

《圣辅经典阅读》计划（可同时报名 B 类其他课程）

——每学期阅读一本书、撰写阅读反思

学习计划及在线互动报名须知

2025 年第三学期（2503 期）至 2026 年第二学期（2602 期）

阅读圣辅经典书籍是成为一名合格辅导员的必经之路，为了陪伴学员至少完成 4 本推荐书籍的高质量阅读，特推出此计划。完成 CFM 课程体系¹A 类起步课程（《圣辅基础》《进深：辅导方法与观摩视频》），并正在或已经报名 B 类神学课程（《辅导员解经入门》或《辅导员神学根基》）的学员有资格报名参加此计划、接收阅读提示，提交指定读书反思后，有资格参加在线互动小组。

一、阅读书目

学员根据教学计划阅读四本书籍，均是 ACBC（圣经辅导员认证协会）推荐阅读的书籍。分别为：

第一本：《信靠祂，哪怕风雨如磐》（Trusting God, Even When Life Hurts），

杰瑞·毕哲思著。阅读渠道：

- CFM 官网电子书栏目：

<https://www.chinesefamily.org/blog/2021/02/08/trusting-in-god-00/>

- CFM 官网 APP-资源
- CFM 短书平台首页“免费资源”栏目

第二本：《人如何改变》（How People Change）或者《成功的辅导》（Competent to Counsel）。阅读渠道：

《人如何改变》，提姆连恩、保罗·区普著。阅读渠道：中文版可在淘宝购买。

《成功的辅导》，杰·亚当斯著。阅读渠道：中文版可在淘宝购买。

¹CFM 机构从 2025 年 7 月份学期开始，已对课程体系做出微调——将 A 类《辅导员解经入门》课程与 B 类《进深（辅导方法与观摩视频）》对调。

第三本：弟兄选择《敬虔的丈夫》（The Exemplary Husband），姊妹选择《贤德的妻子》（The Excellent Wife）。

《敬虔的丈夫》，斯图尔特·斯科特著。阅读渠道：研经工具官网²：

<https://www.yanjinggongju.com/H>

《贤德的妻子》，玛莎·佩斯著。阅读渠道：研经工具官网：

<https://www.yanjinggongju.com/W>

第四本：以下三本书籍任选一本

选择一：《合乎圣经的愤怒与压力管理》（Anger & Stress Management God's Way），韦恩·麦克著，阅读渠道：研经工具官网：

<https://www.yanjinggongju.com/AA>

选择二：《解开饶恕——为复杂的问题和深层的创伤提供符合圣经的答案》

（Unpacking Forgiveness: Biblical Answers for Complex Questions and Deep Wounds），克里斯·布劳著，阅读渠道：

● CFM 官网电子书栏目：

<https://www.chinesefamily.org/blog/2023/07/27/unpacking-forgiveness/>

● CFM 官网 APP-资源

● CFM 短书平台首页“免费资源”栏目

选择三：《走出忧郁——应对抑郁和孤独》（Out of the Blues: Dealing with the Blues of Depression and Loneliness），麦伟恩博士著，阅读渠道：

● CFM 官网电子书栏目：

<https://www.chinesefamily.org/blog/2022/10/18/out-of-the-blues-dealing-with-the-blues-of-depression-and-loneliness/>

● CFM 官网 APP-资源

● CFM 短书平台首页“免费资源”栏目

二、撰写及提交阅读反思

²研经工具官网目前或需要“梯子”。若无法打开网页请私信同工。

1. 每一章均需写读书反思（见阅读反思模版，字数不限）；每一章读书反思需涵盖以下三部分的内容：你学到什么新的内容或有什么收获？对你的生命带来什么改变？对你的辅导会有哪些应用？
2. 每阅读完一本书，需将读书反思按要求提交给指定邮箱；
3. 从 2603 期开始，B 类学员交齐四本读书反思+审核通过+完成 B 类课程方可获得学习 C 类课程的机会。

三、阅读计划（详细阅读规划建议见附录）

阅读书目	阅读时间	阅读反思提交截止日
《信靠祂，哪怕风雨如磐》	2503 期学期	9 月 30 日前
《成功的辅导》或 《人如何改变》	2504 期学期	12 月 31 日前
《敬虔的丈夫》或 《贤德的妻子》	2601 期学期	3 月 31 日前
《合乎圣经的愤怒与压力管理》 或《解开饶恕》或《走出忧郁》	2602 期学期	6 月 30 日前

