

教牧辅导

林诚牧师、徐婷

目录

第一课	何谓教牧辅导	2
第二课	教牧辅导的立足点	3
第三课	辅导者的人格条件	4
第四课	教牧辅导应该注意的事	5
第五课	圣经辅导（一）	6
第六课	圣经辅导（二）	8
第七课	个人中心疗法	9
第八课	认知行为治疗法、理性情绪治疗法	11
第九课	行为治疗法、家族系统治疗法（一）	12
第十课	家族系统治疗法（二）	14
第十一课	辅导过程与技巧（一）	15
第十二课	辅导过程与技巧（二）	16
第十三课	青少年辅导	18
第十四课	婚前辅导	19
第十五课	婚姻辅导	22
第十六课	离婚与再婚辅导	24
第十七课	情绪辅导	26
第十八课	哀伤辅导	28
第十九课	罪咎感的辅导	29
第二十课	信仰偏差者的辅导	31
第二十一课	精神疾病与鬼附的分辨与辅导	33
第二十二课	自杀倾向者的辅导	34
第二十三课	上瘾辅导	37
第二十四课	小组辅导	39
附录：婚前辅导手册		41
婚前辅导参考书目		49

第一课

何谓教牧辅导

何谓教牧辅导？这问题牵涉到几个问题——何谓教牧辅导？谁是辅导者？被辅导的对象是谁？它的范围为何？教牧辅导应达到什么样的目标？和一般的心理辅导有何不同？

一、何谓教牧辅导？

按字面意义，就是教会会友在生活、心理、属灵、人际关系上遇到问题时，教牧人员给予帮助的过程。

二、辅导者与被辅导者

A. 教牧同工

1. 会友信任：有人的地方就有问题，教会会友遇上问题需要寻求帮助，自然去寻找牧者，因为觉得牧者在属灵上、权柄上是能够被信任的，也足够帮助自己。
2. 牧养责任：牧者无论喜不喜欢，懂不懂得辅导，都一定会遇上需要辅导他人的状况、时刻。身为教牧，是无可推诿的必须承担辅导的责任。牧者的辅导和帮助，往往在教会的事奉中受到忽略，我们往往忙着预备讲道查经，或是忙着培训课程，但是如果只有讲台上的教导，却没有生活实际的体谅关怀，实在无法显明“牧人的心”。
3. 辅导形式：教牧辅导往往藉着探访和辅导，可以直接走入弟兄姐妹（羊群）的生活中，体会他们的难处，进一步的帮助他们走出死荫的幽谷。这是现实的情况、而从圣经中来看教会的事工实在也包含着辅导的性质。
4. 圣经根据：耶稣和门徒所做的工作包括传道、医病、赶鬼，其中医病包含身心灵的问题。主耶稣将我们从罪中拯救出来，就属于这方面的范围。而教会事工中，对上的事工包含敬拜赞美，对外传福音、宣道，对内则包含教导、医治、造就、训练。弗 4：11-16 也表明了教会是基督的身体，大家彼此联系、彼此关怀支持，所以当人心灵有病痛、难题和需要时，可以来到教会藉着敬拜、赞美、宣道、教育、辅导等事工而得到医治、更新、改变与成长。所以教会是具有辅导、医治功能的团体。而教牧人员负有辅导的使命与责任。

B. 基督家中每个肢体

1. 圣经教导：所有的基督徒都应该要做辅导的工

作。加 6：1-2；罗 15：14；帖前 5：14 表明了肢体彼此之间带有彼此辅导的性质。这不表示说基督徒可以对外宣讲说他是辅导员，或称自己是专业的辅导人员，然而基督徒是有辅导的职责。

2. 爱心见证：不信朋友可能会因你是基督徒而找你倾诉烦恼。
3. 相交建立：肢体间会彼此倾诉寻求帮助、意见与安慰；所有基督徒都有可能要辅导他人，而我们也应该预备自己好能去帮助别人。

三、辅导者的素质

A. 生命见证

辅导者必须是属灵的人（加 6：1）：须重生得救、灵命成熟，对圣经真理了解透彻，在生活、言语、事奉上也表现出长大成熟的人格，不论个性、灵性都讨神喜悦。

B. 知识见识

辅导者也必须具备辅导的人格特质和辅导的知识。

四、教牧辅导的范围

1. 辅导的者生命素质
2. 现代心理学方法与知识使用探讨
3. 主要派别辅导理论方法及实践
4. 教会辅导实务：婚姻辅导，精神情绪疾病（忧郁症、自杀、上瘾等）。

五、教牧辅导的目标

A. 教牧辅导与心理辅导的不同——圣灵同工

教牧辅导和一般心理辅导最大的分别是：在整个过程中，有圣灵的帮助和参与——辅导中有 3 个角色——辅导者、受辅导者、圣灵。

B. 教牧辅导的目标——带人回到神面前

教牧辅导不只是解决受辅导者的问题，而是受导者的生活可以更符合圣经的真理，回归与神和与人的正确关系上。教牧辅导应该观看全局，帮助人回归神为人创造的生命价值与目的。神要人活出的人生，是与神有深入的关系，然后才是面对自己的问题困境，也就是回到神创造的生命原貌，回到神的面前，在基督里更长近，在生命里更加的成熟，使信徒的生活更合乎圣经的教导。

六、教牧辅导的资源

A. 医药

教牧辅导的范围包含一切属灵上的帮助与教导，心理上、生活上遇到的困境、问题。要注意若对方有

生理问题或因生理引起心理上的问题，也要懂得转介医生。精神疾病超过我们的能力，也当转介专业医生，和精神科医生一起进行辅导帮助：医生开需要的用药，而我们则可辅导、祷告。

B. 最大的资源：圣灵

在教牧辅导中，圣灵是最大的辅导者，辅导必须有圣灵的引导帮助，才能达到应有效果。所以辅导者必须时时与神保持紧密的关系。

第二课 教牧辅导的立足点

一、什么是立足点？

我们做事的方法都会受到个人价值观和信念影响。辅导员辅导时，用的方法理论也会因价值观、人生观而不同。好像：

1. “行为主义派”的治疗方法理念就是把人当作机器和动物，不断用合适的方法加以训练，就可把人训练成他想要的任何样子，所以责任不在人而在环境。
2. “个人中心”（人本主义个人中心治疗法）的治疗方式则认为人是善的、是有能力做出良好决定的，所以他们不鼓励为受辅者提出建议方法。

辅导员都有自己的大前提立足点，关系到他们如何看待“人”、“生命”、“道德”、“人生观”、“价值”和“罪”等议题。辅导员会受到这些观念的影响而做出不同的辅导。

二、教牧辅导的立足点

A. 立足圣经

教牧辅导的立足点必须是合乎圣经的教导，特别是人观、人生的终极意义、罪的影响等。必须建基于圣经。

B. 正确人观

教牧辅导对于人的看法必须是根据圣经中的“人论”。“人论”就是指人的来源、人的本性、人问题的根源和解决之道。对于“人是什么”的观念会影响如何辅导。

三、教牧辅导立足于圣经的人观

1. 人是被神创造的，不应高举自己要成为神，也不应认为靠着人自己可以成就任何事，相信所谓“人定胜天”（新纪元运动）。但也不能将人沦

为和动物相等，认为只要给予刺激训练就可以塑造人成为任何样式（极端的行主义）。

2. 人是尊贵而庄严的，因为人具有神的形象。所以辅导员应尊重每个来接受辅导的人，看为神所爱所宝贝的，不应当轻看被辅导者。
3. 人需要倚赖神，单单倚靠自己不足以自救、救人。所以不能只单单要求他靠自己改变，而是要帮助他来倚赖神的大能。
4. 人是“罪人”（罗 3：23）。教牧辅导需要在人类问题中，直接或间接看到与罪有关的根源。
5. 人是有限的，也会软弱。因着人的堕落，人在各方面受到影响，所以人是有限的、软弱的。在辅导之时教牧人员需分辨问题根源是罪还是软弱。
6. 人会受撒但的引诱和攻击（彼前 5：8；弗 4：27，6；11）。教牧辅导的大前提是相信灵界存在，灵界中存在神的灵和撒但的灵。所以在辅导中必须考虑灵界的因素。
7. 人有推诿责任、转移、怪罪别人的倾向（创 3：11-13）。所以为了保护自己，会推诿责任，将问题合理化，辅导员必须看清。
8. 人的罪和堕落是可以解决的。我们的罪被赦免，内在生命重新被塑造（林后 5：17；弗 4：24；西 3：10）。靠着与神和好，我们可以往成圣的方向前去。
9. 人生的目的是荣耀神，为神而活，而非一般心理学鼓吹的以自我为中心来发展和成长。
10. 生命的意义只存在于耶稣基督里，除非帮助受辅者找到耶稣基督，否则他问题的解决都只是暂时的。
11. 教牧辅导的一个重要前提，是帮助人发掘生命中真正的意义，不仅今生有限的问题得以解决，并能满足人对生命有更圆满解释的渴望。
12. 人生是有盼望的（永生的盼望）。教牧辅导应该可以帮助人从问题立足现今，可更长远是要他看见未来并对未来存有盼望。也就是说问题包含了“当下”和“未来”两个层面。按圣经原则，要具长远目标，而这目标，也必须与神联合才有实质意义。如果离开神，离开圣经原则，我们只能达不相干的短暂目标。其实，人每天的目标如果没有终极意义，也就等于没有目标。教牧辅导的立足点正在于此。
13. 重建受辅导者的盼望：很多人需要辅导，因为他们把生命寄托在没有终极意义的“意义”上面。当他们发现向来追求的短暂意义在某刻变成虚空，就需面对耶稣基督的福音。辅导工作如果没有把福音彰显，就没有太大的真实价值，也不会有什么果效，其实在教牧辅导中，受辅导者很快

就会发现：除了福音性的辅导以外，其他辅导技巧或方法，根本触及不到他们的需要，而且往往他们自己就能察觉一个事实：没有神在其中的辅导，就是一场虚空。对基督徒而言，也可能因困扰的问题，失去了圣经指向的长远目标眼光，也经验绝望、幻灭，没有把信心根植在“赐各样盼望的神”。

14. 辅导与祷告的关系

- a. 预备辅导时最重要是祷告，祷告中看见自己的罪和不足。该用大部份时间为自己和受辅导者祷告。
- b. 辅导有时也是一场属灵争战，需要祷告；要加上对受辅导者的问题省思，思想圣经中的可能解决方法，为自己祷告、为受辅导者祷告。
- c. 神常藉着这种祷告帮助辅导员计划下一次辅导。不要忽略圣经教导的原则和方法，找出需要努力的改变，不要把祷告变成自怨自艾、埋怨神。

第三课 辅导者的人格条件

一、辅导者人品素质的重要

人，永远比工作重要。人“对”了，自然工作也就“对”了。教牧辅导，不只是辅导者的学历资格，更重要的还是他是个什么样的人。教牧辅导者的人品、品格特质固然重要，而他对人生的体验，个人价值观和言语行为，都会影响他助人工作的果效。

二、辅导者当有的素质

1. 基本装备：圣经知识、人际关系上有属神的智慧。
2. 对人的善意：罗 15：14；西 3：16。
3. 充满信心：他相信神的应许，他会改变那些肯为自己的罪真实悔改，也是乐意照着神的吩咐行事的人。
4. 有盼望，能传递盼望：因着信，辅导者会有盼望，又可以传递给受辅导者所需要的盼望和激励，特别是把盼望从人的身上，转移到对神的盼望上。

三、教牧辅导者的圣经原则和要求

A. 必须是重生的基督徒，或教牧同工

教牧辅导者尝过耶稣基督的救恩，有改变了的人性；才能明白救恩的宝贵，神的大能。能够明白人的问题唯有神才能解决。

B. 以耶稣基督为中心的人生观和价值观

参加 2：20；罗 12：1-2。内在的核心价值，影响辅导者的决定和判断，如果辅导者只以自己主观的人生观或是价值观帮助受辅导者，很可能会把人带到错误的方向。比方婚姻辅导，真正目的在帮助人享受合神心意的婚姻生活、建立基督化家庭，活出“以基督为一家之主”的样式；美满婚姻不是终极目标，同样其他的人生问题，也是以耶稣基督为中心，而不是只求当事人的幸福、健康、美满。

C. 有好榜样

心理情绪平衡，懂得管理自己的情绪。

1. 榜样带来权柄和信任—当事人会观察，直接影响他的投入和信任。身教重于言教，教牧辅导者各方面的榜样是很重要的，否则会让辅导工作受到亏损。
2. 辅导员辅导工作的果效—胜任的辅导员必须是心理情绪平衡的人，否则：
 - a. 易将当事人带进错误的教导中；
 - b. 辅导员容易在辅导时受当事人的情绪影响，做出不当的辅导，伤害当事人。

D. 要有经历，特别是属灵的操练

我们辅导时会布置一些作业给当事人，帮助他们的言语、行为、生活有所改变，更合乎圣经，这些就是属灵操练。比如说当事人有情绪问题，容易动怒，导致人际关系、家庭婚姻关系紧张受到亏损，那我们就会要求他操练“慢慢动怒”，直到这种反应内化成生命、态度。如果教牧人员没有这种操练，就不能有效的帮助当事人，不能体会他的挫折、挣扎、困难。教牧人员自己也要成长，不能原地打转，须时时操练属灵生命有所更新。

E. 有正确的自我观

1. 有正确自我观才能以正确态度辅导别人—自我观或称为自我形象，是自己心目中认为自己是怎么样的人。自我观往往是来自别人眼中的我。如果是正面的多，那么自我观就比较正面健康、有自信；如果是负面的多就容易产生自卑、罪咎感，无法肯定接纳自己。和他人接触时也不容易坦诚面对他人、接纳他人、以正确态度观念来面对当事人。一个自我形象欠佳的人如何能辅导另一个人呢？
2. 有正确自我观才能有坦诚、建设性的双向关系—辅导员要与辅导者建立坦诚的关系，或受到被辅导者质疑或挑战时，有正确自我观，才不会畏缩退却，或反应过度而伤害被辅导者；拥有健康的

第四课

教牧辅导应该注意的事

自我观，也能平静、清楚的和当事人会谈，塑造建设性的双向关系。

3. 基督徒的“自我观”源自圣经。是基于神眼中的价值和地位，而不是一般人本主义鼓励人用正面肯定自己。基督徒和非基督徒自我观最大的不同在于基督徒承认自己是罪人，没有能力行善，但耶稣基督宝血可以洗净我们的罪，使我们成为新造的人，恢复神造人时赐给人的“神的形象”，若没有接受救恩就不能恢复神造人的荣美。没有神就不能拥有正确的自我观。唯有在神里面，我们才是有价值的。

F. 具备完整的圣经知识和相关的辅导知识与操守

“弟兄们，我自己也深信你们是满有良善，充满了诸般的知识，也能彼此劝诫。”（罗 15：14）除了圣经知识，需要多方学习相关知识，及一些专业辅导上的知识。也必须接受训练，以致：

