

# 焦躁与忍耐

**经文：**雅各书 1：2-4，马太福音 19：13-15；马可福音 10：13-16；路加福音 18：15-17

**金句：**“你们必须忍耐，使你们行完了神的旨意，就可以得着所应许的。”  
（希伯来书 10 章 36 节）

**教学核心：**神能帮助你忍耐。

## 教师默想

经文：马太福音 19：13-15；马可福音 10：13-16

1. 当耶稣的时代，小孩子的社会地位如何？耶稣将”小孩子”和”在天国的人”并论，请问小孩子有何特质？
2. 请比较：耶稣和门徒，对小孩子的态度有何不同？
3. “凡要承受神国的，若不像小孩子，断不能进去。”这句是说：要进入天国的人，必须有什么特质？
4. 你什么时候变得焦躁、不肯忍耐呢？为什么？



为了帮助你自己能更忍耐，你该怎么做呢？

## I. 引言

不肯等待、焦躁的小杰。

## II. 错误的态度



1. 焦躁的定义？当你需要等候时，表现愤怒或烦躁。
2. 有关忍耐的圣经经文（希伯来书 10:36；帖撒罗尼迦前书 5:14；诗篇 139:23-24）。

## III. 看神的话

1. 无论耶稣走到何处，人群都跟着祂。
2. 有人带着小孩子来见耶稣，要耶稣给他们按手祷告。
3. 门徒感到愤怒和焦躁，就责备那些人。
4. 耶稣恼怒，告诉门徒：“让小孩子到我这里来，不要禁止他们。”
5. 耶稣耐心的抱着小孩子，给他们按手，为他们祝福。

## IV. 采取正确的态度

1. 忍耐的定义？甘心等候而不发怒或烦躁。
2. 操练忍耐的三个方法：

## (1) 相信神。

相信神对每件事情的发生都有祂最合适的时间。你可能希望立即得到某东西，但神知道迟一点的话对你会更好，相信祂，忍耐些。改变那错误的想法：“我现在就要。”更正为“我相信神对我有最好的安排，我可以等。”

## (2) 思想神如何祝福圣经里耐心等待的人。

亚伯拉罕和撒拉等候神应许赐给他们的儿子；约书亚等候耶利哥的城墙倒下；大卫等候作王（雅各书 1:4）。

## (3) 求神帮助你操练忍耐。

什么情况需要忍耐呢？分享：焦躁的人和忍耐的人，不同的回应方式。

甲：你正排队参与一个你最喜欢的游戏。

乙：你的老师指派一个同学给你，要你们合作完成一份特别的功课，但你完全不喜欢那同学。

丙：你一直求神解决你家中的问题，但已经等了很长的时间了。

## 挑战（对已信主的小朋友）：神能帮助你忍耐。

3. 现在是时候“停止”（Stop）焦躁了。

寻找 - 什么使你焦躁？

思想 - 神说你必须忍耐（希伯来书 10:36）。

得胜 - 求神帮助你操练忍耐，相信神，紧记祂会祝福忍耐的人。

赞美 - 感谢神会帮助你，成为会忍耐的人。



金句教授

金句

希伯来书 10 章 36 节

“你们必须忍耐，使你们行完了神的旨意，就可以得着所应许的。”

希伯来书十章36节

你们必须忍耐，  
使你们行完了神的  
旨意，就可以  
得着所应许的。



引言

小朋友，你有没有曾经等人等好久，等得不耐烦的经验呢？

介绍

（让孩子看你的圣经，解释它是神的话。从你的圣经读出金句，说明你怎样找到它。然后，让孩子们与你一起看视觉教材，读出金句。）

解释

“你们必须忍耐” - 你要学习属灵伟人，他们凭信心和忍耐，主动的、殷勤的、甘心的、坚忍的顺服神。

“使你们行完了神的旨意” - 因为这样坚忍的照神的话做，才是神对你的心意。

“就可以得着所应许的” - 只有借着这样坚忍，好像与主耶稣一同的受苦中，就可以经验到神完全的拯救。

应用

已信主的小朋友 - 神能帮助你忍耐。

未信主的小朋友 - 相信耶稣的坚忍，并接受祂作救主。

重复：“大风吹”

