

## 科目大綱

科目名稱：婚姻更新與成長

科目英文名稱：Marriage Renewal and Growth

科目類別：家庭事工系

科目編號：2024T2-3251M

講師：錢鋒博士、唐思偉博士

授課語言：普通話

教學模式：時空無間教學模式

上課日期：二零二五年四月七日至六月三十日

上課時間：每週自行到漢神網頁收看課堂錄影，盡可能在星期一收看。

科目簡介：本科目旨在為希望提升自身婚姻關係或協助他人維護婚姻的學員提供全面而深入的理論和實踐指導。本科將融合了 Prepare/Enrich 評估工具的核心概念和 Dr. John Gottman 的 Sound Relationship House 理論，為學員提供了一個全面的婚姻關係成長框架。

在為期八週的學習中，學員將系統地探討婚姻關係的各個核心要素。本科首先聚焦於建立深厚的感情基礎，包括重拾初戀的感覺、維繫情感溫度，以及理解和適應夫妻角色的差異。接著，本科目更深入探討婚姻中常見的挑戰，如衝突管理和溝通障礙，並提供實用的策略來克服這些困難。科目的後半部分著重於更深層次的關係建設，包括探討原生家庭對婚姻的影響、學習在婚姻中實踐寬恕，以及通過立約和儀式來強化夫妻關係。每節課都結合理論講解和實際操作，讓學員能夠將所學知識直接應用於日常生活中。

無論您是希望改善自己的婚姻，還是計劃在教會或社區中開展婚姻培育的工作，本科都將為您提供必要的知識和技能，幫助您在婚姻關係的道路上走得更遠、更穩健。

科目內容：

1. 婚姻關係評估與成長：認識自我和伴侶 (錢)
2. 建立愛情地圖：深入瞭解彼此的內心世界 (唐)
3. 培養欣賞與讚美：強化婚姻中的正面情感 (唐)
4. 有效溝通與情感連結：轉向而非遠離 (唐)
5. 財務管理與生活目標：共同規劃未來 (錢)
6. 衝突管理與問題解決：化解分歧，增進理解 (錢)
7. 親密關係與性生活：增進親密感和滿意度 (錢)
8. 創造共同意義：建立婚姻文化與儀式 (唐)

完成本科目後，學員能夠取得以下幾方面的成果：

#### 知識方面

1. 瞭解婚姻關係評估的專業工具和方法
2. 理解建立穩固婚姻關係的七個層次架構
3. 認識婚姻關係中的核心元素，包括溝通模式、衝突管理和情感連結
4. 明白婚姻中的財務管理、角色期待和生活目標的重要性
5. 掌握增進婚姻親密關係的實用策略和技巧
6. 理解原生家庭對婚姻關係的影響
7. 認識婚姻中寬恕與修復的重要性

#### 技能方面

1. 能運用有效的溝通技巧，包括主動傾聽和情感表達
2. 掌握衝突管理的具體步驟和方法
3. 學會建立和維護婚姻中的情感連結
4. 能夠制定共同的財務計劃和生活目標
5. 懂得處理婚姻中的壓力和轉變
6. 掌握增進親密關係的實用方法
7. 能夠設計和帶領婚姻成長課程

#### 態度方面

1. 培養對婚姻關係的正面觀念
2. 建立持續學習和成長的心態
3. 願意投入時間經營婚姻關係
4. 以開放和接納的態度面對差異
5. 重視婚姻中的情感需求
6. 願意在衝突中尋求雙贏方案
7. 珍惜並維護婚姻的承諾

#### 實踐方面

1. 能將所學運用於日常生活中
2. 懂得設計並實施婚姻成長課程
3. 能夠協助其他夫妻處理婚姻問題
4. 在教會或機構中推動婚姻事工
5. 建立支持性的婚姻成長網絡
6. 能夠預防和處理常見的婚姻危機