1. 懂得分辨一些可能遇到的问题，如忧郁症、压力管理、灵命问题、精神疾病等；
2. 懂得运用一些辅导技巧，深入了解当事人的问题，不至因为缺乏辅导技巧而带给当事人二度伤害，甚至断绝了辅导的可能。教牧辅导并不是只要圣经，其他全不能用，有些知识其实可以帮助了解人性的反应，对当事人的情况有深入的认识。我们可以选择、重整、参考、采用一些心理理论方法，而同时不违背圣经原则。

G. 正确的动机

要省察自己辅导的动机。动机不正，可能在咨商过程中会有挫折、倦怠，对自己产生负面情绪，既不能帮助别人又不能帮助自己，带来反效果。

H. 有主的爱在心中

必须要有从神来的爱，就会带着爱心来倾听，理解对方的问题，是以“与哀哭的人同哭，与喜乐的人同乐”的态度来接纳、帮助对方，而不会以高姿态，好像自己是帮助者，对方是弱小的被助者；自己是对的，对方是错的；以审判的态度来处理当事人的问题，以论断的口气与态度面对当事人。应当让主的爱流入有需要的人、来寻求帮助的人中间，使他们能够从教牧辅导人员的身上感受到来自神的爱与接纳。

一、教牧辅导伦理规范的重要

教牧辅导者，需要接受一些辅导的伦理规范。而这些规范对辅导者和受辅导者，都是一种保护。辅导时使用的一些原则、条规、条例和做法，都不可违背圣经伦理道德教训。

二、教牧辅导圣经伦理规范守则

A. 教牧辅导的四“不”

1. 不否定神的话
2. 不扭曲神的话
3. 不冲淡神的话
4. 不贬低神的话

教牧辅导运用圣经的教导辅导时，要按着正意分解真理的道，不改变圣经的原意和教训，来屈就或附和、适应时代文化。圣经的真理才是永恒的，带给人类盼望和改变。不是圣经真理去配合文化、配合时代的趋势，唯有忠于圣经才能帮助当事人找到出路。

B. 谨慎自己的教训

1. 应是自己的主观想法或是一些人本主义的哲学思想。
2. 不能藉圣经的名义把自己的意、建议真理化、权威化。好比：说“向神认罪然后远离它”这建议合乎真理，但如果说“你每天早上一定要读经一个半小时，祷告 30 分钟”这就是自己的建议。
3. 给予建议时要小心。比如说要求当事人不要吃药、不要看医生，这些建议会触犯伦理上的问题。
 - a. 能否为当事人的健康负责？
 - b. 是否确定意见经得起考验？
 - c. 是真实的来自圣灵而不是自己？可以将圣经的教训与原则告诉对方，由当事人自己必须做决定，并为自己的决定负责，同时是保护牧者，以免承担不必要的责任。

C. 时间上该有智慧安排

如果不懂得平衡安排时间，很快就会精力耗尽。教牧同工的使命是牧养羊群，在各项的牧养事工上，辅导或是咨商用的时间要合适，毕竟我们蒙召不是做心理咨商师，或是专业辅导员。平衡该有几方面：

1. 牧者在关顾辅导上和真理造就训练上要平衡。

2. 辅导者（牧者）的事工和家庭生活需要平衡。
3. 在牧养恩赐上要各尽其职，发掘教会有恩赐的人才，鼓励栽培，造就他们成为合适的辅导员。

D. 守密的原则

1. 基本要求是保守秘密：为了受辅导者，也为尊重对方的隐私权。特别是牧者，未经当事人同意，不可把他的需要或问题放在教会代祷事项上，也不可在讲道、教导、写作中提及当事人的名字和身分，或是会让人联想到当事人身分的事情。
2. 如必须将当事人的事告诉第三方，必须要得当事人同意，如：转介当事人给另一属灵长辈，或其他辅导，或代祷勇士等。
3. 有的情况可能不适合保守秘密，比如对方有自杀倾向。
4. 牧者该告诉对方自己保密的尺度和限制。比方说：“我可以答应你，我绝不会做伤害你的事等。”特别是辅导未成年的青少年、儿童，在必要情况下，需要将相关资讯告诉家长。
5. 特殊原则的补充：什么情况可以不守保密原则？当事人的行为对他自己或第三者构成严重危险。如有致命的传染病、或当事人涉及刑案等。

E. 坦承自己的背景或相关资格训练及经验

要坦承自己相关的教育背景，不要夸大，我们不是全能的。神是万能的但牧师不是。

F. 避免生理接触，以防掉入性陷阱

1. 生理心理机制：当事人很有可能会对辅导者产生心理依赖，而产生移情作用。辅导异性，一定要注意这陷阱。
2. 同性辅导的基本原则：鼓励弟兄辅导弟兄，姊妹辅导姊妹，这就可以预防问题出现。同性辅导有时不易达到，如果女会友要求男牧师帮助，一般由师母（牧师妻子）出面帮助女会友，但这也得牧师已婚，并且他的妻子愿意、有负担。
3. 特殊情况下的变通做法：在不能避免的情况下，要注意辅导时避免肢体的接触。好比异性当事人哭泣时，不适合拥抱、牵手、拍背等肢体动作，同时要注意用词不要带有暧昧，让当事人误以为你对他有不当意念与期待。同时辅导场所最好不要太隐密，尽量敞开房门，如果辅导员发现辅导时，当事人或自己有不当的移情作用，该马上停止辅导，将当事人转介给其他牧者去辅导。

G. 切忌操控受辅导者

通常接受辅导会谈的，都是有问题和需要的，是属于

于“弱”的一方，而牧者是帮助者，是属于有权力的一方，通常当事人因着牧师的帮助会很感激佩服牧师，甚至成为牧师的小粉丝，这时牧师绝不可以藉此操控当事人，对于当事人有诸多要求，以满足自己的需要。我们是引人归向基督而不是引人归向牧师。

H. 要懂得看情况做必要转介

1. 何时需要转介：教牧辅导人员是教会中的牧者或肢体，只受过一些基本训练，必须承认我们的有限。如碰上一些需要专业辅导或特殊机构有处理个案经验的，就要适时转介。比如说重度忧郁症有自杀倾向的、毒瘾、酒瘾、色情网路上瘾，可以祷告和圣经适当地帮助对方，但最好能够转介。
2. 转介给什么人：
 - a. 福音治疗机构，有资源、有经验，能够更好的帮助当事人。
 - b. 医生—千万不要把着不放，认为有自己就足够了，有时反而害了对方。
 - c. 教会里的隐藏资源：如信徒中也曾有人有过同样经历，可以在征求当事人同意后，成为一起辅导的同工。这些辅导还是要牧者的遮盖下做，以免产生不当的辅导。

第五课 圣经辅导（一）

一、什么是圣经辅导？

1. 性质—圣经辅导是一套以圣经作为辅导立足点、理论与方法工具的辅导法。
2. 盛行范围—北美教会。
3. 源起信念—圣经辅导是由亚当斯（Jay Edward Adams, 1929-）在 1970 年代发起的。亚当斯主要是强调教会中辅导的权柄与责任不应该交在世俗的心理学专家手中，或所谓的“基督徒心理学家”、精神科医生手中。圣经足以担负起辅导的需要，能够解决人类所有的问题。

二、圣经辅导的发展

A. 第二次世界大战

第二次世界大战后，教会大量接受世俗心理学理论，开始由非圣经角度看人的问题；世俗心理学书籍涌进教会。世俗心理学家认为教牧人员不具辅导资格，所有辅导都该交到专业心理辅导专家手中。

B. 1970 年代

1970 年代，亚当斯为挽回局势，大声疾呼将辅导权柄从心理学家或基督徒心理学家手中夺回到教牧人员手中，并回归圣经。

C. 1980 年代

1980 年代，以亚当斯为主导的圣经辅导趋于平淡。这期间发生了一件事：一教会牧师被控职业疏失，因他用圣经真理帮助一位有自杀倾向的会友，结果对方自杀。这案件引发一场争议：教会是不是有单单倚靠圣经来辅导的合法权利。原告认为对于忧郁症及有自杀倾向的人只给予圣经上的建议是过于简单和不负责的，主张牧师及教会辅导员必须转介这类人给专业心理治疗人员。当然后来的判决是教会并没有过失，这位青年人不只是寻求教会帮助，她同时也有寻求精神科医师的帮助。这当然也引起心理学和圣经辅导的论战。因亚当斯大力鼓吹圣经辅导，从心理学的极端一下子又荡到了圣经辅导的极端，完全排斥心理学，以至于有许多福音派的专业辅导不能完全同意他对心理学的全然否认和攻击。于是又逐渐转向神学和心理学的会通，也就是将两者整合起来，于是许多的基督徒辅导员、心理学家兴起，基督教心理诊所大量兴起，因这风潮，大部份基督徒开始认为自己没有能力辅导别人，许多牧师一方面觉得自己不够资格一方面或许害怕引起法律纠纷。所以以前在教会中大家认为是必要的教牧责任就推给了专业人员。

D. 1990 年代

到了 1990 年代，圣经辅导又开始复苏，加上心理学本身意见分歧，效果也不如一些人所预期的，所以越来越多人转而寻求圣经辅导，从而影响福音派教会。当然从 1970 年代亚当斯开始的圣经辅导到现在的圣经辅导已经有所改革。

E. 近代

截至目前为止，基督教界依然为着圣经辅导到底可不可以和心理学整合有着无法定论的争议。

三、圣经辅导的立足点

A. 创见者—亚当斯与“努直达法辅导”/“劝戒式辅导”

1. 精神分析法和人本主义的有限：圣经辅导由亚当斯倡议。他是美国韦思敏斯特神学院的实用神学教授，所以创立此辅导法起因于牧会多年，使用他法辅导人无效。起初他阅读一切的辅导书籍，以弗洛伊德 (Sigmund Freud, 1856-1939) 的精

神分析和罗杰斯 (Carl Ransom Rogers, 1902-1987) 的个人中心为主，但看不出效果，不经意中他引用圣经辅导人，反而果效较成功，但亚当斯还未能建构起一套成形辅导的理论与方法来。这时他恰巧听到心理学家奥荷蒙理 (O. Hobart Mowrer, 1907-1982) 的演讲并且阅读他的《精神医学与宗教危机》，让他大为惊艳，这书直说精神病理论是错的。亚当斯在这教授门下受教、工作两个月，专心研究辅导。

2. 奥荷蒙理提醒“人的责任”：奥荷蒙理走的路线是“道德模式”，着重“人的责任”，病人的问题是道德问题不是医学问题。病人有真实的“罪”而非“罪感”，是行为失常不是情感失常，所以要解决问题就是要承担责任，承认自己的罪过。然后他跟随此人亲眼见到这种方法真的有效，亚当斯说荷教授间接引导他明白一事：许多所谓“精神病人”可以从神的话得到帮助，所以从那时起他就一直用圣经作为他辅导的方法。并于 1970 年发表第一本书《成功的辅导》/《圣灵的劝戒》同时设立咨商中心，从事辅导及训练工作，可谓现代圣经辅导的先锋。

B. 圣经辅导基要立足点

1. 根据圣经来解释人的问题到底何在
2. 根据圣经来处理那些问题
3. 帮助当事人回转到神面前

四、圣经辅导七要素

1. 神是辅导的中心。神的话语和圣灵的工作是生命改变的基础，神的话语就是关于辅导，圣经本身具备权威、切身、充分，人类所有问题在圣经中都可得到解决。
2. 世上一切其他知识包括科学、文学、个人经验等也许能提供帮助，但必须摆在圣经权威之下。与圣经原则相违悖的，必须揭发。
3. “罪”的各方面问题是辅导者必须处理的首要问题。罪包括错误的行为、扭曲的思考、随心所欲的意念，以及不当的态度。罪是问题的所在。
4. 耶稣基督的福音给予我们答案。人类最大的需要是罪得到赦免并且得到能力改变成为基督的样式。这样的核心真理必须深植于辅导的过程中。
5. 辅导所致力的改变，必须以渐进成圣为目标。改变是一生不断的进步前行，不是一次就可以完成，是每天在面对挑战与困难中转变成为基督的样式。
6. 人在各种处境中所遇到的问题，并非偶然，这些困难仍在神的掌权中。

7. 辅导活动本质上属于教牧工作，所以必须以教会为基础，在牧者的权威中接受管理。圣经辅导的学者一般不主张“转介”，认为教牧人员因着圣经的权威、圣灵的能力足够做所有的辅导，除非当事人有生理疾病。只要关系到心灵心理上的治疗都该由教牧人员负责。主张圣经辅导人士认为今日不少所谓基督教辅导，仍只是把世俗的心理学与辅导合理化或基督化（Christian legitimization），未能为教会提供真正的全人医治。为了得到社会的认可，基督徒心理学家采用的基本上是一般辅导模式，不过再加上基督教的注脚而已。从实用的角度观之，也会让受辅导者感觉到，所谓“教牧辅导”是引用几句经文，再套用一般世俗辅导模式的辅导。这也是为什么主张圣经辅导的人不会随便转介个案。

第六课 圣经辅导（二）

一、劝戒式辅导/当面劝诫三元素

1. 假定受辅导者有必须解决的难题，生命有需要改变之处；着重被辅导者的问题或困难而不是情绪；当事人必须首先承认自己做错事、犯了罪、有了拦阻、问题、困难、需要等。这种辅导的基本目的就是改变当事人的人格与行为。
2. 努直达辅导法运用法：说话或言语。透过个人面谈及讨论，带来个人行为与个性的改变。一切圣经准许的言语都可在辅导中运用，目的要使当事人的行为改变，按照圣经标准行事为人。谈话时重心摆在“你如今做的是什么事”，而不是“为什么”（答案早就知道了一罪行），为的是要当事人负起此时此地的责任。特别是“做错了什么事？”“你当如何行才可以改正它”，以及“未来的反应该怎样”跟现实疗法有些类似。
3. 辅导的动机是爱，目的是让对方改变。方法是柔和的。目的是使对方得到益处，生命有所改变，叫神得荣耀。其中没有惩罚的意思。

二、评估劝戒式辅导

A. 圣经辅导的评估

1. 受人的影响：圣经辅导属直接指导法。亚当斯采用的辅导方法受荷蒙理教授理论间接影响而来，后来威廉格勒斯（William Glasser, 1925-）随从荷教授路线，写了《现实疗法》，从另一角度证实荷蒙理论点。所以我们可以说亚当斯的劝

戒式辅导是从现实疗法延伸而来，这一派认为要解决问题不能只靠感情发泄，而是要向人承认自己的罪过，负起责任。

2. 成于神的拯救：责任和认罪是现实疗法的重点，但认罪不是向神而是向他们所得罪的人。亚当斯以此为骨干和肌肉，以圣经信仰为血液和精神发展出自己的圣经辅导。当然亚当斯自己否认是荷蒙理的门徒，因为他们的系统以人出发点，最终点也是人，对于重生和成圣一无所知，所以他是无法接受此派的出发点，但是他感谢神让荷蒙理及其他人提醒我们，精神病者是可以获得帮助的。