1. 老师说：“大风吹”。
2. 小朋友说：“吹什么？”
3. 老师说：“吹会憋气的小朋友。”
4. 会憋气的小朋友，就要站起来读金句。

例子：会吹汽球的、会等别人的、会对妈妈忍耐的、会忍耐老师的、很钦佩耶稣忍耐的、忍耐不发脾气的…等。



## I. 引言（展示图 PAT-1）



“没时间了！要出发了！”小杰第五次问：“如果我们还不趁早去，就没时间游泳了。”

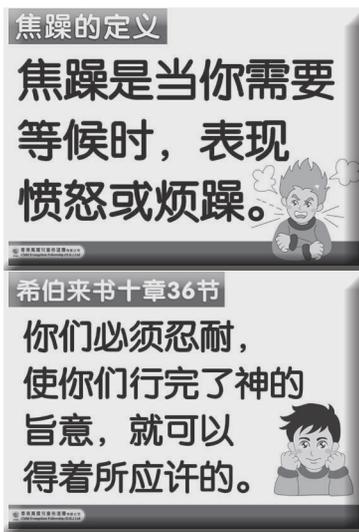
妈妈回答：“我已经尽量快一点了。忍耐一会吧！”妈妈正赶紧收拾，也希望可以游泳，但小杰觉得她的动作很慢，他觉得已经等了15分钟，其实只是过了2分钟。当你在等候时，是不是感觉时间也过得很慢呢？

妈妈仍然抱着妹妹，因此，小杰很不耐烦地叫道：“妈妈，你在做什么？我们出发吧！”接着他近乎自言自语地说：“如果你不是每件事都那么慢，我们现在已经出发了。”妈妈说：“你刚才说什么？我听不到你说什么。若你咕噜咕噜地说话，以为我在这里可以听到吗？”

小杰厌烦地说：“没有什么！你快点吧！”他继续等，不断地等……。

神不喜悦焦躁。

## II. 错误的态度（展示“焦躁的定义”视觉教材）



当你等候的时候，你会做什么？你会不会撅嘴、发怒、埋怨或感到失望呢？焦躁是种不良的态度，它使你犯罪，因为它会使你表现出神不喜悦的态度或说些神不喜悦的话。

（展示“金句”视觉教材）

希伯来书 10: 36，神说，你必须忍耐。

试想，为何你必须忍耐？忍耐可帮助你避免犯罪。当你忍耐时，这表示你正信靠神，你知道神对每件事有祂完美的安排，你完全不需要忧虑；你忍耐的时候，你正在荣耀神，你让那些还没有接受耶稣作救主的人，看见你有一位伟大的神。

你是否焦躁呢？你会说：“是，但这不是我的错，是他们激怒我的。”神是否知道有人激怒你呢？神知道，但神说：“……也要向众人忍耐”（帖撒罗尼迦前书 5:14），包括那些难相处的人。

那些难相处的人。

我们先以诗篇 139:23-24 作为我们的祷告，等会我们要看耶稣的门徒如何焦躁。（老师，一段一段的把经文读出，让孩童向神表达这些意念。）

“神啊，求你鉴察我，知道我的心思；试炼我，知道我的意念，看在我里面有什么恶行没有，引导我走永生的道路。”

## III. 看神的话

人群！人群！到处都是人群！无论耶稣往哪里去，人群都会跟着祂，病人希望神的儿子医治他们的疾病；好奇的人希望更多认识那称为耶稣的人；嫉妒耶稣的人期望从主耶稣的话中取得话柄，并怂恿别人对抗耶稣。



(展示图 PAT-2)

有一天，有些人带了小孩子到耶稣跟前，圣经说：“那时，有人带着小孩子来见耶稣，要耶稣为他们按手祷告……”（马太福音 19:13）那里有很多小孩子，有些甚至是婴孩。

门徒看见小孩子被带到耶稣跟前，有什么感觉呢？不开心！圣经说：“……门徒就责备那些人。”（译者按：“那些人”指那些带小孩子来的人。）门徒为他们感到愤怒和焦躁。为什么呢？他们是否认为，耶稣跟成人的话已经够忙的了，哪里有空与小孩聊天呢？肯定的是，他们认为耶稣不会有兴趣见“小人物”，祂有很多重要的事要做。可能门徒不希望小孩子来耽误大家的时间，你猜他们会对那些带小孩子来的成人说什么呢？（让孩童回应。）我们不清楚他们说什么，但我们知道他们对这群人没有耐性。