四、在线互动（可选，人数有限、额满为止）

1. 带领老师

Peter 弟兄：传道人，CFM 带领同工，Bob Jones 神学院在读圣经辅导硕士，ACBC 认证辅导员。

小捷老师：美南浸信会圣经辅导、基督教教育双硕士，ACBC 认证辅导员，Faith Church 女性圣经辅导住院治疗事工（Vision of Hope）辅导员。

2. 报名要求

按时提交该学期指定书籍读书反思、经过初步审核后方可报名。

3. 时间、分组

阅读书目	阅读时间	在线互动小组及日期（BJ 时间） ³
------	------	-------------------------------

³除 1 月 10 日外，美东、北京时差为 12 小时；1 月 10 日美东时间在线对应时间为 7:00-9:30 的早、晚。

《信靠祂， 哪怕风雨如磐》	2503 期 学期	2504 期开学前一周周六（10 月 11 日） 弟兄组、姐妹 1 组：上午 8:00-10:00 单身组、姐妹 2 组：晚上 20:00-22:00
《成功的辅导》或 《人如何改变》	2504 期 学期	2601 期开学前一周周六（1 月 10 日） 弟兄组、姐妹 1 组：上午 8:00-10:00 单身组、姐妹 2 组：晚上 20:00-22:00
《敬虔的丈夫》或 《贤德的妻子》	2601 期学 期	2602 期开学前一周周六（4 月 11 日） 弟兄组、姐妹 1 组：上午 8:00-10:00 单身组、姐妹 2 组：晚上 20:00-22:00
《合乎圣经的愤怒与压力 管理》或《解开饶恕》或 《走出忧郁》	2602 期学 期	2603 期开学前一周周六（7 月 12 日） 弟兄组、姐妹 1 组：上午 8:00-10:00 单身组、姐妹 2 组：晚上 20:00-22:00

4. 在线互动要求

为了督责学员的学习效果，请学员查阅、并遵守 CFM 在线课程要求：

- 学员进入教室就需要开摄像头；
- 课程过程中需要全程开摄像头并稳坐镜头前；
- 有紧急情况、短时离开位置，可以短时关摄像头，时间超过 3 分钟的学员，联席主持或将您退出此课；
- 不能开摄像头（含设备问题）的学员不能参加此课。
- 请不要私自录音录像；
- 关于现场提问：为了节约时间、帮助翻译老师提前预备问题，请尽量先在留言板留。

五、书籍版权特别说明

CFM 非常注重及尊重原书籍的版权：

1. 本计划所涉及书籍均不能擅自放置于网络传播；

2. 若因方便阅读需要，本计划所涉及书籍的网络阅读版可以自行打印阅读，但不要在网络上传播。

六、学习费用

本课无直接学费，但 CFM（华人家庭事工）作为课程的组织、服侍有必要的支出，具体的支出预算见课程相关页面，您若有感动奉献，可以在课程页面查看奉献方式（或者私信同工）。

七、报名条件和流程

1. 需已完成 CFM 课程体系⁴《圣辅基础》、《进深（辅导方法与观摩视频）》、正在、已经报名 B 类神学课程（《辅导员解经入门》或《辅导员神学根基》）；
2. 若符合以上条件，予以报名表；
3. 报名审核。

注：在线互动报名提示将发给按时提交指定读书反思的学员。

八、联系方式（微信扫一扫）



附录：阅读规划建议

以下阅读时间为建议版，您可以根据自己的情况安排学习进度。

时间	完成内容
----	------

⁴CFM 机构从 2025 年 7 月份学期开始，已对课程体系做出微调——将 A 类《辅导员解经入门》课程与 B 类《进深（辅导方法与观摩视频）》对调。

2503 期第一周 7 月 15 日至 7 月 21 日	阅读《信靠神》第 1 章 完成《信靠神》第 1 章读书反思
2503 期第二周 7 月 22 日至 7 月 28 日	阅读《信靠神》第 2-3 章 完成《信靠神》第 2-3 章读书反思
2503 期第三周 7 月 29 日至 8 月 4 日	阅读《信靠神》第 4-5 章 完成《信靠神》第 4-5 章读书反思
2503 期第四周 8 月 5 日至 8 月 11 日	阅读《信靠神》第 6-7 章 完成《信靠神》第 6-7 章读书反思
2503 期第五周 8 月 12 日至 8 月 18 日	阅读《信靠神》第 8-9 章 完成《信靠神》第 8-9 章读书反思
2503 期第六周 8 月 19 日至 8 月 25 日	阅读《信靠神》第 10-11 章 完成《信靠神》第 10-11 章读书反思
2503 期第七周 8 月 26 日至 9 月 1 日	阅读《信靠神》第 12-13 章 完成《信靠神》第 12-13 章读书反思
2503 期第八周 9 月 2 日至 9 月 8 日	阅读《信靠神》第 14 章 完成《信靠神》第 14 章读书反思
2503 期第九、十周 9 月 9 日至 9 月 22 日	整理、提交读书反思
2504 期第一周 10 月 15 日至 10 月 21 日	阅读《人如何改变》第 1、2 章或《成功的辅导》第 1 章 完成相应章节读书反思
2504 期第二周 10 月 22 日至 10 月 28 日	阅读《人如何改变》第 3、4 章或《成功的辅导》第 2 章 完成相应章节读书反思
2504 期第三周 10 月 29 日至 11 月 4 日	阅读《人如何改变》第 5、6 章或《成功的辅导》第 3 章 完成相应章节读书反思