B. 心理学界对圣经辅导的意见

1. 把所有精神疾病或心理冲突都归咎于“罪”或“不负责任”，心理学家们认为是过于简化问题，忽视了来自生理、背景、错误的教育等因素。
2. 我们是否可以如此笼统简化对每个前来寻求帮助的人说你有了罪，只要认罪就会好？一个人会有问题除了他的罪行外，还有许多其他问题，他的家庭、遭遇也会影响他，不是那么简单，完全不考虑这些，也有偏颇。
3. 圣经辅导强调不接受心理学的理论，但事实上亚当斯自己承认受现实疗法的影响，也接受行为疗法的技巧，这些技巧其实并不包含在圣经中可是他也使用，就表示其实适当的使用心理学理论未必是违反了心理学原则。我们不接受人本主义的个人中心疗法，对所有前来寻求辅导的人都只倾听、支持，却不指出问题，提供意见，但难道倾听、共情的态度也不能学习？
4. 圣经辅导只注重劝戒忽略倾听、同理、支持，不重视当事人的感受。其实若不能与前来咨商的人建立起信任、良好的关系，很难进一步帮助对方，甚至会伤害对方。圣经辅导对于他们失败的原因都归咎于是对方不愿接受辅导，不愿认罪，或是因为辅导员过于同情对方的处境以至于认为对方不必负起责任，却没有提到有可能是因为辅导员的態度与说话方式导致对方不愿意继续接受辅导。
5. 强调圣经权威同时，却否认神有在圣经以外向人启示真理的能力。在各种科学中所发现的宇宙间的真理虽不是直接出于圣经，却不致与神的话语相矛盾，这也是不容忽视的一点。
6. 过分强调牧师的权柄，其实牧师也是人，也受到环境、教育、个性的影响，有时对事情的看法或对当事人问题的理解不尽然全对，当然以圣经的

第七课 个人中心疗法

原则劝戒人没有问题，问题是对当事人问题的理解与解释却是受到自己“人”的天性影响，未完全。

7. 同时拒绝转介个案给专业的人，也有待商榷，学有专精，有些状况的确是需要转介的，特别是精神病。

三、评论

A. 理论已作调整

当今圣经辅导跟早期亚当斯所强调的已不同，也强调和当事人建立关系、以关怀、真诚、同理来对待对方，同时也将所有的问题都归于罪做出了说明与解释，解答有关圣经辅导的理论。学员有兴趣可参考伟恩·麦克。《圣经辅导入门—辅导原则与实践的基本指南》。台北：华神。第21章。

B. 圣经辅导对心理学的态度

圣经辅导反对把现代心理学当成一种科学来膜拜，他们在书中强调并非反对心理学或心理学者，而是不认同他们以非圣经的方式来解决人罪的问题。同时认为可以把心理学的理论，在经过透测的诠释之后可以拿来作为辅助，作为实例与细节的解说，并提供知识（《圣经辅导入门》，页438）。可惜，圣经辅导没有教导如何运用并解说那些心理学方向的资源，以拿来辅助或附属，结让人感觉他们一直反对科学或所有心理学理论。

C. 对圣经辅导的评估

立场：植根圣经、取别家所长，作辅助补充。无一种辅导方法完全有效，因都是“人”的头脑想出来的方法，但是根基于圣经，以圣经来引导人，是教牧辅导唯一目标，可有些技巧，比如“倾听”、“共情”还是可以成为我们的辅助。并不违背我们的立足点。

一、为什么要认识心理学？

1. 知道在反对什么
2. 知道所教导的吸收了什么
3. 更有效地了解及帮助当事人

二、个人中心疗法是什么？

A. 创见者及方法论

“个人中心疗法”或称“当事人中心治疗法”。此学派1940年由罗杰斯所创，是一种非直接式的辅导。

B. 人性观

相信人的本性与本能是值得信任的、能自立、能对自己负责、有正面人生取向、能迈向自我实现。人有很大的潜能能够理解自己并解决自己的问题，不需要咨询师直接干预。

C. 基本理论

人类发展的理想过程就是朝向自我实现发展。人的动力只有一种—自我实现的倾向—回到真正的我。每个人都需要他人的肯定、关怀和尊重，这些会让人健康成长，但在个人成长过程中这种需要的满足常取决于别人，也就是说能不能被尊重是有条件的，如果孩子的行为符合大人的要求就获尊重，相反则不能。这种有条件的满足常常和孩子自己本身的体验相矛盾。比如说一个孩子把东西丢在地上他感觉到很快乐、很好玩，但父母却对他说“你坏坏！”孩子为了得到父母的欢心就不再这样，但这并不符合他自己的本性，而是以别人的观念行事当成自己的自我概念（丢东西是不好的，父母不喜欢），为了要符合别人的期望、要适应环境，把别人的价值当成自己的价值，但实际上又不是自己的真正价值，这样就会产生心理失调。自我实现就是要重建个人自我概念和经验之间的和谐。要把别人的有条件的价值观去掉，不在依靠别人的条件、评价来生活、行事，而是更加信任自己，按照自己的价值观来生活，这样就可以活的真实，达到自我概念与经验之间的和谐，拿掉面具，成为真正的自己。

D. 辅导方式

1. 基本信念：这学派认为只有自己才知道自己的倾向、满足在哪里，自己才是最了解自己人，人

有主观选择的能力，只有自己才能改变自己，所以在咨商过程中将基本的责任放在当事人的身上，辅导者不可以替当事人作决定或指导对方。

2. 重视关系：这派不重视辅导者的技术和知识，重视的是辅导者和被辅导者/当事人之间的关系，还有辅导者对当事人的态度。藉着双方之间良好的关系，当事人感到被接纳、被尊重，这样当事人才能开放的去体验自我，能运用这种真诚的关系到与别人的关系之上，便能帮助鼓励当事人更能迈向自我实现。
3. 和当事人建立和谐关系的三大要素：
 - a. 准确的同理心：辅导者必须了解当事人所说的，投入到他的世界，还要努力的去反映出或说出对方感到蒙眬不清的部份，甚至他自己也未觉察的部份，这样当事人就可以更深切广泛的了解自己，并且感到被接纳和了解，会卸下自我防卫。
 - b. 真诚一致：是指辅导者在过程中努力与当事人依同体会一些经验，并以言语叙述出自己的了解。言词与当时所经验的必须一致。
 - c. 无条件地正面关怀，或是无条件积极的尊重或温暖接纳。相信对方有解决问题的能力、有好的判断力，尊重对方，不评价、不表示同意与否。

E. 辅导方法/面谈过程中特点

1. 辅导焦点是“人”，而不是“问题”，面谈目标是要帮助个人成长。
2. 看重情绪，不重视理性因素。特别看重当前情绪状况，此时此地的经验与感觉表达，不重视过去的历史。
3. 辅导过程中双方都全然投入，辅导员不是权威专家，而是同伴、朋友，以真诚、温暖、尊重、信任、了解的态度陪伴当事人，使他可以自由的表达自己的感受、探讨自己和经验自己，同时学习承担责任，自己决定目标，并且行动。
4. 个人中心疗法其实不是一套理论或教条而是一套信念和态度。

三、评论

A. 不折不扣的人文主义

与自由神学立场吻合，在人性观上与我们的信仰不符合。认为人是有能力向善，能做出对的好的选择，能达自我实现。这忽略了人类本身已经受到罪的影响，所以我们是完全的、是堕落的，是不能做出对的选择，不能靠自己达到自我实现的。

B. 不存在的自我实现

“真我”没一个标准，人类若不回到神的创造原意

中，看不到自己的堕落和罪的影响，如何能真实的认识自我？若不悔改接受救恩，进而明白神在我们身上的计划、顺服神的计划，如何能找到真正的自我？如何实现自我？若是一味随从已经堕落的人性，又会创造出一个怎样的世界？岂不是更混乱、更自我膨胀？

C. 不正确的最高权威

此疗法不主张有外来权威主宰当事人，当事人自己就是最高权威，不需要依靠他人。这也不符圣经教导。圣经才是我们最高的权威，我们需要倚靠神、倚靠圣灵而行事。

D. 不正确的自爱观

此疗法看所有问题都因自我概念与自身经验不协调，所以人不平衡、造成“自恨”，所以需要自爱，才能平衡，但是人们就是因为太自爱而不信神、不爱神、不敬神才堕落了。基督徒唯有在神的恩典与光照中才能真正的正确看自己爱自己。

E. 不全面的神观

罗杰斯只注重神的恩典却忽略了神也有公义、圣洁的一面。人不可能没有对错之分，怎能一直接纳却不指出需要悔改之处？人要悔改认罪，有时这才是问题的源头。圣经辅导认为支持、同理心不是圣经观念，因为基督徒不能支持罪恶行为，如果当事人不能按照神的方法处理问题，他所需要的不是支持他错误的回应，或是没有回应，而应该是劝诫式的提醒。

F. 可取之处

个人中心疗法所主张的辅导技巧与态度如同理心、无条件的尊重、真诚一致，其实对于辅导者的态度养成是很重要的。因为这是辅导者的基本态度，往往为基督徒所忽略，较会指责、说教和劝戒。当人感到控诉指责不受接纳，就会把自己向辅导者封闭起来，那么何来辅导？建立起好的关系，对于进一步的辅导是有相当的帮助。

第八课

认知行为治疗法、 理性情绪治疗法

一、什么是认知行为治疗法？

是通过改变思考方式、改变想法及改变行为的方式，消除不良的情绪和行为，这是个短程心理治疗方式。这方法包含很多变化形式，包括“理情疗法”（或称“合理情绪行为疗法”）、“认知疗法”，以及“认知行为疗法”。

二、认知行为治疗法的哲学基础

A. 理论基础

1. 构建组件：认知行为疗法是建立在行为主义还有享乐主义，人文主义的基础上，同时认为满足自己的幸福感是最高原则。
2. 认知第一：理情疗法认为人最大的问题“不是被事物所困扰，而是事务背后的观念。”也就是说是对事情的不正确解释和评价。所以只要改变人的信念，认知和对事物的观念就可以减轻心理的困扰。

B. A-B-C 理论

1. 认知治疗法最出名的就是 A-B-C 理论。
 - a. A (activating event) 代表诱发事件；
 - b. B (belief) 代表对这事件的解释、看法、评价（信念）；
 - c. C (consequence) 代表因此诱发事件所引起情绪反应和行为结果。
2. 解释—就是说以为 A 事件本身引起了 C—我们的情绪和行为，其实是 B—我们对这事件的看法引起了 C—我们的情绪和行为。
3. 例：一女孩因声音变得沙哑于是整个人变得很自闭孤立，不敢与人交往。以 ABC 理论来看声音改变并不直接导致她的退缩行为和自卑情绪，而是她坚持认为女性的声音应该要细细柔柔清脆的，这个观念和想法才是导致她自卑退缩的原因，如果换一个人她不认为女生声音一定要轻柔，就不会产生自卑的情绪了。所以同一事，不同的观念会导致不同的结果。不合理的观念导致不合理的结果。

C. 11 个非理性的想法

1. 人应该被周围的每个人所喜爱与称赞。
2. 人必须非常能干，完善及成功，才有价值。
3. 有些人是不好的、邪恶的、卑鄙的，应受责备及

处罚。

4. 期待或是计划得不到实现，是可怕的灾祸。
5. 不幸是由外界引起的，我们无法可施。
6. 对于危险的可怕的事情，必须非常关心，而且必须时时忧虑其危险及可怕性。
7. 逃避困难及责任比面对容易。
8. 人应该依赖他人，且须有个强者为靠山。
9. 过去的经验与事件决定及影响目前的行为，而且影响是永不消失的。
10. 人应该为问题与适应不良难过。
11. 每个问题只有一个正确答案，必须找到，不然就是灾难。

D. 三大不合理信念

1. 绝对化的要求：最常说的就是“必须”、“应该”。
2. 以偏概全：以一件小事去评价自己或他人整体的价值，比如成绩不好，等于整个人毫无价值。
3. 糟糕至极：把事情结果想得非常糟。

三、理性情绪治疗法

辅导员通过逻辑分析指出求助者不合理的认知方式，并且指导他学会用新的、合理的认知方式来取代，即 A (activating event) -B (belief) -C (consequence) -D (disputing) -E (effects) 治疗模式。

1. 找出他们的非理性观念。
2. 让对方明白自己不合理之处。
3. 然后驳斥这些非理性的念头 (D)。治疗者会用苏格拉底的问答方式来挑战当事人的非理性想法，与不合理的信念辩论（比如问当事人：为何所有的人都要喜欢你呢？这个问题到底有多糟糕？你能拿出客观的数据吗？如果不这样又会怎样？）。
4. 然后布置家庭作业让当事人练习，找出自己的非理性想法，加以挑战，运用 ABC 的理论来辨识自己的信念。
5. 代以正确的信念。
6. 用行为技巧来改变自己的行为模式使之产生新行为模式 (E)。同时也会运用角色扮演，心像演练（先想像自己在一个会产生负面情绪的环境，体会那种焦虑不安的情绪，然后再用 ABC 理论将之换成合理的信念，重新感受；多次练习后，在现实生活若遇到类似情况就可以有合适的情绪与反应）这种疗法目前经常被基督教界所引用。

四、两种疗法的差异

“认知疗法”与“认知行为疗法”，跟“理情疗法”的理论差不多，都是透过改变认知来解决情绪和行为上的问题。认知行为法则更进一步强调行为改变。所以会用行为矫正技术来改变一些特定行为，比如说自我管理技术、自我奖励、自我惩罚、放松训练等等，这些基本上是根据行为主义的方法。认为认知过程会决定行为的产生，同时行为的改变也可以引起认知的改变。

五、评论

A. 评论

1. 所谓的理性没有绝对标准。理情疗法是以人文主义为基础，高举人的理性，其实人类的理性已经堕落不能做为绝对真理的准则，人类的理性需要被救赎才能有真正的智慧。
2. 以认知为取向，对于年纪幼小、智力和文化水平不高、领悟有困难，具有偏执性人格、或拒绝改变自己信念的人，所提供的帮助有限。此外此派认为人的思想认知决定情绪，但从圣经来看，除了认知信念具有影响力，爱心也会决定情绪，真实的爱，无条件的爱，有意志力的爱都是决定情绪的重要因素，好像约壹4：18说“爱里没有惧怕，爱既完全，就把惧怕除去。”
3. 此派学说认为这世界上没有什么是“必须”和“绝对”的，不必庸人自扰，只要自己感到幸福满足就好。基督教也强调不受外界的干扰，比如凡事谢恩、知足常乐、坚忍、勇气等等，但与此派的想法不同，我们不是根据自己的幸福感，乃是定睛于神的国度；罗8：18“我现在的苦楚若比起将来的荣耀，就不足介意了”。两者对于满足和平安感来源和性质截然不同。而且在基督教的信仰中平安和满足绝不是唯一的目标。
4. 11个不合理的思想信念似乎和圣经观念类似，也有人主张可以用经文作为和当事人辩论时的补助，使认知行为疗法更有果效。但其中有一条说到“人应该依赖他人，必须有个强者靠山”为不合理，但人对神的依赖又该怎么说？同时基督徒属灵生命成熟的过程也需要依赖属灵长辈的教导。
5. 什么是合理的？什么是不合理的？谁来决定？此派并未设定客观理性尺度，认为能使自己生存、长寿、快乐的就是合理理性的，反之就不合理性。
6. 情绪像是一个温度可以显示人的内在生命状况。处理情绪，必须处理情绪之根，不能只处理表面，但情绪之根并非只有思考合理与否，而有更

