

## 引言

下星期是農曆新年了，借用「去舊迎新」、「穿新衣新鞋」來說明成長就是突破或超越了舊有的東西或境界的道理。人本是一個不斷成長的個體，不論你願意或是不在意，你的生理、心理和靈理在發展中成長了，在突破中變化著。

## 發展任務

發展任務一詞，由美國教育心理學家赫威斯 (Havighurst,1972) 氏 1952 年所倡用。意指個體在年齡上成熟到何種水準，在心智能力上理應與之配合，也發展到甚麼水準。臻於應具水準者，是為發展順利；以後仍可順利發展下去。年齡已屆而心智發展未達於應具水準者，是為發展障礙；以後的發展將益形困難。赫威斯以其體的行為來表示發展任務，即以某年齡階段能夠完成的工作任務來表示其心智發展程度。按其1972年修訂的各年齡階段的發展任務分別是：

1. 嬰兒期到前兒童期 (1~6 歲) 的發展任務：(1) 會走路；(2) 會吃固體食物；(3) 會說話；(4) 養成大小便衛生習慣；(5) 性別認定並能表現合於性別之儀態；(6) 對簡單事理能辨別是非；(7) 初具道德觀念；(8) 開始識字閱讀；(9) 開始理解抽象的表意行為 (懂得察顏觀色)。

2. 後兒童期 (6~13 歲) 的發展任務：(1) 能夠表現體操活動中的動作技能；(2) 能與同儕遊伴相處；(3) 能扮演適度性別角色；(4) 學到基本的讀、寫、算等能力；(5) 了解自己是成長的個體；(6) 繼續建立自己的道德觀念與價值標準；(7) 開始有獨立傾向；(8) 漸具民主傾向的社會態度。

3. 青年期 (13~18 歲) 的發展任務：(1) 身體器官與情緒表達趨於成熟；(2) 能與同儕中異性相處；(3) 能適度扮演帶有性別的社會角色；(4) 接納自己的身體容貌；(5) 情緒趨於獨立，不再事事依賴父母；(6) 考慮選擇對象為將來婚姻準備；(7) 學習專長做將來就業準備；(8) 在行為導向上開始有自己的價值觀念與倫理標準。

4. 壯年期 (18~35 歲) 的發展任務：(1) 選擇配偶結婚；(2) 能與配偶和睦相處過親密生活；(3) 具養家顧口能力；(4) 開創自己的事業；(5) 負起公民的責任；(6) 有良好的社會關係。

5. 中年期 (35~60 歲) 的發展任務：(1) 提拔青年人；(2) 完成社會責任；(3) 享受成就的滿足；(4) 能適應中年期的身體變化；(5) 奉養年邁的父母。

6. 老年期 (60 歲以上) 的發展任務：(1) 能適應逐漸衰弱的身體；(2) 能忍受喪偶之痛；(3) 能在經濟上支持退休生活；(4) 能與同儕老年人和睦相處。

發展任務的觀念是強調在人生全程中，每一階段都需要具有生活的能力和達至某水平。

## 問題討論：

你能配合你人生階段的「發展任務」嗎？在過往的成長過程中有哪些是未按期完成的「發展任務」？後來或將來會如何達成？

## 基督徒如何持續讓自己生命不斷進深成長？動力來自哪裏？

### 是神叫我們的生命成長

我們原是祂的工作，在基督耶穌裏造成的，為要叫我們行善，就是神所預備叫我們行的。 以弗所書 2:10

### 以神的目標為成長的導向

這不是說我已經得著了，已經完全了，我乃是竭力追求，或者可以得著基督耶穌所以得著我的(或作所要我得的)。弟兄們，我不是以為自己已經得著了，我只有<sup>1</sup>一件事，就是忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑，要得神在基督耶穌裏從上面召我來得的獎賞。 腓立比書 3:12-13

### 未來成長目標的建議

1. 訂立人生大計(有甚麼願望或夢想)。
2. 檢討過去，改掉不好的習性。
3. 常存感恩的心，積極面對人生。
4. 尋找屬靈知己、禱伴。
5. 尋找屬靈的榜樣或生命的導師。
6. 學習事奉、神學課程的進修。
7. 訂下追求計劃(讀經和禱告生活的操練)。
8. 離開安全領域，接受新的挑戰。
9. 重新檢視人際關係。
10. 更新和修補家人的關係。

### 個人見證分享