

前言

了解並幫助你的孩子自我控制

如果你家有一個易怒兒，你就一定經歷過情緒上的風暴——它帶來的結果常常是關係的破裂，有時也會留下身體上的傷害。你很可能已經筋疲力竭，充滿困惑，而且正在尋找以下這類問題的答案：

02

- ★ 我要如何保持頭腦的清醒，來面對這種混亂的局面？
- ★ 我要如何幫助孩子預防這樣的暴怒？
- ★ 為什麼這些怒氣似乎都是莫名奇妙地爆發出來的？
- ★ 我的家庭可能會有真正的和諧嗎？還是這類的口角、爭執、吵架，是生活上的一種常態？

即使你正在閱讀這本書，你的心情也可能正如履薄冰，擔心你的孩子不知道什麼時候會

為了哪件小事情而又火冒三丈。

當發怒成為你孩子生命的模式，你要如何幫助他呢？雖然你明白「人的怒氣，並不成就神的義」（雅各書1: 20），但是你要如何幫助孩子學習「快快的聽，慢慢的說，慢慢的動怒」（雅各書1: 19）？