深的根源，就是人与神的关系，也深深的影响着我们的情绪与行为。

B. 可取之处

1. 理念：强调认知与行动之间的平衡，与圣经所教导的一致。腓3-4章或弗4章劝诫我们要用新的想法来思考，并从事新行为使信心的种子得以萌芽。
2. 辅导方式：辅导员就是指导者，是权威信息的提供者和合理生活指导者，会利用面质，驳斥来质疑受辅者的不合理观念，再告诉他什么是合理的、合适的行为，要求行为上的改变，这些原则和方法是我们教牧辅导也会使用的，不像个人中心疗法只停留在同理与支持之中。
3. 有与信仰整合的潜力：将不合理的信念改为以圣经为标准，目标是朝向过荣耀神的生活。

第九课 行为治疗法、 家族系统治疗法（一）

一、什么是行为治疗法？

1. 辅导就是再教育：行为疗法常被称为“学习理论方法”，把辅导看作是再教育的过程。
2. 是行为主义的衍生物。
3. 哲学基础是自然主义。
4. 不相信神、灵界，或超自然存在。
5. 只相信物质和能力的存在。
6. 人类的语言和思想只是人类“自然反射”或“学习过程”的行为。并且人所有的行为和动物行为一样都是由外在环境和外在事件的刺激所引发的反应，不是自由选择。
7. 疗法焦点：行为疗法集中注意在人的行为改变，不谈人格结构。只须了解学习法则。反对采用“丰盛的生活”、“自我实现”为目标，因为这种目标踏大、抽象、无法具体评估。目标应该是具体可行的、可评估的，例如：帮助伤残者学习自我照顾达到自给自足；帮助精神分裂者学习照顾自己重返社区和家庭。

二、行为治疗法对人性的看法

1. 人的行为是有规律可寻的，“过去的行为乃将来行为最佳的预测”。
2. 人的行为是学习而来的。
3. 人的行为特点是被遗传因子和环境因素所决定

的。只要给予刺激，人的行为特点就可以逐渐形成。

4. 所以人的行为只是外在环境刺激的反应，人不必也不能为自己的行为负责（如一个习惯说谎的人并不是道德有问题，而是他说谎行为模式需要被调整改变而已。说谎行为和人格无关，因为人格并不存在，一切都是学习来的）。

三、经典实验与增强原理

1. 这一派最为人所知的两个实验：古典制约、操作制约。一个是以狗作实验；另一个以老鼠作实验。
2. 以狗作的实验：用铃声—食物—狗来做实验。摇铃，出现食物，狗流口水，这样反复多次，以后只要摇铃，狗就会流口水。这是增强。反之摇铃不出现食物，狗仍然流口水，但是反复多次后只摇铃食物不出现—狗不再流口水了，这是消灭。
3. 把实验的结果延伸到学习上，产生一种学习原理，就是增强原理。行为学派的辅导方法很重视这种增强原理。原理又分为正增强和负增强，什么是我们的增强物呢？比较初级的有食物、饮料、睡眠等基本的生存需要，再来就是名誉、地位、赞赏、金钱、自由、愉悦等心理、精神、社会层面的满足。

四、增强原理在辅导上的应用

1. 问题：孩子不能自律整理自己的房间
期盼塑造的行为：孩子自动自觉整理房间。
正增强：孩子遵循母亲教导，努力一早上整理房间，母亲大大称赞孩子，给孩子一张很想要的音乐票（称赞和音乐票都是正强化物）。
结果：女儿学会自律整理房间。
负强化物：孩子若不遵行母亲的教导则取消下周零用钱（喜欢的东西被剥夺或取消这就是负强化物）。
结果：孩子无可奈何只能整理房间以免被扣零用钱。
2. 我们在家中使用的代币制度，主日学用星星贴纸制—经句背得好就贴一张星星贴纸在纪录上，不迟到又贴一张……学期结束看收集到多少贴纸再给予奖励，都在应用这种增强原理。
3. 行为疗法也相当注重示范楷模，透过观摩适当模范，引导学习正确行为。其他还有放松技巧、循序减免等方法。

五、评论

1. 此派认为人格不存在，一切都是外在的环境刺激

而来，人不必为自己负责任。事实上从圣经来看，一个人的改变是由内而外的，并且是内外兼顾的。弗4：17-28说“心志改换一新”，要改变旧人习惯一定要从内在生命开始。内在生命的改变—重生—可以是一瞬间的事，但外在行为的改变需要日复一日操练。人也不是毫无选择能力，只能被环境操控人有选择而且人需要为自己的选择负责。

2. 增强物：行为疗法的增强物是立即可得的，好像动物一般，但是基督徒相信我们的动力是来自信仰对未来的盼望。例如服侍、敬拜神、得到天上的奖赏等等。
3. 对于人的观点太过简化，把人类的行为简化成基本学习现象的步骤，而且是跟动物一样的学习过程，把人性的复杂一面都抹煞了。
4. 对于是非善恶没一套标准，被社会大众所接受的就是善的，反之就是恶的，这种理念也跟基督徒的信仰不合。
5. 可取之处
 - a. 给予实际可执行的方案来帮助行为上的改变。
 - b. 据统计此疗法的有效性在儿童、青少年、特殊儿童（如自闭症、厌学症）特别显著。
 - c. 看重问题行为的改变，可供基督徒参考采用。

六、什么是家族系统治疗法？

1. 这种治疗取向正在快速成长，教会婚姻家庭事工可以参考调整以使用；对于此法的不合一之处也要有所警戒和认识。
2. 理论：认为“当事人”只是功能不健全的家庭的表面症状，看起来好像是“这个人有问题”，但其实不是他的整个家庭有问题，他只是一个浮现而已，好像是替罪羔羊（或称黑羊）。家庭有什么问题呢？就是成员的沟通模式、互动、传统、秘密等。此派将家族看做一个系统，系统中每成员的改变或彼此间的关系都会互相影响。这派看重的是此系统中的人际关系。

七、家族治疗模式（一）：多代取向

家族治疗共有6种理论模式，我们只取其中两种影响较大的。

1. 多世代取向：有现在、过去和原生家庭3个世代，强调自我区隔和三角关系。
2. 自我区隔：指自我在心志和情感上从家庭成员中脱离及独立，能够自我区隔就能同时顾及自己又顾及别人，做一个理性的反应和平衡的抉择。否则容易被家族支配有情绪化的反应比如说焦虑、偏执、恐慌。

3. 三角关系：在家族中有压力的情况下的两个人，会把注意力转移到第三个人身上，而让两人之间的问题潜伏下去不浮上台面。例如夫妻之间有冲突，可能把注意力转移到有反叛问题的儿子身上，暂时缓和夫妻之间的敌对状态，一旦儿子长大或是问题解决，两人的问题再度浮现。
4. 治疗模式：绘制家庭树或世代图，标明三代成员情况，包括出生、死亡、离婚、结婚、移民等要事。同时提出问题使当事人思考他们家族成员互动中的角色。

- b. 在现代文化中，家庭已面临瓦解崩溃边缘，此疗法有助正视个人在家庭的角色与责任。只要不停留在将所有的责任都推给其他人就比较能够平衡。
- c. 有关沟通，个人在家庭中担当的角色、家庭的责任等，都是圣经中所看重的，只需将原则以圣经的教导代替。

第十课 家族系统治疗法（二）

一、家族治疗模式（二）：联合取向

A. 联合取向的重要观点/元素

1. 家庭生活：认为家庭中存在的规定影响家庭成员的应变力和适应。比如说“应该如何”“不应该如何”，如果一个孩子成长过程中面对许多规定又达不到，就会有挫败感，带入成年生活，影响人际关系。认为健康的家规不多而且有一致的应用。
2. 沟通：强调开放、弹性、自由的沟通。

B. 联合取向的治疗模式

家庭树、戏剧，以心理剧重演自己的家庭三代大事等等。透过这些当事人可以更多认识自己，父母以及原生家庭所带给他的影响。

二、家族治疗模式的整体评估

1. 太多模式，意见不同，新兴阶段（1950）还没清晰理论假设，所以较难评估，弱点在理论与技巧间的关联。
2. 将人的问题追溯到原生家庭，忽略个人责任，好像人没有自我意志和责任。
3. 注重家族系统，聚焦家人互动相处、沟通、角色等引发的问题，却忽略个人与创造主的关系，也没有说明怎样的家庭才是结构健康、功能健全。家庭的价值何在？没有考虑神创造家庭制度的因素，同时标准由谁来定？—治疗者？当事人？家族中某一人？
4. 可取之处
 - a. 透过分析家庭的问题，帮助深入了解当事人的背景、成长过程、个性行为等，对于他目前的问题的了解有所帮助，辅导能够产生助力。

三、辅导过程技巧实务：建立关系

A. 教牧辅导的场景

教会。

B. 教牧辅导的过程

1. 建立良好的辅导关系
2. 收集资讯
3. 解释收集到的资讯
4. 找出问题征结
5. 以圣经真理帮助当事人明白自己的问题
6. 引导解决与帮助行动
7. 辅导结束

C. 教会辅导的首要：建立关系

1. 提防盲点：认识肢体不代表你跟他们已经建立起一个良好的辅导关系。不要只关心解决问题，或改变对方，解决对方的问题。
2. 良好的关系：信任、关怀、坦诚，扶助的关系。
3. 受辅者最在乎：你了解他们吗？你能帮助他们吗？能保守秘密吗？
4. 建立关系的态度：同理心。让对方知道你能理解他们的感受与想，也愿意关怀扶助他们。
5. 圣经中的教材提示：约伯记。大家读约伯记最注意什么议题？患难？约伯记在辅导上有很多提醒。

第十一课

辅导过程与技巧（一）

一、约伯记在辅导上的提醒

1. 可取之处：约伯遭患难，他的3个朋友相约去看他，与他同坐7天7夜，与他一起哀伤。
2. 可怕之处：约伯开口述说他的痛苦，3位朋友开始轮流陈述自己的看法、一套大理论、甚至指责约伯犯罪。
3. 同理心的重要：伯16章约伯说“这样的话我听了许多，你们安慰人，反叫人愁烦”、“我虽说话，忧愁仍不得消解，我虽停住不说，忧愁就离开我吗？”最后神还责备这3位朋友说的不如约伯。约伯的朋友完全没有理会约伯情绪“忧愁”，缺乏同理心！约伯需要的是了解与同理，情绪得到了解、认同后才能继续下一步的帮助。

二、什么是同理心？

A. 定义

就是对于当事人的处境能够设身处地，站在他的立场上来理解和帮助对方的感受，想法和需要，而不是站在自己的立场上来看待事情，抱持着一个批判的态度。

B. 同理心跟同情心的分别

同情心是不带有理智成分的，完全投入到对方的情境中，不能分辨情况，一心向着对方；同理心是你能够感受到他的情绪，但不一定同意他的观点或行为，是带有理性的，能够进入到对方的问题里还能够出来。

C. 尊重与接纳

1. 同理心是能尊重对方，完整的接纳对方。接纳他的优点与缺点，长处与软弱，接纳他跟你的不同。
2. 不能接纳对方的负面东西，就很难尊重他。会因她的软弱、不同而表现出轻视，好像琐法一样。
3. 接纳对方不代表你同意他，只表明你理解他目前的状态，了解每个人不同的表现与价值观是因为他的背景、人生经验，是因为他活在罪的挟制之中。能够接纳他此时此刻的感受，而不论断他。
4. 他感到痛苦，不能说“不要痛苦”或“痛苦是错的”。同理心是尊重他有自己的想法，你乐意接纳他的意见，特别是他和你有不同的看法时，对你有负面的意见时，我们也能接受而不会自我防卫或者生气，否则在话语、态度上就会表现出

来，伤害到对方或产生争吵。

三、同理心的表现

A. 专注倾听—聆听的重要(雅1:19“快快的听”)

1. “专心的听”、“渴慕的去听”，表示他这个人及他的事有兴趣。
2. 听的时候必须全人投入，不只用耳朵，还要用眼、用心。
3. 听的时候要“听对”，不要带着成见，先入为主的想法，以免听错，误会对方的意思。听的时候，要“澄清”听得是否对。可问“你刚刚说的意思是……对吗？”“你是不是觉得……”
4. 要听出话中的情绪，特别是那些隐藏的没有说出来的。通常我们不习惯说我们的感受，必须学习解读对方隐藏的情绪，用同理心去理解，尽量把自己放在对方的环境中。比如：“我马上要去国外留学了，我从来都没离开过父母，在国内有好多朋友，可是现在走这么远，人生地不熟的真不知道会怎样！”整句话没有一个字说到他的情绪，你是否能从他的谈话中感受到他的没说出来的情绪？
5. 用眼来听，观察受辅者的肢体语言，会带出许多没有说出来的讯息。
6. 听的时候不要轻易打断对方。
7. 不要急于下结论。箴18:13“不先听就回答就是愚蠢羞辱。”
8. 不要还没完全了解对方所说的，就说出看法。或是定罪对方如约伯的朋友待约伯。
9. 不要转移或干扰话题。
10. 要尊重接纳对方的感受，虽然不一定对，但是还需要接纳。
11. 透过肢体的表达，如点头，眼光的接触表示你在听。
12. 利用一些语助词，如“嗯，还有呢，是的，喔，然后呢……”表示你在听。
13. 倾听的障碍：先入为主、身心疲倦、外界干扰、心理防卫、只想回应、轻视问题、只听表面的字句。

B. 正确表达—言语的部份

1. 不直接说出感受造成误会：我们说出来的常是评价、事情或意见，很少说出自己的情绪！玩到半夜回家，父母明明心底担心他们的安全，说出来却是责备的话。
2. 该如何说话：雅1:19“慢慢的说”是说话不要太冲动，慢点说，不会说出后悔、错误、让人误会的话。

3. 说出感受而不是评价：“我觉得（情绪）……+ 因为（事情/背后的原因）……”
4. 从自己开始先在生活谈话中建立起正确表达说话的模式。例：
 - a. “你乱说！”→“我觉得很难过，因为你误会我的意思了。”
 - b. “你怎么这么脏乱，衣服也不好好收！”→“我觉得很不舒服，一回到家就看到衣服乱丢。”
 - c. “你要死啊？你给我下来！”→“孩子！那样危险，你不怕，妈妈会怕，快下来吧！”
 - d. “你这个人怎么搞的？我父母哪点碍着你了？”→“当你批评我的家人时，我会难过，就很难专心听你说。请你不要批评我父母，我才能继续和你沟通。”

