

专业宣教—心理健康专业者能做什么？

传统上，宣教士是指那些回应神呼召的基督徒，他们经过教会或差会差遣，以福音为使命，为建立国度教会，委身于跨文化地区宣教、领人归主。在许多严格限制传福音的国家或地区，传统宣教士无法入境，为了能顺利进行宣教工作，便出现了专业宣教，让拥有个人专业技能的基督徒进入那些国家或地区，平常以专业服侍社区，其他时间就低调地作跨文化传道工作。

何谓宣教关顾？

在前线有限的资源与条件下，一般宣教士与专业宣教士均要面对属灵争战，还要克服跨文化的适应问题，发展全新的人际关系网，实在困难重重。若要使宣教工作能持续与产生果效，便需要后方许多资源与人力支援，所以许多宣教前辈认为应把专业宣教的意义扩大，只要专业人士奉献个人专长投身宣教，使宣教工作做得更好，就可称为专业宣教，因此许多无法亲自投入宣教工场者都可成为很有贡献的专业宣教士。究竟宣教事工最需要投入哪个专业？只要回顾宣教士的一般状况，就能很快找出答案。

宣教士普遍要面对急速的生活变动、孤单、文化冲击、危机处理、压力处理、跨文化适应、跨文化团队合作等问题，他们很易被这些挫折与困难打倒，身心灵极度疲乏，因此折损率极高，所以宣教士关顾（下简称宣教关顾）成为重要课题。什么是宣教关顾？谁最能对宣教士关顾有所贡献？

宣教关顾的定义就是长期投入资源，支援宣教同工的生活和成长，涵括出发前到退休后的安排，以至关顾宣教士、他们的子女和后方的家人，当中包括对宣教士的牧养、辅导及人力资源发展等范畴。宣教关顾涵盖发展内在资源（如毅力、压力容忍度）和提供外在资源（如团队建立、后勤支援、技能培训），目的是要对宣教士作整全的关心与建立，发展他们的适应力、技能及优点，这些都是有效地宣教不可或缺的条件（注）。简单而言，针对宣教士的需要，以至对他们付出的关心、鼓励、分享、安慰、指导、咨商等都属于宣教关顾的范围，就像《约翰福音》十四章提到圣灵所作的工，有时圣灵也会透过人来配合。

谁可参与宣教关顾？

由上述宣教关顾的定义可见，任何宣教士关顾者都可参与关顾工作，但提供实际宣教关顾者主要为以下四类：

1. 宣教士的母会：母会牧者、教会宣教部同工及关心宣教士的会友，他们可透过信函、电话、电邮、包裹表达关心。
2. 其他宣教士：宣教士最能以同理心了解其他宣教士的困难与光景。
3. 相关机构：有些机构专门提供宣教关顾服务。
4. 关顾专业者：曾接受宣教关顾训练的心理健康专业人士，如心理咨商师、社会工作者、心理学家及精神科医师，协助宣教士维持心理健康，面对各种压力与不同的冲突。

上述四类提供宣教关顾者，前两类作一般关怀很理想，但较深入的心理辅导就可能无能为力。目前华人社会甚少提供关顾服务的机构，因此非常需要宣教关顾专业者协助了解宣教士的心理状况及处理其情绪与心理困扰。

宣教关顾的具体建议

具体来说，他们可以提供以下协助：

1. 宣教士的甄选——针对宣教士候选人：
 - (1) 心理测验评量：了解候选人的心理是否健康？有否人格异常？性格有何优、缺点？个性是否够弹性？从而确定他是否适合到工场，以及上工场前需要什么调整。
 - (2) 专业面谈：了解候选人的成长背景与早期有否情绪伤害，例如是否在家庭中长期被忽视的孩子？是否有父母酗酒、父母离异、被性侵犯的经验？
2. 上工场前的协助：
 - (1) 心理辅导：针对性格调整与处理情绪伤害；已婚者的婚姻与亲子辅导。
 - (2) 训练：针对压力管理、危机处理。
3. 在工场上：

协助减低压力，避免产生崩溃（burnout）现象，辅导人际交往、同工配搭、夫妻相处及孩子教养等问题，并进行其他心理辅导与治疗。
4. 述职期间：

个人各种心理层面的协助。
5. 退休后：

回国后的文化冲击、新生活的心理适应等。

推动宣教关顾的步骤

虽然宣教关顾专业者可对宣教士心理辅导产生极大的果效，但目前甚少涉及宣教的心理健康专业人士，当他们不了解宣教士的状况与困难，就很难提供具建设性的帮助，因此我们急需积极推动提供心理健康专业的专业宣教。笔者认为或可透过以下流程推动：

1. 透过研讨会或其他管道引起心理健康专业者对宣教的注意与重视。
2. 整合有负担的心理健康专业者成立宣教关顾团契，并经常联络、交流。
3. 不定期邀请宣教士或相关人士在团契中分享，使肢体更了解宣教的内涵，以及宣教士的状况与难处。
4. 安排肢体到宣教工场，深入了解工场的实际状况，并透过初步关怀与辅导，体会宣教士的心路历程与挫折。
5. 肢体透过亲友的介绍进行宣教士的关怀与辅导工作，彼此分享实际辅导经验与心得。
6. 肢体初步提出适用于宣教士的辅导模式与甄选宣教士的测量工具。
7. 正式成立对外服务的关顾团队，提供心理评量与辅导等服务。
8. 向差会、宣教士介绍宣教关顾团队可提供的服务，以及关顾对宣教的助益。
9. 举办研讨会，向教牧同工宣传宣教关顾的重要与内容，并出版有关宣教关顾的参考资料。
10. 成立「流动关顾」团队，成员定期奉献一至两周到工场，为宣教士提供心理健康专业咨商。

各地区若能透过成立宣教关顾团契落实心理健康专业者的专业宣教，将会对宣教事工带来莫大的裨益！

注： Kelly O'Donnell, ed.: Missionary Care (Pasadena, California: William Carey Library, 1992).

文章出处：《今日华人教会》二〇〇九年八月号，第十五至十六页

出处

原文作者:陈彰仪, [专业宣教—心理健康专业者能做什么?](#)

检自: <https://www.cccowe.org/>

经许可使用。