可是耶稣对门徒的反应很不高兴，圣经说：“……耶稣看见就恼怒……。”

(展示图 PAT-3)

祂告诉门徒，让小孩子到祂那里，还说：“不要禁止他们”（马可福音 10:14）。耶稣对那带小孩子来的人很有耐性，祂对小孩子同样很忍耐，“于是抱着小孩子，给他们按手，为他们祝福”（马可福音 10:16）。耶稣是借着那些小孩子，教导门徒重要的功课：祂让门徒看到小孩子是重要的。

**忍耐的定义**

**忍耐是甘心等候，而不发怒或烦躁。**

(展示“忍耐的定义”视觉教材)

如果忍耐真的这样重要，我们该如何学习忍耐呢？你可以从雅各书 1: 2-3 节找到答案。对了，神使用试炼和困难来锻炼你的耐性。

#### IV. 采取正确的态度 (展示图 PAT-4)



例如：你想玩皮球，但外面正在下雨；你真的很渴，但还有 9 个人在排队等候那唯一的饮水机；你希望买一辆新的脚踏车，但爸爸要你自己负责储蓄一半的费用。在这些情况下，你也要等候，你应学习把这些事情看作，是神锻炼你的耐性的机会。记着，希伯来书 10: 36 告诉你：“你们必须忍耐……”，主耶稣是非常有耐性的，你必须学习更像祂，你可以借着以下的步骤，操练自己变得更有耐性。

**操练忍耐的三个方法**

- 1. 相信神**
- 2. 思想神如何祝福圣经里耐心等候的人**
- 3. 求神帮助你操练忍耐**

#### 操练忍耐的三个方法

(展示“操练忍耐的三个方法”视觉教材)

##### 1. 相信神。

相信神对每件事情的发生都有祂最合适的时间。你可能希望立即得到某东西，但神知道迟一点的话对你会更好，相信祂，忍耐些。改变那错误的想法：“我现在就要。”更正为“我相信神对我有最好的安排，我可以等。”

## 2. 思想神如何祝福圣经里耐心等待的人。

你能够数出很多个有耐心的圣经人物！我先为你举一个例子。亚伯拉罕和撒拉等候神应许赐给他们的儿子。（让孩童继续列举，如果他们需要协助，可提示下列更多的例子：约书亚等候耶利哥的城墙倒下；大卫等候作王；摩西等候神指示，如何带领以色列的子民。）神使用许多圣经人物作我们的榜样。雅各书 1:4 说：“但忍耐也当成功，使你们成全、完备，毫无缺欠。”学习忍耐，你便会满足于你已拥有的，并愿意等候神要赐给你的。

## 3. 求神帮助你操练忍耐。

什么情况需要忍耐呢？一个焦躁的人和忍耐的人，会有怎样不同的回应方式呢？

甲：你正排队参与一个你喜欢的游戏。（说：“我要先玩。”或说：“我知道，等一会便轮到我了。”）

乙：你的老师指派一个同学给你，要你们合作完成一份特别的功课，但你完全不喜欢那同学。（埋怨，说难听的话；或求神帮助你向这人表达神的爱。）

丙：你一直求神解决你家中的问题，但已经等了很长的时间了。（担心；或相信神会解决，并等候神的时间。）



## 挑战（对已信主的小朋友）：神能帮助你忍耐。

（展示“处理情绪共通步骤”视觉教材）

现在是时候“停止”（Stop）焦躁了。

寻找（Seek）：什么使你焦躁？

思想（Think）：神说你必须忍耐（希伯来书 10:36）。

得胜（Overcome）：求神帮助你操练忍耐，相信神，紧记祂  
祂会祝福忍耐的人。

赞美（Praise）：感谢神会帮助你，成为会忍耐的人。



教学计划	学习内容	准备
查看圣经	听圣经故事，找出隐藏的图形。	铅笔
活出神的话	照着图片，说出“忍耐的话”，帮助实践。	
我的决心	“神！我愿意耐心等待。”	
一起祷告	“求神帮助我，能够忍耐、不发怒。”	