第十二课 辅导过程与技巧（二）

一、辅导第一步：同理心建立关系

A. 同理心的回应

当受辅者跟你说了一堆他的问题，你必须要透过你的反应让他知道你听明白了，你了解他的真正意思，同时也透过你的回应让他对自己有更进一步的认识，特别是指出了他没有说出来的感受，或是他没有察觉到的情绪。

B. 以语言作同理回应

透过言语让对方知道你准确理解他们的情感跟想法，还有非言语表达一点头、微笑、皱眉、咂嘴、声音特点（音高、音调）。

1. 反映你所听的内容（事情、事件）
 - a. 把对方所说的主要内容或思想加以综合整理，用自己的话再说出来一遍。勿重述全部内容，引用最有代表性的、最重要的、最敏感的词语。
 - b. 例：受辅者陈述：“我和女朋友已经相爱半年了，可是我父母不同意，我母亲喜欢我女朋友、可我父亲反对我大学谈恋爱。我很苦恼，书也看不进去、晚上睡不着，不知怎么办才好。”
辅导员回应内容反映：
“你俩相爱半年了？”
“你父亲不赞成大学里谈恋爱？”
“你说现在看不进书、睡不着？”
“你不知道该怎么办？”
“你认为和你女朋友彼此相爱，你母亲也同意，但你父亲不同意因为他不希望你大学期间谈恋

爱，是这样吗？”

- c. 如此将对方所说的内容反映回去，对方不但知道我们听明白了也可澄清。把握重点不同引出来的话题也会不同。
2. 反映你所察觉的情感（感觉、情绪）
 - a. 将对方的情绪表达出来—听出对方话语背后的情绪。
 - b. 例 1
受辅者陈述：“我马上要去国外留学，我从来没有离开过父母。在国内有有很多好朋友。可现在一下子走这么远，人生地不熟的，真不知道以后会怎样？”
不同的回应方式：
“出国是好事啊，有什么好苦恼的？”——完全忽视对方的感受。
“你看上去聪明又漂亮，你没问题的！”——没有体会到求助者的担忧和迷茫。
“你以前没有独立生活过，现在一下子要出国，在异国他乡独立生活，是很不容易的。我能理解你这种的不踏实。”或“我能体会你现在不安的心情，如果是别人也会有这种想法的，现在让我们来分析一下究竟会遇到那些问题？”——主要是让对方感觉到被理解、尊重、接纳。
 - c. 例 2
“你说你同事在背后挑拨是非？”——内容反映；
“你似乎对他非常生气。”——情感反映。
你的反映必须要正确，有的时候我们接受到的可能不是对方的感受，所以我们在开头的时候可以这么说：
“我感到你觉得……”
“如果我没听错，你感到……”
“你好像在说……”
这些开头可以帮助我们澄清是否正确反映对方陈述的内容与情感。

二、辅导第二步：收集资料

A. 从经文看收集材料的重要

以利看见哈拿祷告时只动嘴唇、就认定哈拿喝醉了，立即责备哈拿；甚至没有闻哈拿身上有没有酒味。约伯三友也是：一开始就以自己的想法认定约伯的问题所在，既没有询问约伯也没有收集资料，在辅导的过程中若是忽略资料的收集就会影响我们对问题的诠释。

B. 收集什么材料？

1. 往深处探讨：原因—当事人谈自己的问题时很可能因种种原因不会将事情始末说清楚，甚至会轻

轻掠过重点，或是没有意识到问题的重心，只谈论枝节问题。比如妻子抱怨丈夫不关心她，两人无法沟通，要进一步了解妻子如何跟丈夫说话；或进一步问夫妻之间的闺房之事是否和谐，当然问的时候要有技巧，不要让人觉得你是在打探隐私。这样有助深入了解核心问题。

2. 收集一般性资料：问有关生理的一身体健康状况、灵命状况、人际关系、嗜好习惯、价值观、成长背景等。帮助我们对受辅者认识加深，进而分析他的问题。

C. 如何收集资料？发问和探谈

1. 如何发问？多用“开放式”问话、少用“封闭式”问话。

- a. 封闭式问题：“要不要、有没有、对不对、是不是”。

- b. 开放式问题：“什么、如何、为什么、能不能”
什么—可以获得事实、数据。例：“你为解决问题做了些什么呢？”

如何—可以探讨事情的过程、次序、或情绪性的事务。例：“你是如何看待这件事的？”

为什么—探讨原因。例：“你为什么不喜欢……”建议少用“为什么”问话，因这会令受辅者觉得被审问（因为要说明理由），暗示对方是错误的：“你为什么失约？”“你那里出了什么事啊？”

能不能—可以促进自我分析。例：“你能不能告诉我你是如何表达的……”

2. 开放式的提问让对方有机会说明自己的问题、思想、情感。提问时要注意：

- a. 慎问隐私性问题。不是为了满足好奇心，或窥探隐私的欲望来提问。

- b. 用反问来回答—发问：“这问题很有意思，你认为呢？”“这问题很难回答，你的看法如何？”
这样的提问可以让对方更多表达自己的想法，可以帮助我们更多了解对方，从中分析是否有跟问题相关联之处。

3. 其他的收集资料的方法：跟其他相关人士谈一谈。

三、辅导第三步：解释资料

A. 分析资料

将收集到的资料根据当事人的状况做一个分类，比如说当事人的问题是情绪问题？夫妻沟通问题？亲子关系？生理问题？问题的根源是什么？罪？自我中心？缺乏正确观念？跟神关系疏远？如：财务上的危机，投资不力很可能是贪心，教牧人员需要去

分辨，藉着祷告与圣灵同工，使我们明白问题的症结是什么，不要只看问题表面。好像夫妻沟通不良，只教他们学一些如何沟通的技巧，其实他们的症结是自我中心、不顺服，圣经中对于这些问题的教导是什么？必须以圣经的教导使他们面对问题。

B. 向受辅者解释资料发现

1. 将观察到的结论以爱心、温柔的态度解释给当事人听。帮助当事人能够客观的正确地看待自己的问题。如果当事人不同意解释，可能是判断错误，需要再搜集更多的资料；或结论是对的但对方不能够接受，那便要以爱心提供指引，让他学习以圣经的角度来思考自己的问题。

2. 我们要带着爱心，以温柔的态度来说，千万不要以论断的态度来表达。当事人可能会因为面子问题不愿承认，也不要强迫他承认，在对方预备好的时候就能够继续下一步，否则只是把对方逼离中断辅导。观察你跟对方的关系是否已建立足够的信任，考虑对方的状态、情绪、灵命，才决定是否合适作当面对质。如要面质，语气不要太咄咄逼人。教会里牧师和会友之间的关系是不同的。如果牵涉到真理和罪的问题，比如奸淫、异端之类的，对方又不肯悔改，那就要按照教会的章程来处理。

四、辅导第四步：以真道使人归正

1. 以圣经的真理教导当事人该如何改变，给他正确的观念，帮助他脱去旧人穿上新人。

2. 帮助他计划一些行动，可以一步一步按部就班地去行，但是注意一点你给的指引必须要恰当适合当事人当时的实际状况，考虑到当事人的情绪、灵命程度等等。

3. 辅导最终目的在帮助当事人恢复过荣耀神的生活。

4. 引导方式可因人、情况而不同，方法不拘：有人需要解说、提醒；有人一点就通；有人可能需要权威劝戒，这些都需要我们慢慢累积经验。

第十三课 青少年辅导

一、青少年辅导事工的难题

1. 内地教会青少年人数屈指可数，严重流失；人数少自然也吸引不了其他的年轻人来教会形成恶性循环。
2. 从团契来看，有些教会青、少年共组成一个团契，年龄层面大，因为需求不同，所以此也形成部份成员逐渐疏离团契活动；同时教会中的活动不如外面有吸引力，年轻人更中意流连网吧、与朋友相聚。
3. 青少年参加教会团契活动的动机不同，追求信仰的热诚有所差异，此形成团体辅导上的困难。
4. 缺乏主动性，有些成员碍于升学的压力或其他因素，无心参与团契聚会，往往只是期待在团契中享受朋辈相处的亲切、融洽；基于升学主义加上文凭至上，部份家长可能并不鼓励子女参与教会团契或担任团契干部，担心花太多时间影响课业，如果接近考试期间，以课业为重，甚至于反对家中青少年参与团契活动。
5. 教会中没有人会做青少年辅导。

二、青少年辅导事工发展的急迫性

1. 为教会发展：教会老化断层，未来没有接棒人。
2. 为帮助父母：看重青少年事工等于和他们的父母一起来建立、教育下一代。

三、青少年的特性

1. 定位：12-18岁。
2. 生理特点：身体变化迅速，声音变了，第二性征明显。
3. 心理特点：很在意自己的外表。
4. 在思想与认知方面也日渐成熟，渴望独立、被认同，希望大人特别是父母能够把他们当大人看待，可是实际上他们还不够成熟，所以在期待与实际上就有了落差，这也造成他们的挫折与混乱，这时期的青少年情绪不稳定，喜怒无常算是处于一个风暴期。
5. 社交特点：对异性有兴趣。特别看重朋友，希望自己是同侪团体中的一份子，所以同侪影响比家人大，待在家庭外的时间渐渐增加，容易受同伴的影响。
6. 信仰变化：从小在基督教家庭信主的孩子，开始怀疑自己的信仰，怀疑真的有神吗？怀疑这是我们神还是家人所信的神？信仰和现实生活的关

系？有时也会为反抗权威而反抗信仰。同时所信的不能在生活行出来，信仰两面化。

7. 面对问题：苦于家中与父母的不和谐关系，或在学校中交异性而发生的感情困扰、同侪压力或学业无成就感、就业出入的找无门路，或因社会诱惑而犯下错误之苦等；还有就是网路的使用不当、色情网路的引诱等等，年轻朋友，也只能随便找身旁亲近者来出意见。往往也因此，他们就更远离神了。
8. 特殊需要：须要人给与接纳、肯定、欣赏、尊重。但是父母却一时还不能接受孩子已经成长，需要尊重，试着把他们当成大人来对待。同时在中国隔代教养的情况很多，祖父母不能了解青少年的需要与变化，而父母因为相处时间少也形成代沟，因此亲子关系紧张，教会要帮助家中有青少年的父母甚至是祖父母来理解这时期孩子的需要，同时也要和青少年建立起良好的关系，让青少年人有一个能抒发、说出心里话寻求帮助的管道。

四、如何发展青少年辅导事工？

A. 辅导者的态度

1. 家和朋友：教牧同工必须让他们感到教会是他们的第二个家，教牧同工是他们的朋友，更是导师、“亦师亦友”的角色。因为他们不想再被督导，又找不到出路，求助又怕家长式的责骂。所以，要很有智慧地成为他们的朋友，从而成为他们的导师。叫他们有问题时，就晓得教会是他们最安全的避难所。
2. 同在同行：必须要接纳他们，他们一起度过这风暴期，跟他们一起做决定，尊重他们，相信他们，他们自然就能对辅导者产生信任。
3. 榜样佳模：他们以辅导者为榜样，在辅导者的欣赏和接纳下建立自我形像，并在辅导者的指引下学习承担责任，又愿意将心底话正面地向辅导者分享、寻求指导。

B. 辅导方法

1. 同理心的应用，多倾听。
2. 模范法：以身教带着他们一起生活、服侍。平时相处要多听他们说，但不是光听就好，还要教导他们合神心意的思想与行为，可透过团契、讲座来进行。
3. 青少年辅导事工可分为成员个别的辅导及团体的发展—即团契事工，而团契事工一般又可分为固定例行的聚会及节期、其他特别计划等。

C. 个别辅导

可主动关心教会中的青少年，平时就跟他们建立好关系，打成一片，听听他们的心声。需要时可以个别的约谈，轻松地聊聊日常状况，明白他们目前的生活的难题。若是青少年人有一些困扰，辅导员可以听听他们的心声和问题，同时适度地说说自己的经验，让他们明白是被了解的、不孤单的、不是唯一受此困扰的人，可以建议、引导，明白什么才是对的，圣经中是如何看待他们所困扰的问题。这时期的孩子是渴望被当成大人的，所以不要发命令，而是引导他们去思考正反两面，决定带出的结果、影响，同时带他们看圣经，圣经中是如何看待的，然后帮助他们做出合神心意的决定。比方说这时期的孩子对性的困扰，特别是色情网路，可以先听他们的感受，让他们知道这时期对于性会有兴趣是正常的过程，然后分析沉迷于其中所带来的结果和影响，圣经中的看法，如何来拒绝这样的诱惑与捆绑。也可以说说自己的经验，成功的或失败的见证都可以成为他们的帮助。

D. 团体辅导

可以为他们建立团契或小组。教会想要吸引青少年可以注意以下几点：

1. 提供青少年正常社交活动的空间。教会可在平时开放，青年人活动的地方。或设计适合青少年的聚会，有活动交流。
2. 活动要有吸引力。除了查经，也要举办户外活动：郊游、探访孤儿院、运动比赛等，查经也可以活泼化，可以举办查经比赛。还可以举办两性讲座、恋爱交友讲座、升学辅导等等。假期可以举办青少年夏令营；如有足够的资源开办英语查经，英语夏令营。最好是让他们设计活动内容。
3. 青少年在教会团契中能有所学习、训练。给他们适合的服侍机会，比如：让他们组乐团，学习不同乐器，在团契中带敬拜，渐渐成熟后再带大礼拜的敬拜。或是舞蹈、打扫教会。为教会中其他的团契小组服务。主要让他们参与事奉发挥专长，能获得成就感及归属感。
4. 信仰获得培育。不只理性的认识信仰，也能有感性的信仰生活体验，如祷告、读经、默想的操练，及个人信仰生活分享等。使信仰与生活不脱节。
5. 有被接纳的感觉。教牧人员需要接纳这一时期的孩子反反复覆，对信仰的怀疑等等，以爱心、耐心来陪伴、等待他们的长大。这样他们比较不会在教会以外的群体中寻求认同。
6. 对青少年父母的关心、同行与教育。为父母们开

设亲子研习班，帮助父母、祖父母了解这时期青少年的发展特性，教导亲子沟通的技巧，经验交流等等，也可以组成一个祷告小组，集合有相近年龄孩子的父母，彼此鼓励代祷。

7. 任何在信仰团契里的活动，其目的皆应是为增加对真理的追求，帮助信仰与生活合一。所以除了满足青少年的需求，圣经真理的教导依然最需要。要注意，团契的辅导不是用以监督或管教青少年的。他们应是一群能随时都做青少年的朋友的伙伴，能接纳青少年那尚未成熟的高谈阔论、奇怪的信仰疑问；能够不耻笑青少年人，以热忱和正确的信仰态度，陪伴青少年朋友共同体验，是今日教会的青少年团契辅导或领导者，应当尽的角色和责任。

