

恩典聖經神學院

人生技能

1 學期 2 個學分

大衛·艾克曼博士 / 教授

電子郵件：dreckman@bwgi.org 電話：(925) 846-6264

2021 年秋季學期

2021 年 10 月 16 日–2022 年 1 月 8 日（星期六上午 9：00-10：30）

教學大綱

2021 年 10 月 16 日 - 2021 年 12 月 25 日（上午 9：00-10：30）

5 個星期六早上的 Zoom 課堂（16/10, 30/10, 13/11, 4/12 及 18/12）

課程內容

《人生技能》是按聖經原則為基督徒而撰寫的在世實用心理健康手冊。這手冊最初是為培訓北京 60 幾所高校心理健康中心的非基督徒輔導員而撰寫。《人生技能》既是心理健康原則的入門課程，也為傳福音架起一道橋樑。此手冊經北京市委宣傳部、教育部和北京市心理諮詢研究會批准使用。

我們生活在一個世界，那裡許多人不知道何謂人、何謂男人或女人，也不知道何謂健康的情緒或健康的人際關係。《人生技能》一書回答了這些問題。此書在中國有效地使用了，不單回應了這些問題，也開創了一個分享福音的平台。在《人生技能》一書的八個單元中，我們展示了如何使用每個單元作為傳福音的橋樑，同時教導基督徒以聖經為本的心理健康原則。其中六堂課的內容特別探討成癮行為、強迫行為及誘惑。對那些想要把合乎聖經的心理健康原則結合到事工和傳福音的輔導員、牧師和教會領袖，這本書對他們特別有幫助。

每課時：2 小時

閱讀書目

大衛·艾克曼博士，《人生技能》，加利福尼亞州：BWGI 合神心意事工，2005 年。（中英文雙語）

大衛·艾克曼博士，《心靈的掙扎— 性、食物和上帝》，加利福尼亞州：BWGI 合神心意事工，2006 年。（*僅限英文，在亞馬遜 Kindle 上有售）

閱讀級別

閱讀分為兩個級別：

- **熟悉級別**：此級別假定您認識所分配的材料，以致你能在課堂上投入參與。（每小時 45 頁）。
- **精通級別**：此級別的閱讀，平均每小時大約 20 頁，並且要小心地回應書中意見，寫下筆記，並在課堂上投入參與，和完成精通水平的論文（1000 頁= 50 小時）。

這些只作為靈活的指引或經驗法則而不該被視作是一成不變的。可以理解的是，書本印刷每頁字數不同，並給不同的閱讀水平書寫。

每次作業應在討論材料的課堂前完成，這樣你才可以參與課堂討論並從中受益。

論文要求

必須按照如下所述格式標準書寫。如以英文書寫論文，英文語法、慣用語和拼寫必須達到標準水平。必須包括一個強而有力的引言段落（開宗明義指出你打算向讀者展現什麼），以及一個結語段落。質素按清晰度、簡潔度和精確度評核。

- 頂部，底部和側面 預留 1 英吋的邊距
- 雙倍行距 (即每英吋 3 橫行，每頁 27 橫行)
- 字體大小以 12 點為標準
- 將段落首行縮進定於 5 個空格位或 0.6 英吋 (論文標準為 5/8 英吋)
- 段落之間無須隔行 (格式-段落-空格後)
- 用下劃線標示段落標題
- 用書釘釘裝；不要使用曲別針、文件夾或摺頁
- 加上頁碼
- 加上標題頁更佳。通過電子郵件發送的任何論文均**必須**包含標題頁。

符合上述標準的打字論文佔 10%的成績。(我們的目的是鼓勵所有神學院學生展示出與內容一致優異的成品。)

出席率

由於屬密集課程，因此只容許缺席一次，且必須事前向講師請假。凡缺席的需安排補課。教學視像講座和錄影的 Zoom 網上會議均可在 Podia 平台上獲取。

評分等級

A+	A	A-
99-100%	95-98%	94-93%
B+	B	B-
92-91%	90-88%	87-86%
C+	C	C-
85-84%	83-81%	80-79%
D+	D	D-
78-77%	76-74%	73-70%

課程目標

在知識方面：學生將會 -

1. 了解到非基督徒所面對有關心理健康、情緒健康和人際關係的各樣問題
2. 了解到聖經中包含各個應對這些問題的原則
3. 學習到如何以世俗語言來講解福音
4. 學習到如何為述說和解釋福音開創一道橋樑
5. 學習到成癮的動力變化，以及聖經如何應對這些動力變化
6. 作為恩典聖經神學院靈命造就系列的第五個課程，這將有助於將前面四個課程的原則，應用於生活及教會的挑戰中

