

專業宣教 — 心理健康專業者能做甚麼？

傳統上，宣教士是指那些回應神呼召的基督徒，他們經過教會或差會差遣，以福音為使命，為建立國度教會，委身於跨文化地區宣教、領人歸主。在許多嚴格限制傳福音的國家或地區，傳統宣教士無法入境，為了能順利進行宣教工作，便出現了專業宣教，讓擁有個人專業技能的基督徒進入那些國家或地區，平常以專業服侍社區，其他時間就低調地作跨文化傳道工作。

何謂宣教關顧？

在前線有限的資源與條件下，一般宣教士與專業宣教士均要面對屬靈爭戰，還要克服跨文化的適應問題，發展全新的人際關係網，實在困難重重。若要使宣教工作能持續與產生果效，便需要後方許多資源與人力支援，所以許多宣教前輩認為應把專業宣教的意義擴大，只要專業人士奉獻個人專長投身宣教，使宣教工作做得更好，就可稱為專業宣教，因此許多無法親自投入宣教工場者都可成為很有貢獻的專業宣教士。究竟宣教事工最需要投入哪個專業？只要回顧宣教士的一般狀況，就能很快找出答案。

宣教士普遍要面對急速的生活變動、孤單、文化衝擊、危機處理、壓力處理、跨文化適應、跨文化團隊合作等問題，他們很易被這些挫折與困難打倒，身心靈極度疲乏，因此折損率極高，所以宣教士關顧（下簡稱宣教關顧）成為重要課題。甚麼是宣教關顧？誰最能對宣教士關顧有所貢獻？

宣教關顧的定義就是長期投入資源，支援宣教同工的生活和成長，涵括出發前到退休後的安排，以至關顧宣教士、他們的子女和後方的家人，當中包括對宣教士的牧養、輔導及人力資源發展等範疇。宣教關顧涵蓋發展內在資源（如毅力、壓力容忍度）和提供外在資源（如團隊建立、後勤支援、技能培訓），目的是要對宣教士作整全的關心與建立，發展他們的適應力、技能及優點，這些都是有效地宣教不可或缺的條件（註）。簡單而言，針對宣教士的需要，以至對他們付出的關心、鼓勵、分享、安慰、指導、咨商等都屬於宣教關顧的範圍，就像《約翰福音》十四章提到聖靈所作的工，有時聖靈也會透過人來配合。

誰可參與宣教關顧？

由上述宣教關顧的定義可見，任何宣教士關顧者都可參與關顧工作，但提供實際宣教關顧者主要為以下四類：

1. 宣教士的母會：母會牧者、教會宣教部同工及關心宣教士的會友，他們可透過信函、電話、電郵、包裹表達關心。
2. 其他宣教士：宣教士最能以同理心了解其他宣教士的困難與光景。
3. 相關機構：有些機構專門提供宣教關顧服務。
4. 關顧專業者：曾接受宣教關顧訓練的心理健康專業人士，如心理咨商師、社會工作者、心理學家及精神科醫師，協助宣教士維持心理健康，面對各種壓力與不同的衝突。

上述四類提供宣教關顧者，前兩類作一般關懷很理想，但較深入的心理輔導就可能無能為力。目前華人社會甚少提供關顧服務的機構，因此非常需要宣教關顧專業者協助了解宣教士的心理狀況及處理其情緒與心理困擾。

宣教關顧的具體建議

具體來說，他們可以提供以下協助：

1. 宣教士的甄選——針對宣教士候選人：
 - (1) 心理測驗評量：了解候選人的心理是否健康？有否人格異常？性格有何優、缺點？個性是否夠彈性？從而確定他是否適合到工場，以及上工場前需要甚麼調整。
 - (2) 專業面談：了解候選人的成長背景與早期有否情緒傷害，例如是否在家庭中長期被忽視的孩子？是否有父母酗酒、父母離異、被性侵犯的經驗？
2. 上工場前的協助：
 - (1) 心理輔導：針對性格調整與處理情緒傷害；已婚者的婚姻與親子輔導。
 - (2) 訓練：針對壓力管理、危機處理。
3. 在工場上：

協助減低壓力，避免產生崩潰（burnout）現象，輔導人際交往、同工配搭、夫妻相處及孩子教養等問題，並進行其他心理輔導與治療。
4. 述職期間：

個人各種心理層面的協助。
5. 退休後：

回國後的文化衝擊、新生活的心理適應等。

推動宣教關顧的步驟

雖然宣教關顧專業者可對宣教士心理輔導產生極大的果效，但目前甚少涉及宣教的心理健康專業人士，當他們不了解宣教士的狀況與困難，就很難提供具建設性的幫助，因此我們急需積極推動提供心理健康專業的專業宣教。筆者認為或可透過以下流程推動：

1. 透過研討會或其他管道引起心理健康專業者對宣教的注意與重視。
2. 整合有負擔的心理健康專業者成立宣教關顧團契，並經常聯絡、交流。
3. 不定期邀請宣教士或相關人士在團契中分享，使肢體更了解宣教的內涵，以及宣教士的狀況與難處。
4. 安排肢體到宣教工場，深入了解工場的實際狀況，並透過初步關懷與輔導，體會宣教士的心路歷程與挫折。
5. 肢體透過親友的介紹進行宣教士的關懷與輔導工作，彼此分享實際輔導經驗與心得。
6. 肢體初步提出適用於宣教士的輔導模式與甄選宣教士的測量工具。
7. 正式成立對外服務的關顧團隊，提供心理評量與輔導等服務。
8. 向差會、宣教士介紹宣教關顧團隊可提供的服務，以及關顧對宣教的助益。
9. 舉辦研討會，向教牧同工宣傳宣教關顧的重要與內容，並出版有關宣教關顧的參考資料。
10. 成立「流動關顧」團隊，成員定期奉獻一至兩週到工場，為宣教士提供心理健康專業諮商。

各地區若能透過成立宣教關顧團契落實心理健康專業者的專業宣教，將會對宣教事工帶來莫大的裨益！

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

文章出處：《今日華人教會》二〇〇九年八月號，第十五至十六頁

出處

原文作者：陳彰儀, [專業宣教 — 心理健康專業者能做甚麼？](#)

檢自：<https://www.cccowe.org/>

經許可使用。