第十四课 婚前辅导

一、婚前辅导的对象

凡适婚年龄，有固定对象，即将结婚的未婚男女。

二、婚前辅导的目的

帮助即将踏入婚姻的未婚男女做好婚前准备，预备好自己的心，进入二人一体的婚姻世界；并预防双方在婚姻生活中许多不必要的冲突、争吵，甚至分离。帮助婚后建立幸福美满、合神心意的基督教化家庭。

三、婚前辅导的具体目标

1. 评估男女双方的适婚度；
2. 增加对己对彼的认识度，强化彼此的关系；
3. 提供婚姻生活的教导，建立正确的婚姻观；
4. 帮助建立基督教化家庭；
5. 增加婚后辅导的机会；
6. 协助婚礼的预备等等。

四、婚前辅导的益处

1. 使男女双方在结婚之前能够知道婚姻的真相和婚姻的优缺点，不因过分乐观或悲观而导致在婚姻适应上要面对不必要的困难。
2. 一起学习面对结婚之后的种种课题，事先教导双方某些技巧，训练他们处理某些问题的模式，使他们一辈子的婚姻越加幸福。

五、教会的责任

1. 不止提供婚礼的场所；
2. 传道人并非只担任婚礼的主持人；
3. 教会必须提供婚前婚后的教导与辅助，以便实际帮助信徒建立基督化家庭。因此必须要求对方接受完整的婚前辅导之后，经评估适合现在结婚才予以证婚。若经评估双方不够成熟，则应建议暂缓婚礼之进行，并予以辅导，直到双方预备好为止。

六、婚前辅导的内容

周次	大纲	时间	辅导教材
单元一	知己知彼、原生家庭的认识	两小时	问卷、心理测验
单元二	婚姻的定义与期待	两小时	问卷、讨论
单元三	圣经婚姻观	两小时	问卷、讨论
单元四	夫妻角色的认知	两小时	问卷、讨论
单元五	沟通的艺术	两小时	问卷、讨论
单元六	家庭祭坛	两小时	书籍阅读
单元七	家庭预算	两小时	计划表
单元八	促进家人关系（婆媳问题、住处问题）	两小时	书籍阅读
单元九	性与婚姻（避孕、生育计划）	两小时	问卷、讨论、阅读
单元十	婚礼筹备	两小时	有关资料

七、课程说明

1. 单元一至四的目标为评估适婚状况：一般来说，前来接受婚前辅导的男女已决定不久将来要结婚。不过，在婚前辅导中仍要客观地协助未婚男女理智了解他们的状况、个人成熟度、彼此的认识与关系是否已经适婚。当结果出来是他们目前不适合马上结婚时，辅导员不应像审判官似的判定他们不能结婚，而应带着关怀的心让他们了解，虽然他们尚不宜匆促成婚，但他愿意提供机会与时间继续辅导帮助他们，使他们适合结婚。
2. 单元五的目标为强化双方的关系：婚姻关系恶化的主因是沟通失调。夫妇间若有良好沟通，他们的关系必会强化。因此沟通确为婚姻要素，良好沟通促成容易了解、接纳和适应对方。本单元专注于帮助未婚男女学习建设性的沟通方法。
3. 单元六至九的目标为提供婚姻生活教导：婚姻生活现实繁琐，不是只有所谓“爱情”就够。因此辅导过程中提供实际婚姻生活面对的问题，并给予辅导是很有帮助的。教导这些实际问题时，辅导员可以自身经验或以帮助别人处理婚姻问题的

经验，以亲切非权威性的方式来教导。让参与者提出看法与问题，并互相讨论。若对部份课程经验不足或不甚了解，可借参考书籍并鼓励受辅者阅读相关书籍。必要时可邀请专家协助教导，并参与讨论。

4. 单元十的目标为协助已通过辅导课程的准新人筹备婚礼事宜，避免手忙脚乱。

八、辅导方式

1. 小组方式—若报名人数很多则以小组方式进行。以4-6对为主。
2. 个别辅导方式—若只有一对，又必须立刻进行辅导，则采个别辅导方式。
3. 每周上课一次，每次两小时。
4. 有时可安排小组出外作周末营或假日营（适合于沟通的单元）。
5. 使用问卷测验、彼此讨论、实际演练、阅读相关资料与书籍等方法来进行辅导课程。

九、小组规则

1. 尽量不缺席。
2. 以分享经验为原则，不公开讨论私人性问题。
3. 按时完成课外阅读。
4. 保密。

十、进行地点

以舒适、有家的感觉为主。

1. 传道人的家中。
2. 愿意开放家庭并投入协助辅导的年轻夫妇的家。
3. 协谈室或传道人办公室，最好不要坐在办公桌后面辅导。可在办公室放置沙发，营造温馨气氛。

十一、附录：各单元内容

单元一：知己知彼、原生家庭

1. 方式：使用问卷测验。
2. 目的：透过问卷，辅导员了解受辅者，知道从哪一方面帮助对方。也能让受辅者更认识自己也更认识对方，以及对方的家庭。特别是有些领域在平常不会触及，藉问卷却可触及，达到知己知彼之目的，明白自己的个性、优缺点等，学习接纳自己也接纳别人。从问卷中也可以得知家庭所带给他们的影响，比如说如果他是处在一个充满敌意的环境长大，那么他的个性很可能也是带有批判性的，对以后的相处可能会出现一些问题，所以如果我们在婚前能找出这些有问题的个性，就可以早些找出解决的方法。

3. 方法：做完问卷后，引导双方讨论，达到彼此了解，并提供学习沟通的机会。

单元二：婚姻的定义与期待

1. 方式：问卷作答。
2. 目的：透过问卷作答方式了解男女双方结婚的动机以及对婚姻的期待，并藉以评估双方是否够成熟承担婚姻生活。辅导双方了解彼此的看法与期待并作出适当的调适。
3. 方法：问卷作答以及讨论。

单元三：圣经婚姻观

1. 方式：查考相关经文。
2. 目的：藉查考圣经，明白什么才是合神心意的婚姻观，并辅导、建立受辅者将婚姻观建立在神话语之上。婚姻是一辈子的事，要在神面前守约。建立守约的概念，相信婚姻是一生的约定，要学习负责，不轻易放弃，基督徒并能从中学习“恒久忍耐、永不止息”的爱的真谛。
3. 方法：查考太 19：4-6，按提纲讨论分享。

单元四：夫妻角色的认知

1. 方式：问卷、讨论。
2. 目的：使双方进一层了解彼此角色。为帮助婚后在角色上有较好适应，用问卷让双方认清相互之间的角色。过去夫妻的角色是固定的一男主外，女主内；只要做好本分，婚姻就可维持一辈子。但现代人的婚姻，男女角色较有弹性，因此要了解双方对彼此角色的期待。如果是合理、对方能接受的，就没有什么问题；如果不切实际，就会在婚后产生种种冲突。辅导员应帮助他们分辨与调适。可以按以弗所书的信息来教导，就是男人需要尊重，女人需要爱。
3. 方法：让他们分开作答问卷，之后辅导员把两人的答案一起比较，计算出彼此之间的误差值，就可断定是不是两人之间的角色认知差距太大。辅导的大前提是让他们体会到夫妻之间的差异并不重要，最重要是学习如何面对差异。对婚后角色有不同意见时，夫妻两人可开始去寻求妥协，寻求互相适应的方法。

单元五：沟通的艺术

1. 方式：实际演练。
2. 目的：男、女在沟通与情绪表达方面是不同的，本单元主旨即在帮助男女双方了解这个差异，进而训练两性沟通技巧与如何正确表达情绪。可以使用前面教过的倾听、说与回应的方法来教导双

方沟通。

3. 方法：藉填写问卷了解自己的沟通风格。藉实际演练来学习如何表达与沟通。阅读相关书籍。

单元六：家庭祭坛

1. 方式：阅读、讨论。
2. 目的：帮助未婚夫妇婚后建立基督化的家庭。
3. 方法：藉着书籍、刊物的阅读，建立起基督化家庭的观念。同时用讨论的方式来帮助他们思想将来要如何建立家庭祭坛。

单元七：家庭预算

1. 方式：预算的编列与开支的协调。
2. 目的：对于年轻人的婚姻而言，最现实的事莫如经济状况的冲击。新婚夫妻因经济问题起冲突不一定因为没钱，而是对金钱的态度和用钱的方法所引起的。所以应在婚前就开始这方面的计划，学习有效担负起管理家计。
3. 方法：观念的沟通以及实际执行预算的编列。
4. 观念沟通—新婚夫妻一般在经济上容易有的争执有下列几种，可提出让双方讨论、沟通并协调：
 - a. 婚后要租什么样的房子？房租大约多少钱？
 - b. 要花多少钱布置新房？
 - c. 每个月要给父母钱吗？要给多少？
 - d. 妻子可以拿钱回娘家吗？可以拿多少？
 - e. 夫妻之间能不能各存“私房钱”？平时零用钱各应该为多少？
 - f. 婚后如何行使基督徒的奉献？
 - g. 两人的收入如何处理应用？

单元八：家庭关系

1. 方式：讨论新婚之后的姻亲关系。
2. 目的：中国人向来注重家庭，结婚的意义有时是家庭内多了一个人，而不是一对年轻朋友重组一个家庭。如何帮助新婚夫妻面对两个家庭的种种需求是一个非常重要的问题。
3. 方法：问题讨论、观念沟通与协调。
4. 内容：
 - a. 与家人同住呢？还是自己搬出去住？
 - b. 婆媳问题的处理。

单元九：婚姻与性生活

1. 方式：问卷作答、问题讨论、邀请专家演讲、阅读书籍。
2. 目的：建立健康的性知识与做好婚后生育计划。比如说要生几个小孩？如果没有儿女怎办？如果儿女生下来不健康怎么处理？在性这方面则要帮

助他们了解婚前守贞的重要性。

第十五课 婚姻辅导

单元十：婚礼的筹备

1. 为什么要协助新人筹备婚礼？婚礼筹备事务繁琐众多。如再加上双方家长对婚礼诸多要求，风俗习惯，压力就更增加。因此教会有责任在婚礼筹备这一方面帮助新人，指导他们如何去筹备、作计划，以及提供一切需要的帮助，使婚礼的筹备可以尽量完备。协助他们有详细的婚姻计划和预备。
2. 筹备些什么？婚前的诸多预备，节目安排，亲友婚宴邀约和场地安排，是否一定要在教会举行婚礼，如何安排招呼亲友，特别是一些不信主的朋友，如何有机会见证主等等。
3. 教会是否可以为一些不信主的人举行婚礼甚至证婚？答案应该是不合适的，婚姻对基督徒来说，在神面前的立约是有意义的，婚姻不只是人与人的立约，也是人在神面前的一个对婚姻委身的约定，一些不信主的人可能羡慕教会的氛围，他们希望在教会结婚，但如果双方都不信主，又或是只有一方信主，身为牧者传道的，都应该向他们表明教会的看法。
4. 也应该留意双方的心理因素，心理健康影响婚姻：
 - a. 美满的婚姻需要两个健康的人才能长久维系。
 - b. 未解决的内心冲突，很难靠婚姻来获得解决。
 - c. 健全的自我概念有助婚姻关系的维持。
 - d. 若自己或对方有心理健康问题，一定要先面对解决，才适合论婚嫁。

（关于每个单元的问卷与题目请参考讲义的附录“婚前辅导手册”）

一、夫妻出现问题的原因

A. 缺乏沟通的机会或是观念

男女恋爱时期和真实夫妻生活是截然不同的，夫妻之间沟通是必要的，沟通也需要明白学习一些沟通的技巧，雅 1：4 “你们各人要快快的听，慢慢的说，慢慢的动怒。” 首先帮助夫妻两人明白什么是沟通，就是要听的对，说的对，反应的对（参第十一、十二课）。

B. 缺乏成熟的人格特质

成熟不一定是年龄，也包含了心理。往往我们对配偶有过高的期望和期待，婚姻真正的意义，不是找十全十美的另一半，而是学习做努力改善自己缺点，不是找合适的人，而是学习做合适的人，一个努力求进步的人。成熟的特质是不断学习成长的特质，辅导者可以鼓励双方订一个目标一起学习一起成长，一起计划，有共同目标。

C. 要求过高，企图改变对方

婚姻中一个很大的困难就是对对方的要求过高，期待着完美的配偶，希望对方样样都合心意，否则便觉得对方达不到理想与要求。因此磨擦就产生。一对夫妻结合后，应该共同得到爱和安全感，重要的是彼此的尊重、接纳，不要企图改变对方。辅导的原则是帮助当事人检视自己问题，反省自己而不是改变对方。

D. 对婚姻不尊重

婚外情，离婚的问题越来越严重，同时认为婚姻合则聚不合则散。要帮助双方认识圣经中对婚姻的观念，婚外情是罪，离婚不合神的心意来帮助双方建立起正确的婚姻观。

二、婚姻辅导的目的

1. 重新建立夫妻间沟通的渠道，鼓励他们多表达自己的感受。
2. 帮助夫妻两人彼此接纳，停止意图改造对方。要懂得欣赏对方。反省自己的问题。
3. 中断夫妻两人以恶报恶，以牙还牙的报复心理，特别是恶言相向。
4. 学习减少向对方要求，增加自己的付出。
5. 双方要委身基督，清楚认识圣经对夫妻之间和婚姻的原则，切记不轻易开口说“离婚”两字。

三、辅导技巧

A. 倾听问题，不要马上论断说谁对谁错

他们最大的需要是有人听他们说话，明白他们的痛苦，问题，所以倾听很重要。要接纳他们的情绪，当他们的痛苦被理解之后，也要帮助他们解决实际上的需要就是改变。

B. 着重认知行为的改变

夫妻两人会出现问题，冲突多半是在认知上有错误，在行为上不正确，所以辅导时需要帮助他们认识到自己的错误，不合圣经的地方，然后帮助他们知道什么是对的合乎圣经真理的观念，帮助他们找到方法来改变自己（认知上及行为上）。

C. 可采取分开辅导及双方共同辅导两种方式

如果分开会见两人可以对每一方面更加准确的了解，但不可只听一方说词，也要听另一方的感受。如果一起会见就可以趁机观察两人之间的沟通状况，以便做出辅导。可以两种方式是交互使用，第一次时可能是听单方面的诉苦，下次就可以邀请两人一起来会谈，之后再分开个别会见，帮助个人的需要，然后再集合一起帮助双方沟通承诺做出努力与改变。

D. 可用小组方式来做预防性辅导

比如说夫妇团契，家庭导友方式，在平常聚会时就可以给与正确的沟通观念，相处的艺术，如何防止婚外情等等。甚至利用家庭导友方式可以进行一对一的陪伴，以一个健康的家庭来陪伴另一队需要成长的家庭。

四、婚外情辅导

如果夫妻一方有外遇，坚持要离婚该怎么辅导？

A. 对犯错的当事人（包括第三者）

如果外遇的是教会中的肢体，要以圣经来劝诫他，指明此事是得罪神的，应当悔改，站在辅导者的立场会提醒外遇者各种副作用与压力，并建议其尽可能中止外遇关系，因为外遇通常会导导致婚姻破裂，并伤害一个人的名誉、道德、精神和财富。若是不悔改则要按照教会中的章程来处置，暂停圣餐等到悔改。如果悔改了终止了外遇关系，更要试着治疗婚姻和家庭，试图恢复配偶的自尊和家庭的信任、温馨。