## 查看圣经

看见小孩子接近耶稣，门徒说什么呢？看图说说看，再找出隐藏的图片。



老师复习圣经故事的时候，请小朋友寻找树叶（银杏叶）和钉子。

## 圣经故事

无论耶稣走到何处，人群都跟着祂。有人带着小孩子来见耶稣，要耶稣给他们按手祷告。门徒感到愤怒和焦躁，就责备那些人。耶稣恼怒，告诉门徒：“让小孩子到我这里来，不要禁止他们；因为在天国的，正是这样的人。”耶稣耐心的抱着小孩子，给他们按手，为他的

祝福。然后耶稣离开了那里。耶稣和门徒，对小孩子的态度很不一样。门徒会责备；耶稣却有耐心为小孩子祝福祷告。就像现在你需要耐心，才能找到树叶和钉子一样。神在圣经上说：“...也要向众人忍耐。”（参考帖撒罗尼迦前书 5:14）



**焦躁**：当你需要等候时，表现愤怒或烦躁。

**忍耐**：甘心等候而不发怒或烦躁。



## 活出神的话

有些小朋友容易急躁或发脾气，现在你要照着图片，说出“忍耐的话”。

小朋友，如果你容易急躁或发脾气的话，现在要照着图片，说出「忍耐的话」。



1. 肚子好饿。你要说什么呢？  
妈妈！动作快一点！  
改成忍耐的话怎么说？  
(跟着老师说) 妈妈！我可以等。
2. 要去游乐园。你要说什么呢？  
妈妈！这么迟了，你为什么不快一点啊？

改成忍耐的话怎么说？(跟着老师说) 妈妈！没关系！

3. 还在上课，可是你很累。你要说什么呢？老师，还有几分钟下课？  
改成忍耐的话怎么说？(跟着老师说) 老师，我可以忍耐。
4. 神好像没有听我的祷告！改成忍耐的话怎么说？  
(跟着老师说) 神！我愿意等候。

如果你要忍耐、不生气的话，该怎么做呢？

1. 相信神。
2. 思想神如何祝福圣经里耐心等待的人。
3. 求神帮助你操练忍耐。

**提示** 玩忍耐游戏：在骰子上写“忍耐，饶恕，感谢，急躁，祷告，生气” 掷骰子出来，“生气”或“急躁”就后退两步，其他的全都向前进一步。先到终点的队就获胜。

### 一起读《我的决心》

“神！我愿意耐心等待。”

### 一起祷告

“求神帮助我，能够忍耐、不发怒。奉主耶稣的名求。阿们。”

# 亲子共读—合神心意的生活（下）



- 按照 1,2,3,4,5 课的图片、和封面，分别剪下来，照顺序，用透明胶黏成一串，并折起来，成为一本折迭的小书。



完成



正面：合神心意的生活（下）



背面：涂颜色

请家长协助小朋友，在家里复习上课所学的。家长可以协助小朋友读“亲子共读”的内容；也可以请小朋友在每课背面的图片着色。这样有助于小朋友回想课程的内容，并记住每课的重点。

提示：

- 也可以在分班学习后，等家长来接的这段时间，让小朋友着色。
- 可以将“亲子共读”当作复习上周所教的内容，或设计复习游戏，让“亲子共读”变得更有意思，帮助小朋友更深刻的记住所教的内容。

