

第五課

逆境情商從小培養

逆境情商（Adversity Quotient）又稱為逆商，意思是人在面對困難和挫折時的反應，如何脫困重新站起來的能力。逆商也是社會適應力，逆商高的人，在遭遇困境時，能盡力排除任何障礙而勇往直前。

美國生態系統專家包方博（Urie Bronfenbrenner）**環境理論**

原生環境－祖父母、父母、兄弟姐妹、親友、學校
外圍環境－居住地、社區、教會
社會環境－社會、文化、價值觀、國家法令
時代環境－不可預期的變動

**即使社會環境和時代環境有大幅度變動，
只要原生環境穩定，孩子就會有基本安全感。**

成長過程的啟發：

玩伴－不同年齡層和個性
嚐試－寓教於樂，因此不怕失敗
創新－探索和天馬行空的想像力
感恩－珍惜眼前所擁有的一切
比較－對比弱勢族群的生活
面對現實－承認失敗並勇於承擔責任
機會教育－社會國際新聞的延伸

問題思考

- 1 我家的原生環境和家人之間的關係穩定和諧嗎？
- 2 我重視並關心孩子成長過程中的啟發教育嗎？

以弗所6:13

**穿上神所賜全副軍裝，好在磨難的日子抵擋仇敵，
並且成就了一切，還能站立得住。**