B. 对当事人元配的辅导

1. 知道配偶有外遇，元配第一个感受到最大的羞辱

跟压力，使婚姻立即陷入危机。此时受伤的一方会连问四问题：我的忍耐极限在哪？我对婚姻还存有什么希望？离婚是最好的选择吗？子女、财产、情感……怎么办？

2. 我们需要倾听他的痛苦烦恼，帮助他面对这个风暴，不能替她决定要不要离婚，只能告诉她圣经的原则，因为淫乱的问题圣经是准许离婚的，但其实神的心意是不喜悦离婚，这种决定是当事人必须做的，因为她必须承担随之而来的问题。不离婚，要等待配偶的回头，而这种等候不知道要等多久，在等待期间她要忍受寂寞，忍受煎熬孤单。若是离婚，要承担独自生活、教育儿女、经济上的压力。
3. 我们可以帮助她先看清楚婚姻问题的所在，要看到造成外遇的背后原因，是因为沟通不良？相隔两地？过分要求？婚姻中缺乏新鲜乐趣？先检视原因，再反省自己在这些方面是否有所缺失，然后做出需要改变的行为，向配偶先承认错误，学习欣赏、赞美配偶等，然后等候神的作为，也等待配偶回头。
4. 停止因着外遇事的争吵。帮助当事人停止情绪性的反应——哭二闹三上吊、闹到配偶的上司那里，把配偶推出去；而是把配偶吸回来。

C. 如何辅导愿意悔改的犯错当事人？

1. 除去猜疑，坦承面对问题。有外遇的一方须要谦卑承认自己的罪，请求对方的饶恕并做出承诺，帮助对方相信自己的悔改，一同携手努力未来的婚姻生活。
2. 夫妻共同承担责任。不能将责任单单放在某一个人身上，婚姻出问题是双方面都有责任的。
3. 夫妻共同努力切断外遇的诱惑。有外遇的一方要努力切割与第三者的关系，元配也要努力帮助配偶切割，并增加自己的吸引力。
4. 夫妻追求圣洁的生活。不要去不合宜的娱乐场所，不要沉迷色情网路、电影。
5. 夫妻学习以合宜的态度与方式对待对方。妻子顺服、尊重丈夫；丈夫要爱妻子如同自己。
6. 重建信任。鼓励被背叛的一方实行四不政策：不批评、不论断、不指责、不定罪。不要再去侦查队方的行动，要学习信任，免得这种不信任的举动引起不良反应。
7. 再度肯定婚约誓盟。可以帮助双方重新在神面前举行誓盟，在神面前立志遵守婚约。

第十六课

离婚与再婚辅导

一、基督徒可以离婚吗？

1. 婚姻，是在人在神面前的立约与起誓。这约不仅在人面前有效，在神面前也有效。同时，除非合乎神的解约标准，否则，即使依照国家法律已经离婚，在神面前依然没有解除婚姻约的关系。
2. 婚姻是终生有效。圣经的教导：人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。
 - a. “人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。”（创 2：24；太 19：5；弗 5：31）既是一体，可以分开吗？
 - b. 主耶稣说：“既然如此，夫妻不再是两个人，乃是一体的了。所以，神配合的，人不可分开。”（太 19：6）
主耶稣肯定婚姻的永久性，而婚姻则是神所设立的。其次，耶稣指出，摩西定出的离婚条件，是因人的罪、自我，而被迫作出权宜之计，神原来的意思，绝对不是这样。
3. 只有两种情形，可以在神面前使婚姻关系失效：“死亡”和“淫乱”。圣经许可的离婚或再婚条件如下：
 - a. 另一方淫乱。“凡休妻的，若不是为淫乱的缘故……”（太 5：32，19：9）
 - b. 另一方未信主，且由未信主的一方提出离婚（不是由已信主的一方）“倘若那不信的人要离去，就由他离去吧！无论是弟兄，是姐妹，遇着这样的事都不必拘束。”（林前 7：15）
4. 圣经没有教导：
 - a. 耶稣无教导无辜的一方一定要同不忠配偶离婚。
 - b. 圣经没说个性不合可以离婚。
 - c. 没说没生小孩可以离婚。
 - d. 没说另一方生重病成植物人可离婚。
 - e. 没说婆媳不和或双方家长不合可以离婚。
 - f. 没说天天吵架可以离婚。
5. 但有特别情形比如婚姻中的暴力，威胁到生命，这时候选择离婚我不会去论断他是否有罪，我会接纳他的选择。
6. 重点：尽量帮助教会中的夫妇不随便选择离婚，要尊重婚姻尽力经营好婚姻来荣耀神，目的不是要来定罪他们离婚是不是有罪。

二、如何辅导想离婚的夫妇？

首要关注：教牧辅导人员首先要帮助对方明白什么是婚姻，同时提出和好的可能性，而不是专注解答

他们可不可以离婚。

1. 帮助他们找出婚姻出问题的症结点是什么？是沟通不良？长期分居两地？姻亲关系不好？外遇？经济问题？生育问题？孩子教育观念不同？
2. 请他们谨慎的考虑以下几个问题：离婚是不讨神的喜悦的；离婚对家人所造成的影响，例如孩子、父母。离婚真的可以解决问题吗？有没有其他的方法解决两人之间的问题？比如说反省自己的问题，改变自己，以盼望耐心等候。离婚后是否可以单独生活？
3. 再来帮助他们思考自己在婚姻中所扮演的角色是什么，是不是有什么地方没有扮演好？好比一个妻子是否按照圣经的角色扮演好妻子的角色尊重丈夫，顺服丈夫？做丈夫的是否不够爱妻子？经常忙于工作应酬疏忽家庭？
4. 针对问题作出改变，比如妻子要学会尊重丈夫，不要在言语上贬丈夫太过强势，丈夫学习分配时间给家庭，帮助两个人学习沟通的艺术，爱的语言等等，重点是个人反省自己而不是将指头指向对方，先从自己做起，改变自己，向对方认错，尽力弥补挽回，同时祷告等候，一个出问题的婚姻不是马上就可以改善的，需要时间来修补，坚持等待。外遇部份这点可以参考婚姻辅导婚外情的辅导部份。

思想准备：可能我们尽了一切努力要挽回这些面临破裂的婚姻，但有时候分居或是离婚还是无可避免的，对方不但不外遇要离婚，并且以暴力胁迫离婚，这种情况离婚可能是最好的解决方法。那么接下来就要帮助他面对离婚后的适应问题了。

三、协助离婚者注意适应的问题

1. 以爱来接纳关怀对方。离婚者常会有孤单、仇视、缺乏安全感、罪咎感，被拒绝等等负面感受。这时弟兄姊妹要扮演治疗者的角色，尽可能以爱心，关心来医治这颗受伤的心灵。
2. 不要用有色的眼光来看待他。让时间去平复他的心境。离婚虽然不合神的心意，但只要他认罪悔改，我们还是要接纳他，因为没有一样罪主耶稣不能赦免。
3. 帮助他适应离婚后过独立的生活。尽可能和他谈谈离婚后有什么不适应的地方？关心孩子心理适应的问题，单亲教养上的问题，鼓励他继续教会生活。

四、离婚后可以再婚吗？

A. 圣经中的再婚

1. 一方死亡，当夫或妻有一方死亡时，表示婚姻关

系结束，存活的另一方，可以自由嫁娶（但不是一定要再嫁再娶）。但是，要再嫁娶信主的人，而不是与非信主的人再婚。“丈夫活着的时候，妻子是被约束的；丈夫若死了，妻子就可以自由，随意再嫁，只是要嫁这在主里面的人。”（林前7:39）

2. 一方淫乱。当有一方淫乱（如丈夫外遇），无辜的一方（如妻子）离婚后，可以再嫁或再娶。“凡休妻另娶的，若不是为淫乱的缘故，就是犯奸淫了；有人娶那被休的妇人，也是犯奸淫了。”（太19:9）请留意，如果是外遇的一方，为了与自己配偶离婚，以便与外遇对象结婚，这是神不允许的。
3. 不信的一方要离去。当夫妻中，不信主的一方，要离婚时，可以同意。但是，离婚后，是不能再嫁娶的。请特别留意，这点和上面两种情形不一样。为什么？因为，在神的标准中，婚姻关系的失效，只有“死亡”和“淫乱”两种。而“不信的一方要离去”，并不属于这两种可以让婚姻失效的条件。这种情形的离婚，当事人只有两种选择，哪种都可以：
 - a. 不再婚。
 - b. 与不信的一方再复合。“若是离开了，不可再嫁，或是仍同丈夫和好。”（林前7:11）但是，若是离婚后，另一方已经先再婚的话，此时表示对方先犯奸淫，使天上的婚姻关系结束，这时就可再婚，不算有罪。如果夫妻是双方在未信主前离婚，后来又各自再婚，之后才信主的话呢？由于已再婚，等于犯奸淫罪，使第一个婚约失效。此时，必须对第二个婚约忠诚，不能再回去找原配偶。

B. 小结

教会一方面教导离婚是犯罪，神不准离婚；同时也要教导再婚的原则，一方面对已经离婚特别是再婚的信徒给认罪悔改的机会，同时配合良好的牧养和关怀辅导，免得他们日后再犯罪。另一方面，教会应当体贴那些婚姻失败的人的痛苦。若有人软弱跌倒，必须以爱心来辅导，帮助人回转重建。

五、如何辅导组合家庭？

A. 再婚的夫妻关系

人离婚后往往还会带着受伤的情绪，好像伤口还没有完全痊愈，需要花时间去处理。

1. 处理问题。同时根据统计再婚夫妻之离婚率更高，第一次的婚姻中所有的问题都会在第二次的婚姻里发生，所以需要找出前一段婚姻中自己的

问题何在，婚姻中的问题何在，必须改变，以免重蹈覆辙。

2. 处理情绪。在前一段婚姻中因离婚所受到的情绪伤害也必须处理，比如说不信任、自怜、自卑、害怕等情绪都需要得到医治，以免带着负面的情绪进入第二段婚姻影响婚姻。
3. 处理关系。离婚者没有孩子，彼此间可能鲜少联络；如果夫妻间有孩子，而且双方都想继续扮演其亲子角色，便很难断绝联络，因此跟前夫或前妻的关系应当保持到什么地步？再婚的对象是否在意？应当取得共识。

B. 再婚的亲子关系

1. 不同的问题
 - a. 问题一：两个家长只有其中一人是亲生父或母，孩子通常只会亲近一个家长，家庭关系出现问题（例如效忠冲突，觉得背叛了亲生父母，改姓氏的尴尬、祖父母不适当介入、继父母不接受继子女、继弟兄姊妹不和等）。
 - b. 问题二：转变和适应有困难（例如以为和继父母的亲爱关系可即时建立，父/母再婚事前不告知孩子导致适应困难、新家庭生活习惯不同以前、不再依个人出生次序定位、因有继手足而改变了弟兄姊妹在家内的位置等）。
 - c. 问题三：不知如何建立新关系（如角色混淆、不知如何表达爱意等）。
 - d. 问题四：情绪反应未能疏解（如内疚、愤怒、失落、希望分开了的父母复合、怕家庭再破裂等）。
2. 面对问题
 1. 重组家庭的家长的责任是令孩子适应新生活、与继父/母建立互信关系、以及和继弟兄姊妹和睦相处。
 2. 要将亲职做好，要靠配偶互相支持，多谅解和聆听。
 3. 继父/母尤要放下先入为主对继子/女的想法，预留两人需要的个人空间，切勿过急催谷建立亲子关系，期望过高而引致反效果。
 4. 继父/母处理继子/女问题，要敏锐地评估何时何地才可适当介入，以及在那个情况需要配偶或非同住亲父/母的介绍。
 5. 继父母在家庭建立初期要留有空间、切勿对建立亲子关系操之过急。
 6. 亲生父母和继父母合作，父母自己先放下以前的感情包袱，容许子女抒发积压感受，帮助他看到新家庭正面的地方，帮助他们接受目前的转变。
 7. 多聆听、赞赏配偶和孩子。

8. 以真诚的心来对待和爱继子女。
9. 接纳不同的价值观和处理问题的方法，欣赏其优点和力量。

要建立和巩固再婚生活，令重组的家庭稳定发展，往往需要家庭每个成员的努力和较长时间的孕育。再婚夫妇和继父母所作出的准备和努力绝对是必要的。

第十七课 情绪辅导

情绪有许多种，有些是正面的，有些是负面的。诸如怒气、忧虑等都对我们的人生产生很大的影响，我们要分别来谈谈如何辅导这些负面的情绪。

一、怒气的辅导

A. 生气本身未必是罪

弗 4:26 “生气却不要犯罪”。主耶稣也会发怒，但却发的是义怒。情绪也是来自于神，如果恰当地使用是有建设性的，如果不按圣经教导表达情绪，情绪便可能具破坏性，所以重要的是如何处理怒气、如何表达怒气。表达方式，才是界定怒气是否犯罪。在教会、家庭、职场中常常因为人的怒气，而产生冲突、纷争，就是因为未恰当的表达它。

B. 怒气的不当表达

什么是不正当的表达怒气？

1. 任怒气“爆发”：完全不控制怒气，任由它发泄出来，可能是说出不该说的话，或是暴力相向好像希律王对待伯利恒城。
2. 将怒气发泄在别人身上包括自己：不敢向对方表达自己的愤怒情绪，所以迁怒于其他的人，好像老公上班被老板骂却回家骂小孩。
3. 藏在心里：生闷气，压抑。他们不把自己的愤怒爆发出来，反而闷不作声，把愤怒压在心头，好像放在气压锅里慢火煎熬一样，于是越积越多，越多越浓。他们变得越来越苦毒和恼恨，天天在算旧帐，恨当年。
4. 否认怒气：因某种原因不愿意承认自己里面有怒气。好比做儿女的因着受到“天下无不是的父母”观念影响，明明对父母生气却不愿承认。

前两种是暴发怒气，后两种是压抑怒气，都是不正确的，暴发怒气可能会摧毁了重要关系，也可能伤害到自己的身体（自杀）。压抑会造成自己的情绪伤害，不但影响身体健康，也会让自己内在充满