## 教学目标

未信主的小朋友 相信耶稣作救主。

已信主的小朋友 相信神能帮助你忍耐。

## 教学计划

**暖身** 老师先了解小朋友生活中，最需要学习忍耐的实况。



### 金句背诵

小朋友从镜子中读出金句，老师再解释经文。



**察看** 请小朋友观察图片并说明情节。



### 想一想

小朋友在什么情况下会焦躁呢？焦躁的时候会说什么或做什么？



**实践** 1. 回答本课附录的问题，准备“搭积木”的贴纸。  
2. 使用本课附录，挑战小朋友在生活中实践神的话。

## 暖身

1. 问小朋友在生活中，什么时候最需要“忍耐”呢？为什么？（小朋友分享）
2. 老师听完后，简单的总结小朋友的分享：生活中最需要学习忍耐的情况。



## 金句背诵

1. 上课前，请老师多准备几个镜子。（如果有镜面的包装纸也可以）
2. 让小朋友在课本“放镜子的地方”，放镜子，再从镜中读出神的话。

你们必须忍耐，使你们行完了神的旨意，就可以得着所应许的。  
（希伯来书 10 章 36 节）

合神心意的生活（下）

**5 焦躁与忍耐**

经文：腓立比书 4:6-7  
诗篇 138:8  
加拉太书 5:22-23

<教学核心> 神能帮助你忍耐。

请小朋友将镜子放在金句旁边，从镜子中读出金句。  
圣经上说，我们需要忍耐，为什么呢？

忍耐是美德，愤怒是罪恶。  
静以驭躁，意宁神安。  
（《圣经》）

图片中隐藏的词应该是谁呢？请小朋友找出隐藏的词的影子，并说明情节。

忍耐：耐心等候而不发怒或烦躁。  
焦躁：当你需要等待时，表现烦躁或烦躁。

无论耶稣走到何处，人群都跟着祂。  
虽然有许多的人需要耶稣，例如：病人；但是也有一些人嫉妒耶稣。

有一天，有人带着小孩子，甚至抱着自己的小宝宝，来见耶稣，要耶稣给他们按手祷告。但是门徒看见他们。

门徒以为耶稣不会关心小孩子的，但是耶稣不但祝福小孩子，还为他们

责备  
耶稣  
欢迎  
祝福

### 3. 解释并帮助小朋友理解经文的意思。

“你们必须忍耐”：圣经劝勉你，信心的成长需要忍耐。

“使你们行完了神的旨意，就可以得着所应许的。”：如果你想要得到神的应许，你现在就要忍耐，照着神的旨意去做。



#### 察看

1. 图片中是描述：耶稣欢迎并祝福小孩子。请小朋友用隐藏的词造合适的句子，来描述这个画面。如果是一年级的小朋友，还不会写字或阅读，只要说出内容即可。
2. 小朋友说完了故事情节后，老师再重述图片中的内容：耶稣的忍耐和门徒的急躁。带领小朋友认识：耶稣希望我们学习忍耐。

#### 情节

无论耶稣走到何处，人群都跟着祂。虽然有许多的人需要耶稣，例如：病人；但是也有一些人嫉妒耶稣。有一天，有人带着小孩子，甚至抱着自己的小婴孩，来见耶稣，要耶稣给他们按手祷告。但是门徒看见就责备他们。

门徒以为耶稣不会关心小孩子的，但是耶稣不但欢迎小孩子，还为他们“祝福”。

### 3. 读圣经博士，清楚的教导小朋友“忍耐”和“焦躁”的定义。

看图分享：我在什么情况下会焦躁呢？焦躁的说话或行为，会带来怎样的后果呢？

在下面的各种情况中，你会说出忍耐的话吗？练习一下并在生活中实践。

朋友打我。

父母吵架了。

排队的时候，有人插队。

想买电脑。

想吃下过量的食物。

和妹妹玩，真无聊。

加油，快一点。

排队的时候，有人插队。

想买电脑。

想吃下过量的食物。

和妹妹玩，真无聊。

加油，快一点。

排队的时候，有人插队。

我要再忍耐

没关系！

我不会再插队了。

做本课附录合神心意的生活(下)小册子并实践。



#### 想一想

1. 看图分享：我在什么情况下会焦躁呢？焦躁的说话或行为，会带来怎样的后果呢？

- 朋友打我。  
心中很难“忍耐”。如果焦躁，就会想报复。
  - 想买电脑。  
一直缠着爸爸妈妈要电脑。最后爸爸妈妈会生气。
  - 想吃下过量的食物。  
想吃却忍耐不吃是很困难的。但一直吃会变胖，对健康也不好。
  - 父母吵架了。  
心中很不安，但要忍耐。万一焦躁，心中会很害怕、很伤心。
  - 排队的时候，有人插队。  
很生气，无法忍耐。也想骂插队的同学，这样就会影响友谊。
  - 和妹妹玩，真累人！  
和弟弟/妹妹一起玩，需要很大的忍耐。万一我不小心焦躁，忍不住向弟弟/妹妹发脾气的话，爸爸妈妈会骂我，也会使弟弟/妹妹伤心。
2. 老师要教导小朋友，生活中遇到需要“忍耐”的时候，该怎样向神求助。  
3. 圣经中雅各书 1:4：“但忍耐也当成功，使你们成全、完备，毫无缺欠。”