在情緒方面：學生將會 -

1. 受到激勵，既有信心、又有憐憫地將這些原則與非基督徒分享
2. 帶有憐憫之心理解現代文化在忽視聖經原則時所面臨的窘境 - 他們正正缺乏可實踐的真理來源
3. 委身於屬靈 / 心靈健康事工，作為其職業生涯的一部分

在技能方面：學生將會 -

1. 培養情緒管理技能
2. 培養有效的傳福音技巧
3. 培養在輔導和門徒訓練中使用聖經的技巧
4. 培養講解實際應用聖經的技巧

Zoom 網上課堂及教學視像講座

請按照以下課程時間表觀看視像講座

* Zoom 線上會議

《人生技能》課程表		
* 代表 Zoom 線上會議		
#	日期	內容
1	10月16日*	Zoom - 引言 - 心理健康與屬靈健康
2	10月23日	第一單元：真實的自我
3	10月30日*	第二單元： <ul style="list-style-type: none">• 文化與家庭背景• 成癮行為（“心靈的掙扎”視像講座 1）
4	11月6日	第三單元 <ul style="list-style-type: none">• 有效溝通• 成癮行為（“心靈的掙扎”視像講座 2）
5	11月13日*	第四單元 <ul style="list-style-type: none">• 情緒的功用• 成癮行為（“心靈的掙扎”視像講座 3）
6	11月20日	第五單元 <ul style="list-style-type: none">• 成癮行為• 成癮行為（“心靈的掙扎”視像講座 4）
7	11月27日	第六單元 <ul style="list-style-type: none">• 身份認同• 成癮行為（“心靈的掙扎”視像講座 5）
8	12月4日*	第七單元 <ul style="list-style-type: none">• 兩性差異• 成癮行為（“心靈的掙扎”視像講座 6）
9	12月11日	第八單元 <ul style="list-style-type: none">• 人生技能
10	12月18日*	第九單元 <ul style="list-style-type: none">• 人生技能與佈道
11	12月25日	Zoom 網上會議

企劃作業（15 小時）

請從本課程中選取一個主題，找一個合適場所分享一個心理健康課程或講座 -

1. 從《生活技能》手冊或《心靈的掙扎》一書中找一個主題，預備一個一至兩小時的講座。
2. 可使用其他尋到的資源，包括世俗或基督教的材料。
3. 就有關主題製作成 PowerPoint 稿件。
4. 為聽眾預備一份講義。
5. 透過教會或基督教事工機構，尋找一個發布場所。聽眾最好是非基督徒，但由於時間限制，基督徒聽眾也可接受。
6. 將有關原則向非基督徒聽眾展示為普世真理，並在講座結束時將其與聖經聯繫起來。

閱讀書籍及撰寫作業 – 截止日期：2022 年 1 月 8 日（10 小時）

大衛·艾克曼博士，《人生技能》，加利福尼亞州：BWGI 合神心意事工，2005 年。（中英文雙語）

根據閱讀心得，就以下問題寫一篇 3 頁的論文：

1. 哪個單元對你最有幫助？
2. 還有哪兩個單元你認為有幫助？
3. 對以下前提“非基督徒面對一些影響情緒至深的問題，文化未必能提供答案，但聖經卻能解答回應”，你的看法如何？這對香港的教會有何重大意義？

大衛·艾克曼博士，《心靈的掙扎 — 性、食物與上帝》，加利福尼亞州，BWGI 合神心意事工，2006 年。

根據閱讀心得，就以下問題寫一篇 3 頁的論文：

1. 香港有哪些成癮問題可在這書中尋著應對？
2. 哪些特定的文化壓力，造成痛苦並啟動成癮循環？
3. 教會如何能幫助其會友和非基督教文化理解和應對成癮的威脅？

分數：

30% 觀看視像講座及參加網上會議

10% 課堂上參與討論

- 學生應在每堂課開始前提出一個問題
- 學生不單要出席，且要投入地參與

30% 閱讀《人生技能》後的回應論文

30% 閱讀《心靈的掙扎》後的反思論文

遲交的論文或項目將會每週扣減一個字母等級。

所有論文須在課程結束或之前提交