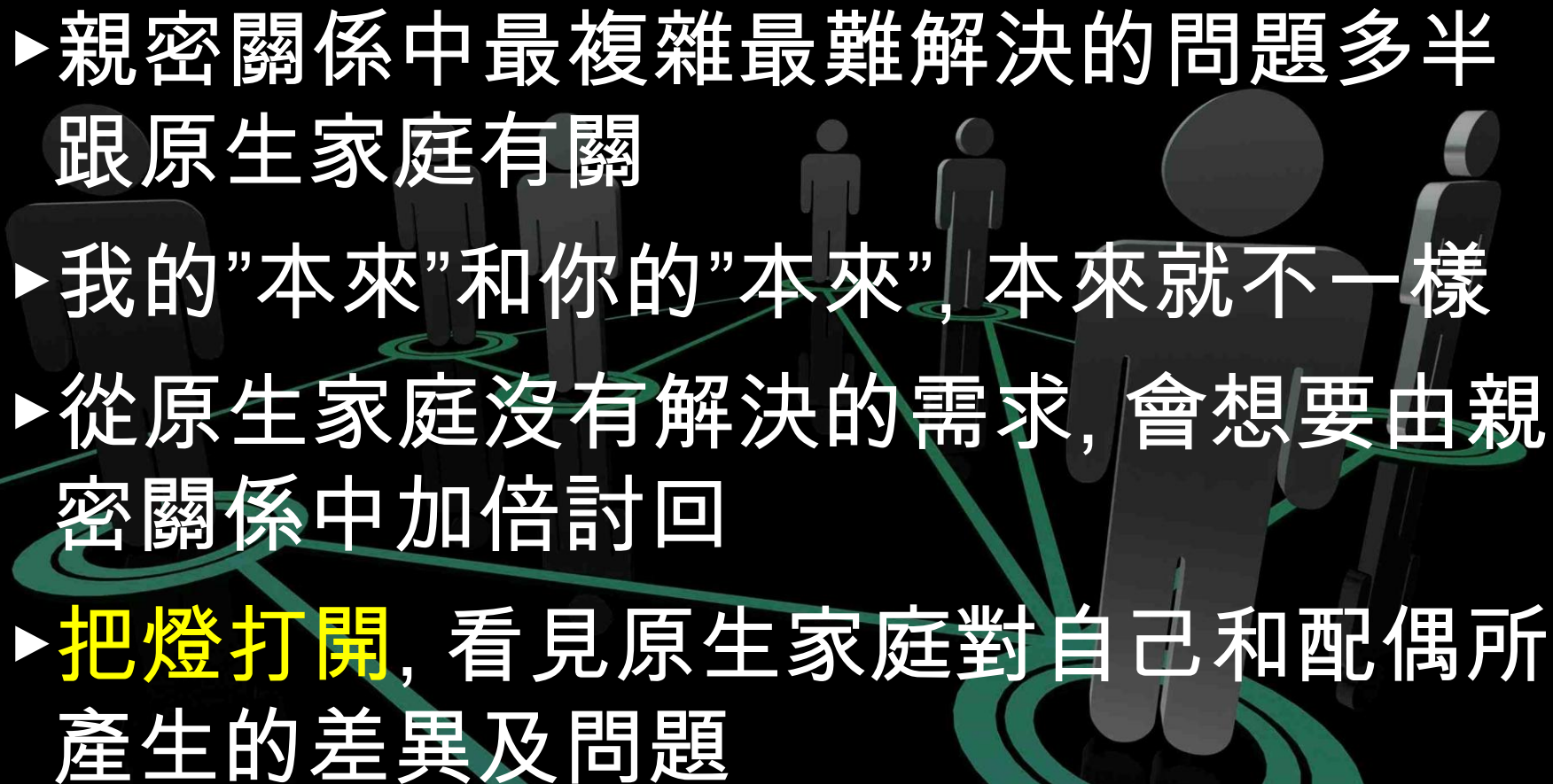


Review

- ▶ 親密關係中最複雜最難解決的問題多半跟原生家庭有關
 - ▶ 我的“本來”和你的“本來”，本來就不一樣
 - ▶ 從原生家庭沒有解決的需求，會想要由親密關係中加倍討回
 - ▶ **把燈打開**，看見原生家庭對自己和配偶所產生的差異及問題
- 

親密之旅 第五課

原生家庭

對人格和親密關係的影響

(下)

一.把燈打開

▶ 認識自己的“心理按鈕”

▶ 潛意識作主 → 意識作主

Video

（“不是姊姊”）



一.把燈打開 (cont.)

認識自己的“內在誓言” (one feeling, one decision) 及所造成的“情緒過敏”



Video
 (“內在誓言”)

一.把燈打開 (cont.)

探討原生家庭對自己的影響

Self-evaluation

(請做 P1 – 1, 2, 3, 5; P2 – 1)



一.把燈打開 (cont.)

惡性循環 → 善性循環



Video

(“Inter-locking core concerns”)

二.走出原生家庭的影響

1. 健全自己

- ▶ 兩個不健全的人，很難建立健全的關係
 - ▶ 為自己的情緒負責
- 
- A network diagram with stylized human figures connected by lines, symbolizing relationships and social connections. The figures are dark grey and the lines are green. The background is black.

二. 走出原生家庭的影響 (cont.)

2. 回到受傷的原點 (情境治療法)



二. 走出原生家庭的影響 (cont.)

2. 回到受傷的原點 (cont.)



Demo

真正掙脫原生家庭桎梏的動力，則是在耶穌基督裏生命的改變。

“若有人在基督裏，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了！”（歌林多後書5:17）

一個重生得救的人，是已經脫離了舊生命的轄制，有能力擺脫舊生活的慣性，因基督的生命使我們不再被自我性格，環境及原生家庭的網綁。

我已經與基督同釘十字架，現在活著的不再是我，乃是基督在我裏面活著；並且我如今在肉身活著，是因信神的兒子而活；他是愛我，為我捨己。

（加拉太書 2:20）