### 实践

1. 以上所谈到的这些情况，小朋友会说忍耐的话吗？老师要教导小朋友在生活中拒绝焦躁，实践忍耐。

- 朋友打我。 -》我原谅你，我们是好朋友。
- 想买电脑。 -》等一等再说，没关系。
- 想吃下过量的食物。 -》慢慢吃，少吃点也是可以的！
- 父母吵架了。 -》我要相信神会帮助我。
- 排队的时候，有人插队。 -》没关系。
- 和妹妹玩，真累人。 -》我要再忍耐。因为我爱弟弟/妹妹。

2. 看课本中的举例，请小朋友分享：焦躁时经常使用的语词；老师要教导小朋友，焦躁会导致你想、说、做出不讨神喜悦的事。  
3. 请小朋友在课本上，将“焦躁的词”打叉；并在“忍耐的词”上画圈。  
4. 做本课附录“合神心意的生活（下）小册子”，贴上贴纸并实践“忍耐”。  
5. 先读出积木上的字，然后在积木上贴上合适的贴纸。

第五课 焦躁与忍耐

请将图形上的字填入合适的空格内，并将附录的贴纸贴在有字的图形上。

1. 相信神。

2. 思想神如何祝福圣经耐心等候的人。

3. 求神帮助我操练忍耐。



本周，停止（Stop）焦躁，学习「忍耐」。

**寻提** 什么使我焦躁？

**思想** 神说我必须忍耐（希伯来书 10:36）。

**操练** 求神帮助我操练忍耐，相信神，谨记：祂会祝福忍耐的人。

**赞美** 感谢神会帮助我，成为会忍耐的人。

- (1) 相信神。  
(2) 思想神如何祝福圣经里耐心等候的人。  
(3) 求神帮助我操练忍耐。

6. 帮助小朋友读出学习忍耐的四个步骤，并在本周带着“合神心意的生活（下）小册子”实践“忍耐”。

## 教学目标

未信主的小朋友 相信耶稣作救主。

已信主的小朋友 相信神能帮助你忍耐。

## 教学计划

暖身 玩“忍耐游戏”。



## 金句背诵

完成金句后，背起来。



## 察看

老师仔细研经和默想后，教导忍耐和焦躁的定义。



## 想一想

1. 按照图片的情况，写出“忍耐的话”。
2. 老师要教导小朋友，该怎样依靠神，活出“忍耐”。



## 实践

1. 回答本课附录“合神心意的生活(下)小册子”的问题并实践。
2. 玩“牙签游戏”，学习忍耐。
3. 引导小朋友，停止焦躁，按照步骤学习忍耐。

## 暖身

1. 比赛“单腿站得最久”的游戏。(或是：将朋友背着走最远、忍耐不眨眼最久...)
2. 请小朋友分享：为什么你可以忍耐得住呢？



## 金句背诵

1. 查圣经并完成金句后，读出并背起来。

“你们必须忍耐，使你们行完了神的旨意，就可以得着所应许的。”  
(希伯来书 10 章 36 节)

2. 解释金句的意思。

“你们必须忍耐，使你们行完了神的旨意” - 你要按照神的旨意生活，当你传福音时，不是容易的，你需要更多的忍耐。

“就可以得着所应许的。” - 如果你想得到神应许的赏赐，那么你现在就需要忍耐，并愿意按照神的旨意去行。



## 察看

1. 老师要说明，当时此事件的背景，让小朋友认识，焦躁的门徒和忍耐的耶稣，对“小孩子接近耶稣”，有不同的反应。圣经中，有三段圣经经文谈到此事件：

(马太福音 19:13)

“那时，有人带着小孩子来见耶稣，要耶稣给他们按手祷告。门徒就责备那些人。”

(马可福音 10:13)

