- 回報: 兒女的尊重和愛

Self-Esteem 自尊的意思

- = 自愛
- = 自我重視
- = 自我欣賞
- = 對自己有好感等
- 自律來自自尊



長期受壓

➢ 只會導致自我放棄

有真理
 但沒有關係
 導致拒絕

Turth without relationship leads to rejection 5

有規則
 但沒有關係
 導致叛逆

Rules without relationship leads to rebellion 6

有紀律
但沒有關係
導致憤怒

7
Discipline without relationship leads to anger

