# 推荐阅读

**尼古拉斯·卡尔著，《浅薄：你是互联网的奴隶还是主宰者》，中信出版社，2015**

# 《为人父母》课程大纲

**第一讲：神对家庭的目的**

**第二讲：家庭作为事工**

**第三讲：建立家庭敬拜**

**第四讲：行为背后的内心**

**第五讲：在沟通中的引导**

**第六讲：教导儿女顺服**

**第七讲：管教的杖**

**第八讲：****父亲与养育男孩**

**第九讲：母亲 与养育女孩**

**第十讲：面对青春期**

**十一讲：论坛与问答**

**十二讲：电子技术与社交媒体**

**十三讲：福音与虎爸虎妈**

**核心课程：为人父母**

**第十二讲：电子技术与社交媒体**

**彼得后书2:19**

**他们应许人得以自由，自己却作败坏的奴仆，因为人被谁制伏就是谁的奴仆。**

# 第一，它是否有助于我们和家人在一起？

**申命记第6:6-9**

**我今日所吩咐你的话、都要记在心上。 也要殷勤教训你的儿女、无论你坐在家里、行在路上、躺下、起来、都要谈论。 也要系在手上为记号、戴在额上为经文。 又要写在你房屋的门框上、并你的城门上。**

# 第二，它是否有助于我们保持警醒？

**罗马书13:11**

**再者，你们晓得，现今就是该趁早睡醒的时候；因为我们得救，现今比初信的时候更近了。**

# 第三，它是否帮助我们改变生命？

**罗马书12:2**

**不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。**

# 第四，它是否帮助我们增长智慧？

# 第五，它是否帮助我们变得有耐心？

# 第六，它是否有助于我们知足？

# 第七，它是否帮助我们变得真实？

**色情文学承诺没有亲密感也可以获得性高潮，视频战争保证肾上腺素没有危险。这些吸引力从本质上来说，都是跟属灵的层面有关。**

# 第八，它是否有助于我们祷告？

# 第九，它是否帮助我们谦卑？

# 第十，它是否帮助我们成为好管家？

**以弗所书5:15-16**

**你们要谨慎行事，不要像愚昧人，当像智慧人。要爱惜光阴，因为现今的世代邪恶。**

# 附加问题，电子技术是否帮助我们成为圣洁？

# 结语

# 设立使用“电子产品界限”的实例

* **在每天早上灵修之后才能查看手机。**
* **关闭通知提示**
* **尽量在晚上9点之前结束使用数码设备。**
* **和朋友共进午餐或晚餐时不要查看手机，也不要把手机留在车里。**
* **每个周日作为禁手机日（或者从每个周日下午开始）**
* **用餐时间杜绝玩数字产品**
* **每小时只查看一次邮件或短信**
* **当真实的人在我面前时，尽量不要通过电话和虚拟的人交谈**
* **每天向神祷告，求神帮助我成为虚拟生活的好管家**