## 研究方面

1. 懂得分析婚姻關係的動力
2. 具備發展婚姻課程的能力

## 指定閱讀

### 學士學員必讀：

1. 大衛·歐森、愛彌·歐森著，林秀慧·莊璧光譯《共創活力的婚姻》  
臺北：愛家文化，2003  
[https://www.books.com.tw/products/0010226120?srsId=AfmBOorWKuf5D\\_SaRTINQ7y2AUwj9UijTTJA5tOSwsmYVfuOH-RZv3w6](https://www.books.com.tw/products/0010226120?srsId=AfmBOorWKuf5D_SaRTINQ7y2AUwj9UijTTJA5tOSwsmYVfuOH-RZv3w6)  
<https://www.prepare-enrich-tw.com/index.php?module=product&mn=1&f=content&tid=1>
2. 約翰·高特曼、妮安·希維爾著，陳謙宜、沈碁恕譯《讓愛延續的七個方法（新修版）》  
臺北：遠流出版，2024  
<https://readmoo.com/book/210321719000101>
3. 約翰·高特曼、茱莉·高特曼、道格·亞伯蘭斯、瑞秋·亞伯蘭斯著，陳岡伯譯《讓愛情長久的八場約會》  
臺北：三采文化，2024  
<https://readmoo.com/book/210354092000101>

### 碩士學員附加閱讀：

5. 提摩太·凱勒著《婚姻的意義》  
上海：三聯，2015  
<https://www.amazon.com/>
6. 蓋瑞·巧門著《愛之語：永遠相愛的祕訣(全球暢銷 30 週年全新中文版)》  
臺北：中國主日學協會，2023  
博客來：<https://www.books.com.tw/products/0010909234>

功課要求

學士班要求：

## 1. 閱讀報告 ( 30% )

繳交日期：2025 年 5 月 15 日

- 完成三本指定書籍閱讀，並製作閱讀進度表
- 選擇一本撰寫深入閱讀報告 ( 每份 1000-1500 字 )
- 報告內容需包含：
  - 書中重要啟示和亮點
  - 這些亮點對個人的啟發與幫助
  - 如何應用於個人婚姻或教會婚姻事工

## 2. 婚姻課程設計 ( 40% )

繳交日期：2025 年 6 月 30 日

- 設計一個完整的婚姻課程企劃 ( 2500-3000 字 )
- 內容需包含：
  - 課程目標及對象分析
  - 課程大綱及教學策略
  - 教材運用及活動設計
  - 成效評估方式
  - 實施建議

## 3. 夫妻互動週記 ( 20% )

繳交日期：2025 年 6 月 30 日

- 記錄第二至七週的夫妻互動心得
- 每週記錄 200 字，共需完成 8 次
- 內容需包含：
  - 互動內容描述
  - 個人反思與收穫
  - 實務應用建議

## 4. 課堂討論參與 ( 10% )

- 每週至少參與兩次線上討論
- 回應教師提問及同學分享
- 每週投入約 2.5 小時於討論活動

碩士班要求：

### 1. 批判性閱讀報告 ( 40% )

繳交日期：2025 年 5 月 15 日

- 閱讀至少三本指定書籍
- 選擇其中兩本撰寫評論 ( 每本 2000 字 )
- 報告需包含：
  - 選書理由說明及研讀目標
  - 內容重點歸納及核心價值分析
  - 理論建構評析及實用性探討
  - 優缺點分析及改善建議

### 2. 進階婚姻課程設計 ( 40% )

繳交日期：2025 年 6 月 14 日

- 設計三堂完整婚姻課程 ( 3500-4000 字 )
- 每堂課需詳列：
  - 課程目標及對象分析
  - 教學策略及活動設計
  - 教材運用及時間配置
  - 預期成效及評量方式

### 3. 深度反思週記 ( 10% )

繳交日期：2025 年 6 月 30 日

- 記錄夫妻互動及課程反思
- 每週 300 字，共 8 次
- 內容需包含理論應用及實務反思

### 4. 學術討論參與 ( 10% )

- 每週至少兩次深度討論
- 提供具建設性的回應
- 展現批判性思考能力

注意事項：

1. 所有作業需按時繳交，遲交將影響成績
2. 討論缺席視同曠課，需事先請假
3. 作業格式需符合學術寫作規範 (參本院所出版的《研究專文及論文守則》)
4. 討論品質將納入評分考量