

## 宣教士須知 諮商

有個問題一直困擾著你，而你似乎無法找到解決之道。你想過找個人諮商，但你也有所保留。難道你有什麼問題？聖經上是怎麼說呢？應該要找誰呢？總部會知道你所說的話嗎？誰會支付費用呢？讓我們來仔細思索這些問題。

### 需要諮商代表我有問題嗎？

在個人主義文化下，有些人認為當你尋求他人幫助來解決問題就是軟弱、不屬靈甚至可說是有心理病的表現。不是這樣的。我們皆需要他人的幫助來解決生命中部分的一般問題。我該如何管教孩子？面對年邁的父母那些又是我的責任？我應該如何解決夫妻之間的爭執？

諮商師不會替你做決定，但是會幫助你探索你的困境好做出決定。他/她或許會提供資訊、建議可採取的行動、探討各種選擇可能產生的影響等等。

### 聖經上對於諮商又是怎麼說？

聖經上明確的指出有可能得到有益或有害的規勸，而你則要自行分辨、尋求好的諮商。基督

被稱為"奇妙策士"(以賽亞書九章)。耶穌離開之前保證"另一位保惠師"將一直與我們同在，那就是聖靈(約翰福音十四至十六章)。這另一位的安慰者，"聖靈"是受到差派前來幫助的。諮商者簡單來說就是一位幫助者，在需要的時候出現在旁。我們反覆得尋求主的勸告。

同時，我們被告知應有多位人間的諮商者。即便是全智的所羅門王亦經常建議擁有諮商者，多位諮商者(箴言十一章十四節、十二章十五節、十三章十節、十五章二十二節、二十章十八節、二十四章六節)。當然，我們亦被警告不要聽從惡人的計謀。

### 我應該尋求哪一類的諮商者？

有多種不同的諮商者供您選擇。他們皆會勸告你，但各人可能使用的"工具"則有所不同。

- 明智的非業界人士。你可能只想找一位你認為有豐富的人生閱歷且十分聰穎的人會晤。這個人很有可能向你提供建議，並敦促你採取具體行動。
- 牧師/牧者諮商師。這職位的人可能去尋找靈命上的問題，並且較有可能跟您一同禱告，為你接手，為你抹油或引用聖經在你的情況上。
- 臨床心理學家/諮商心理醫生/諮商師。這些人是最有可能跟你們交談，並幫助現在你的思想，感情和行爲中的問題。

- 臨床社會工作者。這些人可能會評估你與他人的人際關係作為你的問題的根源。
- 精神科醫師。此人受過醫師訓練，並且較有可能從生理的角度診斷你的問題，給予藥物來提高你思維或情感的平衡。理想情況是這些人都該評估各種原因、靈命、心理、社會的與生理，然而他/她有他個人的強調點。你甚至有可能同時與兩位會晤，告知他們你同時再與另一位商談。找尋一位有能力的、你所信賴的並且是你可以產生共鳴的。

如過你最先對話的對象無法幫助你，隨時都可以找他人會晤。當然，持續足夠的時間與第一位會晤，查明診療是否有效。所有的方法或許需要幾次的會晤方可有明顯的改善，

### 我應該找宣教團隊內還是宣教團隊外的人呢？

這取決於你。最重要的是找一位有能力並且你可以產生共鳴的人，而這一類的人可在宣教團隊內、外找到。這是一個個人喜好的問題，但是找一位能夠傾聽的對象- 受到傾聽往往意味者受到醫治。

我們的研究指出，個人的宣教狀態影響其選擇來自團隊內或外的諮商。宣教士在候選人階段或行前準備時較容易選擇與團隊內的諮商。具豐富實戰困難經驗的宣教士

喜歡與不隸屬宣教團隊的個體諮商。

### 我應該找專業人員嗎？

同樣的，這也是取決於你。個人有資格給予諮商只因其學歷以及政府發的證照乃是現代西方的想法。在人類史上多數人僅尋求他們認定是聰穎的人資商。

今日，機構給予具備所製訂的教育水平且完成最低指導經驗的專業人士執照或證照。這些證照保證您此人達到當州的標準。

大量比較專業與準專業幫助者的研究往往發現兩者造成的影響並無明顯的差異。具備部分諮商訓練的準專業者，在幫助人們解決多數的問題中通常與專業人士一樣有效。

*當然，如果你正在思索如何傷害自己，那麼尋找一位能夠分析你行爲可能性且能夠提供有效的方法預防傷害的專家。*

### 何時何處尋求諮商？

最簡單的答案是越早越好，身在何處就在何處。人們往往等待過久且認為他們必須回"家"。

- 在問題出現之前。許多時候你預期問題的產生。在有孩子前學習養育

他們。預防總是勝於治療！

- 一旦問題產生。你或許沒有看到問題的來到，但是一旦你看到你的問題，馬上尋求幫助。若涉及創傷，這是尤其重要。那麼你必須在創傷後三十六至七十二小時內與有能力者商談。
- 事實過後。若你無法在事前或危機發生時尋找諮商，在有機會時與人商談；不要讓其在你裡面建造。保羅為司提反一家致力於服事聖徒、探望他感恩，並表示"心理快活" (歌林多前書十六章)。

## 是否會保密我說過的話？

這是在你訴說你的問題前所要確立的。若是你尋求專業諮商，通常在第一次會晤時你會收到知情同意聲明書。該聲明需記載你尋求專業幫助所會進行的步驟，其包含保密條約。

在美國多數州，若傷害涉及或飭令法律，如兒童監護權糾紛，則法律要求專業人士破壞保密條款。

多數的知情同意聲明書在保密條款中包含以下限制：

- 若您表示您意圖自殘，諮商師將會採取任何

必要的步驟來預防它，包含告知他人。

- 若您表示您意圖傷害他人，諮商師會告知意圖的受害者與當局你的住所以及意圖的受害者的住所。
- 若您報告虐待一些無助之人，如孩童、年長者，諮商師會聯繫保護服務單位。
- 若法官迫使諮商師在法庭揭露某事，多數諮商師會如此行。

當然，知情同意聲明書亦會包含其他情況，因此在簽字前仔細閱讀。聲明書的用意是明確的告知所有關係者秘密何時會被打破。

若他人(保險公司、政府機關)為你支付諮商費用，他們至少會被知會您正與諮商師會晤，並且許多時候亦會要求診斷結果。其成爲你醫療紀錄的一部分。

## 誰會支付費用？

有人或許會自願免費爲你諮商。若其收費，你當然可以自行付費。

若你希望如保險公司的第三方支付費用，你或許會需要尋求持有專業證照的有能力的專業人士諮商。當然，若你希望，你亦可以要求與基督徒心理保健專家會晤。若您的保險公司支付費用，請查明您的自付額、保險公司許可的會晤次數以及特定的轉介程序。

Ronald Koteskey 會眾  
關懷顧問  
新希望國際宣教組織

本手札是系列中的其中一環，若您有其他想要更深入瞭解的議題，可寫信至：

Ronald Koteskey  
122 Lowry Lane  
Wilmore, KY 40390

Phone: (859) 858-3436

e-mail: ron@missionarycare.com

參閱下面網站取得系列中的其他手札：

[www.missionarycare.com](http://www.missionarycare.com)

This brochure may be reproduced without



可免費取得本手札，然作者要求不做任何更動，並僅用於非行銷目的上。

# 宣教士 須知 諮商篇

Ronald L. Koteskey



新希望國際宣教組織