2504 期第四周 11 月 5 日至 11 月 11 日	阅读《人如何改变》第 7、8 章或《成功的辅导》第 4 章 完成相应章节读书反思
2504 期第五周 11 月 12 日至 11 月 18 日	阅读《人如何改变》第 9、10 章或《成功的辅导》第 5 章 完成相应章节读书反思
2504 期第六周 11 月 19 日至 11 月 25 日	阅读《人如何改变》第 11、12 章或《成功的辅导》第 6 章 完成相应章节读书反思
2504 期第七周 11 月 26 日至 12 月 2 日	阅读《人如何改变》第 13、14 章或《成功的辅导》第 7 章 完成相应章节读书反思
2504 期第八周 12 月 3 日至 12 月 9 日	阅读《人如何改变》第 15 章或《成功的辅导》第 8 章 完成相应章节读书反思
2504 期第九周 12 月 10 日至 12 月 16 日	阅读《人如何改变》第 16 章或《成功的辅导》第 9 章 完成相应章节读书反思
2504 期第十周 12 月 17 日至 12 月 23 日	整理、提交读书反思
2601 期第一周 1 月 15 日至 1 月 21 日	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第 1-2 章 完成相应章节读书反思
2601 期第二周 1 月 22 日至 1 月 28 日	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第 3-4 章 完成相应章节读书反思
2601 期第三周 1 月 29 日至 2 月 4 日	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第 5-6 章 完成相应章节读书反思
2601 期第四周	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第 7-9 章

2月5日至2月11日	完成相应章节读书反思
2601期第五周 2月12日至2月18日	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第10-12章 完成相应章节读书反思
2601期第六周 2月19日至2月25日	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第13-14章 完成相应章节读书反思
2601期第七周 2月26日至3月4日	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第15-17章 完成相应章节读书反思
2601期第八周 3月5日至3月11日	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第18-19章 完成相应章节读书反思
2601期第九周 3月12日至3月18日	阅读《贤德的妻子》或《敬虔的丈夫》第20-21章 完成相应章节读书反思
2601期第十周 3月19日至3月25日	整理、提交读书反思
2602期第一周 4月15日至4月21日	阅读《合乎圣经的愤怒与压力管理》第1章或《解开饶恕》第1、2章或《走出忧郁》第1章 完成相应章节读书反思
2602期第二周 4月22日至4月28日	阅读《合乎圣经的愤怒与压力管理》第2章或《解开饶恕》第3、4章或《走出忧郁》第2章 完成相应章节读书反思
2602期第三周 4月29日至5月5日	阅读《合乎圣经的愤怒与压力管理》第3章或《解开饶恕》第5、6章或《走出忧郁》第3章 完成相应章节读书反思
2602期第四周 5月6日至5月12日	阅读《合乎圣经的愤怒与压力管理》第4章或《解开饶恕》第7、8章或《走出忧郁》第4章 完成相应章节读书反思
2602期第五周 5月13日至5月19日	阅读《合乎圣经的愤怒与压力管理》第5章或《解开饶恕》第9、10章或《走出忧郁》第5章

	完成相应章节读书反思
2602 期第六周 5 月 20 日至 5 月 26 日	阅读《合乎圣经的愤怒与压力管理》第 6 章或《解开饶恕》第 11、12 章或《走出忧郁》第 6 章 完成相应章节读书反思
2602 期第七周 5 月 27 日至 6 月 2 日	阅读《合乎圣经的愤怒与压力管理》第 7 章或《解开饶恕》第 13、14 章或《走出忧郁》第 4 章 完成相应章节读书反思
2602 期第八周 6 月 3 日至 6 月 9 日	阅读《合乎圣经的愤怒与压力管理》第 8 章或《解开饶恕》第 15、16 章或《走出忧郁》第 8 章 完成相应章节读书反思
2602 期第九、十周 6 月 10 日至 6 月 23 日	整理、提交读书反思