

评估(诊断)问题

本文的讨论并非详尽无遗，但涵盖了一些非专业人士如何诊断问题的原则，以及一些常见的危险。如果怀疑当事人有严重的生理或情感问题，请务必敦促此人寻求专业帮助。

属灵的资源在诊断中是很重要的：

1. 只有神是鉴察人心的——耶利米17:10；撒下16:7
2. 祂的话语在诊断中是有功效的——希4:12,13
3. 神赐下智慧给寻求祂的人——雅各书1:5
4. 因为，耶和华赐人智慧；知识和聪明都由祂口而出——箴言2:1-6

诊断问题时要考虑的议题

1. 功能运作——当您与陷入困难的某人互动时，问问自己：在这些领域中，他们是否能够有效地发挥自己的功能？
 - a. 个人生活？
 - b. 与他人的亲密关系？
 - c. 与神的关系？
 - d. 工作或是读书的责任？
 - e. 社交生活？

如果不是，在每个领域中他们目前有多大程度的障碍？他们对于自己的功能运作的描述，和别人对他们的描述之间，有什么样的出入？问问他们各个方面的状况如何。如果他们说的很笼统，请他们提供具体情形。

2. 痛苦——他们内心有多大的伤痛？

有些人在极深的情绪痛苦中时，外在仍能运作的很好。痛苦的表达可以是口语与非口语的。

他们具体是哪里受伤了？他们是否正在经历抑郁、焦虑、恐惧、罪疚感(真实或假想)、未解决的悲伤、自尊心低下、自恨、灰心、无法面对、或与他人疏离？

如果他们沒有明确谈论自己的痛苦，与其直接地问，不如用假设性的语句问他们，来邀请他们谈论，例如，「听起来您很受伤……」

3. 在感知上有困难。

他们对现实的感知，在什么程度或什么方面上有障碍？他们如何看待自己、上帝、他人、他们亲近的人际关系、现状、工作、过去、现在和未来等？

邀请他们讨论他们的看法。例如：你如何看待自己？你的情况？你的婚姻？你的工作？

他们回应现实的方式，是否与他们所述的想法一致？他们是否总是认为所有的事都是负面的或正面的？

他们说的话和非口语的沟通表达是否一致？例如：他们面带微笑描述一个很糟的情况吗？他们是否认为自己的处境很令人绝望？要小心，不要陷在他们扭曲的现实中！

4. 影响他状况的因素。

没有问题是凭空发生的，尝试找出导致问题的根本原因。

- a. 有哪些诱发因素可能影响着他们？例如：遗传倾向、儿童期受虐或长期的负面态度。
- b. 有什么突发的因素可能在影响他们？例如：压力源、家庭问题或身体疾病。

5.趋势倾向：出问题的领域有什么趋势倾向？是变得越来越好、越来越差、还是保持不变？

发生变化的速度如何？这是慢性还是急性问题？他们稳定吗？还是他们在恶化？是迅速还是慢慢地恶化？

如果他们不讨论趋势倾向，可问：「与上周相比，现在情况如何？上个月？去年？」你可以请他们把自己过去几周、几个月或几年的状况画成图表。

6.应对能力。他们运用资源解决困难的能力如何？他们现在处理的如何？什么样的事情阻碍了他们的应对能力？你可以透过哪些方式帮助他们？

诊断中应避免的六种常见危险

- 1.假设第一个问题就是真正的问题。
他们可能不知道真正的问题是什么，或者可能提出一个威胁较小的问题来测试你的反应。
- 2.把症状与根本问题混淆。
他们认为是根本问题的，有可能只是症状，与真正的问题无关或稍微相关。通常，痛苦本身会被当成问题所在。

3.太快就提出坚信不疑的臆测。你可能马上就会有你的看法，也许不是有意识的。这些臆测可能会造成妨碍或有助益。要意识到你的臆测，并且保持开放的心。不要太快说出口；这些臆测可能会把你带离正确的方向。

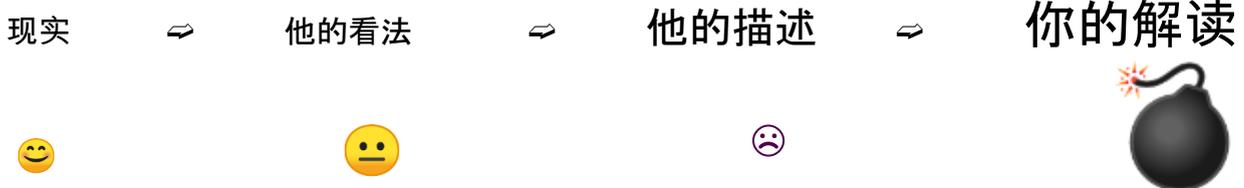
4.过度简化。

- a. 过度简化原因。例如，说「这是属灵问题」。原因通常是多重的，而这些原因可能不是明显的表面原因。
- b. 过度简化解决方案。对你来说似乎显而易见的解决方案，可能是无关紧要的；对你或其他人有用的方式，可能根本对他们不起作用。

5.论断或是谴责。见罗马书2:1-3；8:31-34.论断会严重妨碍你认知及诊断的正确度。它还会斩断开放的沟通。

6.假设你听到的就是事实。但实际上你听到的，是已经转了三手的资讯。请参见下图。

你可能无法解决每个人的问题，但当你去了解问题的严重程度时，你就已经帮了大忙了。然后，你可以鼓励他们去接受所需的帮助。



出处
原文作者: Ken Williams. [Diagnosing Problems](http://www.relationshipskills.com/)
检自: <http://www.relationshipskills.com/>
经许可使用。