“有人带着小孩子来见耶稣，要耶稣摸他们，门徒便责备那些人。”

(路加福音 18:15)

“有人抱着自己的婴孩，来见耶稣，要祂摸他们，门徒看见就责备那些人。”

这是因为当时的人们相信，只要耶稣摸一下就会得福。（马太福音 9:21）实际上也真的是这样。

朴润善博士对此段经文的注释 - 当时人们以为，耶稣必须为小孩子祷告或按手，让小孩子得福；因此他们才会带小孩子到耶稣的面前。而门徒以为耶稣忙着和大人说话，没有时间关心小孩子；没想到耶稣却恼怒，祂说“让小孩子到我这里来，不要禁止他们。”（马可福音 10:14）。耶稣耐心的接待小孩子，甚至还为小孩子祝福。

2. 教导“忍耐和焦躁”的定义。

**提示** 建议使用“视觉教材”来教导，焦躁和忍耐的定义。

**忍耐**：甘心等候而不发怒或烦躁。

**焦躁**：当你需要等候时，表现愤怒或烦躁。

**提示** 忍耐意思是：你和别人的关系中，不易发怒的，长久忍耐的品格。

这个词也可以使用谦卑，宽容，忍受…等其它的词语描述。“忍耐”源自于神信实的属性，也是圣灵结出的果子。“忍耐的人”表示：愿意“向神等待”的意思；同时，“忍耐的人”也向这个世界，表达“忍受”的意思。已信主的人，为了逃避诱惑，要立志，乐意用信心追求忍耐，作为一生争战的目标。

3. 请将学生本右图中的字，按照彩虹色的顺序抄在空格里，完成后读出来。  
 门徒（红色）（橙色）（黄色）（绿色）（青色）（蓝色）（紫色）忍耐。

学 习 耶 稣 爱 小 孩 并



想一想

1. 请小朋友看图中的情况，写出：我应该说哪些“忍耐的话”？

朋友误会我，还打我的时候。

说：“你好像误会了！” 不要用打架的方式回应他。

我已经吃饱了，但还想要吃。

够了，我不能再吃了！

我想买电脑，但是爸爸总是说，以后再买。

爸爸以后会买给我的，我愿意等。

父母经常生气，还吵架。

爸爸妈妈也需要沟通，我要等候神，让父母能够沟通。

妹妹一直吵我，要我读书给她听。

哥哥下次再读给你听！

午餐时间，我很饿，却有人插队。

一会儿就轮到我了，让他吧。

2. 请小朋友分享：生活中什么时候需要“忍耐”？老师要教导小朋友，该怎样随时依靠神，活出“忍耐”。

3. 圣经中雅各书 1:4：“但忍耐也当成功，使你们成全、完备，毫无缺欠。”



## 实践

1. 本周，小朋友要在生活中练习，遇到前述的情况时，小朋友会说忍耐的话吗？老师要教导小朋友在生活中拒绝焦躁，实践忍耐。
2. 按照老师的指示，小朋友玩“用牙签盖房屋”的游戏，然后请小朋友分享：忍耐的感受。
3. 请小朋友分享：焦躁时经常使用的语词；老师要教导小朋友，焦躁会导致你想、说、做出不讨神喜悦的事。
4. 请小朋友在本周内，学习“停止”（Stop）焦躁，选择相信神会帮助你“忍耐”。
  - 寻找（Seek）：什么使你焦躁？
  - 思想（Think）：神说，你必须忍耐（希伯来书 10:36）。
  - 得胜（Overcome）：求神帮助你操练忍耐，相信神，紧记祂会祝福忍耐的人。
  - 赞美（Praise）：感谢神会帮助你，成为会忍耐的人。
5. 帮助小朋友本周带着“合神心意的生活（下）小册子”实践“忍耐”。

## 第5课 焦躁与忍耐

按照老师的指示，小朋友玩「用牙签盖房屋」的游戏，然后分享：忍耐的感受。

本周，停止焦躁，相信神会帮助我「忍耐」。



什么使我焦躁？



神说，我必须忍耐。



求神帮助我操练忍耐，相信神，谨记祂会祝福忍耐的人。



感谢神会帮助我，成为会忍耐的人。