苦毒，一样会让自己不易相处。生气不是罪，但是若是伤害到人或是变做一种苦毒怨恨时，就是罪了。

C. 如何正确处理怒气？

1. 就是将箭头对准问题本身而不是人。教牧辅导人员必须帮助受辅者重新导正怒气。爱发脾气的人通常都有个性急躁，缺乏耐心，言行粗鲁等通性。所以这类人首先要学的便是控制怒气，不轻易发怒。
2. 怒气是需要控制的，雅各书说“慢慢的动怒”便是指者我们要懂得克制自己的反应，不要情绪化的直接反应。这是可以学习与训练的。我们可以教导受辅者学习交通号红绿灯法来克制怒气的暴发或压抑。
3. 首先要察觉到怒气，不能否认它。要为脾气向神认罪，求神帮助过得胜的生活。
 - a. 亮红灯。当有怒气时，马上亮起红灯，暂停一下不要马上发作，可以深吸一口气，或从一数到十，离开去喝个水也行。
 - b. 亮黄灯。此时必须知道怒气是如何产生的，生不生气的决定是来自你的想法；通常我们会生气是因为我们对这件事或是这个人、这个环境有了自己的判断、自己的想法，而我们对这些的看法决定我们以什么态度来面对这件事、人、环境。会生气当然就是你觉得不公平自己受伤了，事情发展不合自己的意等等因素。所以在此时转换你对事情的不合理想法，将负面的想法过滤一下，代替以正面的合理的想法，比如说别人不按照自己的意思做事，你就要问自己是不是凡事都要按自己的意思做才是对的呢？他对我的态度不好事不是有误会呢？或是他受到了什么委屈才发泄到我身上呢？先不要急着指责对方。想想你除了发脾气跟对方大骂出口，大打出手，冷战还有没有什么其他方法可以解决？如果我一味的顺着自己的老我去处理怒气会有什么后果呢？圣经中说我们应该要有什么态度呢？“污秽的言语一句不可出口”所以说难听的话是不行的。相反的要替换上正确的行动，也就是我们说的“脱下旧行为，穿上新人”。要代替的行为是“只要凡事说造就人的好话，叫听见的人得益处”。所以吵架时不可以用言语伤人，要以“温柔的心彼此对待，彼此包容，彼此饶恕”来代替暴发怒气。
 - c. 绿灯。绿灯是代表行，也就是说当你明白了圣经所教导的正确反应时，就是顺服坚持的去行，同时每天都要如此练习红绿灯，直到可以建立起合神喜悦的处理方式。也要当下就处理怒气不要含

怒到日落，累积压抑便成苦毒。

- d. 信靠神和建立起良好的关系，以爱神的心来爱人，学习彼此相爱，这往往是最关键的问题，“爱”，学习饶恕人，爱人往往是处理怒气的最好方法。

二、忧郁辅导

A. 忧郁症的症状

1. 对日常事务提不起兴趣和喜悦
2. 情绪低落、无助、感觉生命没有意义
3. 失眠或嗜睡
4. 疲累，无力感
5. 食欲不振或过量
6. 自觉无用，无价值，罪恶感
7. 注意力不集中，包括阅读，看电视
8. 不同于以往的行动或说话缓慢
9. 有自杀的意图

以上症状必须经由医生确认，排除没有其他生理器质原因。或是药物的副作用或吸毒等所造成。

B. 忧郁症的成因

原因至今没有定论，但大致可分为4方面：

1. 生理的：一些生理疾病也会遭成忧郁症，如帕金森、狼疮等。或是药物的副作用。
2. 心理上的：日常生活或工作的压力，重大失落，天灾人祸都可能导成忧郁症。
3. 社会上的：社会环境的变迁，人际关系造成的压力、孤单、彷徨、矛盾、困境等都可能造成忧郁症。
4. 属灵上的：所有以上的原因也都直接或间接和属灵光景有关。这包含个人和神的关系如何？是否按照圣经的教导生活行事。

C. 忧郁症的辅导

1. 必须从3方面来进行：药物的、心理上的，亲人的支持。
2. 辅导忧郁症病人时不要随便建议当事人停止药物，忧郁症病人无法控制情绪，特别是生理上的成因。有时因教牧人员贸然建议停药而导致忧郁症患者情况更糟或是复发。
3. 要分析观察忧郁症的原因为何，当然若是心理因素、社会因素、属灵上的因素要从心理治疗着手才能有效的控制。否则只是治标不治本。

D. 教牧辅导的方法

1. 帮助受辅者检视自己和神的关系，自己的属灵光景。我们要注意不是要去定罪，一口咬定他之所

以有忧郁症就是因为犯罪。这种辅导方式往往让人却步心生畏惧，当然我们所有的问题都应该先去思想属灵上的问题，罪的因素，但是这是当事人的责任，我们应该跟他说明然后帮助他去看，让他自己承认和发现自己在属灵上出了问题，而不是被定罪。

2. 若有不合神心意的生活方式或行为，认罪求神赦免，若有得罪人的地方请求饶恕，不容撒但控诉我们。
3. 倾听自己的忧郁之心，我们为何而忧郁烦恼？害怕（被抛弃、失败、失去、死亡）？内疚羞愧（不获赞赏或接纳、犯罪）愤怒（因怒气产生埋怨，不饶恕、苦毒、自怜）？逃避（因忧郁而逃避自己必须承担起来的责任）？自怜？没有盼望？帮助受辅者找出自己的忧郁根源。为自己问“为什么”。所有这些负面情绪一直追问为什么？为什么走不下去？因为我伤痕累累在也承受不了痛苦，继续问“为什么”——因为我感觉孤单，再问“为什么”——“因为我不相信神与我同在”这样一直追下去往往发现问题就在于属灵生命的枯竭。
4. 倾听神的声音。每一个忧郁的声音都有神的话语可以对付。不要停留在负面情绪之中，要用心倾听神的话，以他的应许来取代忧虑担心。
5. 要精心订出生活作息表；并且无论心中感受如何，必须遵作息表生活工作。要开始做自己应做的工作及事情，负起责任来生活。同时要每天安排固定读经时间。
6. 安排运动，尽力拒绝独坐纳闷，有证据显示使人流汗的运动，和抗抑郁剂一样有效，可以消除抑郁症状。
7. 帮助受辅者改变心中，口中惯用的词汇如“我没有盼望的了！”，或“我不能忍受下去了！”取而代之的是赞美以及去关心他人的需要，鼓励他人。
8. 辅导当事人的亲人，使他们知道忧郁症的人需要亲人的支持，他们不是故意要忧郁，他们也受苦于其中，他们也想要解脱，他们也在努力，如果家人都不理解他们只是一味的责备他们不倚靠主、不喜乐、没信心，都只会给当事人增加伤害与压力，忧郁症更难复愈了，鼓励家人支持与陪伴他们。基督徒也会得忧郁症吗？事实上很多基督徒有忧郁症，甚至很多的牧师、师母有忧郁症，忧郁症的成因前面说过尚未有定论，不宜对忧郁症的病人望下论断与定罪。

第十八课 哀伤辅导

一、哀伤的主要成因：死亡与丧失

人可以为不同的事感到哀伤：死亡、重大失落（失去财产、失婚等），而死亡可以说是最大的失落。

1. 面对死亡的末期病患：生老病死是人生必经阶段，当实际经验到时，每个人的反应都不一样。
2. 末期病患的家人或丧家：当亲爱的人死亡，依附被切割所产生巨大的失落感和伤痛，也是哀伤的反应。

二、哀伤的过程

1. 否认与拒绝—压抑或是逃避事实，不愿意承认死亡是真正的事实。
2. 愤怒埋怨—这是一种因疾病转移的愤怒情绪，他可能认为老天爷不公平，生气被死者遗弃等，基督徒甚至也会怀疑神的慈爱，信心软弱。
3. 讨价还价—当他发现医生已束手无策时，他可能会和老天爷讨价还价，基督徒可能也会开始向神祷告，希望神延长寿命，如果神医治，就如何如何等。
4. 沮丧—当事实无法因自己的努力而改变时，落入忧郁伤心失望中。
5. 接受—随着时间消逝，逐渐接纳事实。

三、哀伤的反应

1. “感觉”：悲哀、愤怒、愧疚自责、焦虑、孤独感、无助感、惊吓、麻木等。
2. 生理身体方面会有食欲问题、胸部紧迫感、喉咙发紧、对声音敏感等。
3. 认知方面：不相信、困惑、对逝者的沉思思念，感觉到逝者仍然存在的幻觉。
4. 行为上：失眠、食欲不振、社会退缩、哭泣、坐立不安、避免提起过世的亲人等等。

四、忧郁症和哀伤的不同

1. 忧郁症有可能是哀伤的病态形式。比如说时间拖得很长，甚至经过多年一谈此事仍然有强烈无法抑制的悲伤，长期不处理遗物，有自杀的冲动，对于周围其他死亡或失落的事件过度恐惧、焦虑等。
2. 因个人宗教信仰、人格特质、身体健康情况、过去经验、与亡者的关系、因死亡所引发的改变和危机等因素都会影响一个人的哀伤反应。
3. 每个人的哀伤型态会不同，教牧辅导人需要多多

了解才能有效的帮助当事人。

五、如何辅导面临死亡的病患？

1. 教导信徒如何正视死亡，死亡不是结束，是人生新旅程的开始，复活的盼望总是我们最大的动力，我们要辅导病患者好好预备自己，一方面，可以藉着读经祷告，甚至讨论生死的事情看法，告诉患者圣经对生命的看法。
2. 询问他有没有什么未了的心愿，帮助他去完成，也可以谈谈打算用什么仪式来办理身后事，当他离世以后，家人可以按他心愿办理。
3. 辅导过程中，辅导者必须有真诚的关怀和愿意帮助的心，需要时帮助患者除去恐惧和挫折感，有时候安静的陪伴胜过千言万语，也可以读一段经文给他听、放一些他喜欢的诗歌，这也是辅导的方法之一，主要让他觉得不是只有他一个人孤单面对。
4. 帮助家人明白一般患者的心理反应，不至于因患者的情绪波动而不知所措。
5. 不要给患者错误的期待，比方在康复机会渺茫时，却对患者宣告神必医治的信息，生命的主权是在神的守中，我们可以祷告求神赐下怜悯医治。如果可能，教牧辅导者可以和医生保持联络，可以在必要时，帮助家人提供一些协助。
6. 要不要告诉当事人他的病情？我们赞成让病人知道自己的病情，因为他可以为自己所剩下的时间做出安排，但我们不可代替他的家人做决定，必须要尊重对方家人的决定。

六、辅导哀伤的家人

A. 辅导任务

1. 任务一：接受失落的事实
 - a. 有的家人不愿面对亲人死去的事实，一直活在否认、逃避、幻想中，和过往无法切割，甚至企图通过通灵和死者联系沟通。这个阶段因着无法接受现实还有着否认、拒绝、愤怒的心理，有时甚至会将愤怒转向安慰的人，特别是安慰者提醒他人已经去世的事实时。
 - b. 这阶段可以鼓励当事人谈论失落，比如谈谈死亡事件在哪里发生？如何发生？当事人的感受、葬礼前后的经过……目的是帮助当事人透过叙述这件事一再仔细回顾有关死亡的事实，藉重复检视，当事人可以面对这一事实，这通常需要几个月的时间。
 - c. 这时辅导者要耐心倾听当事人谈论这一事件，不要刻意避谈，以为不谈论就不会引起悲伤，事实上是压抑或延迟了哀伤的处理。

2. 任务二：帮助家人经验哀伤痛苦
 - a. 帮助他们不必刻意隐藏哀伤情绪或是压抑、转移这种哀伤情绪而是必须要有合适的管道和方式来表达哀伤和纾解哀伤，帮助他们面对这种哀伤。当他们可以完整的走过这段路程时才能恢复面对未来。
 - b. 要给予当时人时间去哀伤，每个人需要的时间不同。应该鼓励他们适当的宣泄自己悲伤的情感，这也是好的。如果以一种“亲人已经到天堂去了，何必为他伤心”、“人死不能复生，生活还是要过下去”、“我了解你”（除非你真有相同经验）“一切会好起来的”、“坚忍到底”这种言语或是态度，是忽视受辅导者的感受，也缺乏同感心。可以利用照片或是遗物来帮助当事人向死者倾诉，或是鼓励当事人写信给死者，表达想念和情感，或是写日记都能帮助当事人处理哀伤的情绪。对于孩童可以利用绘画来表达感受或是对于死去的亲人的感觉。
3. 任务三：帮助重新适应生活
 - a. 当亲人去世后，家人的生活可能会有改变，比如一个丈夫去世，做妻子的必须适应没有丈夫帮助的生活，以前由丈夫负责的工作现在必须自己来做。所以这阶段我们需要帮助当事人独立生活，好像我们有一位会友的丈夫过世，以前是丈夫接送她跟孩子上下班、上下学，现在必须要自己来，我们就陪着她每天一起开车接送孩子一直到她可以独立为止。
 - b. 这时可以利用角色扮演来帮助当事人重新适应环境。比如说和当事人一起探索独立生活后可能会扮演什么样的角色，可能会遇到什么样的情境，藉由这样的扮演使当事人有事先演练和学习的机会，比如说当事人遇到多年不建的老友问到配偶的情况，当事人要如何回答等。
4. 任务四：帮助当事人将情绪活力投注在其他关系
 - a. 重新发现生活中、生命中其他值得关注的人与事。我们需要帮助当事人明白与其他人发展新关系不是错误的行为，有时当事人会有罪恶感，特别是当他们感到开心时，应帮助他们可以与其他人建立新关系，但是不要太快就投入到另一段感情中，这新关系的建立应该是在哀伤已经告一个段落之后，当事人的身心灵都已经预备好之后再发展，不要把新对象当成是代替品，也不要做比较。
 - b. 至于多久之后才适合建立新关系？因人而异，原则是要完成整个哀伤的过程，走出伤痛后。有时当事人也会有不正确的认知，会觉得“我这一生不会再有人爱我了”、“我不可能找到像元配那

么好的人了”、“我没有了配偶人生已到终点”这时需要帮助当事人建立正确的认知。

B. 辅导原则

1. 提供持续的支持。宁可每周两、三次关怀，每次 15 分钟，要比每月一次，每次 4 个小时好。最好在一年内持续支持当事人，特别在节日、假期更要留意当事人情绪上的需要。可以成立丧偶小组彼此支持，或组成关怀小组定期轮流关怀、支持。
2. 适当运用圣经来安慰当事人。用神的话语做安慰辅导，一切人的安慰都是情感上的认同，虽然可有一些果效，但是最大的安慰和鼓励是来自神的话语，教牧辅导要用神的话做为安慰和教导，可以分享圣经中关于爱和盼望的信息，或是对生命价值的信息等，让他们可以直接的从神的话语感受到神的爱，也同时可已从神的话语当中得着力量和安慰。但是要考虑到适时、适量和适当的表达方式。不要太快、太多、填鸭式引用，因为哀伤者若仍在情绪表达与纾解阶段，对于圣经上的教训不易真正吸收，同时也可能因此而压抑情绪，或对自己的悲伤产生罪恶感。
3. 要有实际帮助，丧礼安排。教会要动员支持系统来帮助当事人处理这些丧事。

第十九课 罪咎感的辅导

一、真罪咎与假罪咎的分辨

有时候教牧人员在教会中常会遇到一些肢体充满罪咎感，老是担心自己犯下不可饶恕的罪，以致生命中没有喜乐盼望，深怕自己失去救恩，对于这种人应该如何来辅导呢？要帮助他们知道什么罪是不可饶恕的。可 3：29-30；太 12：31-32 提到不可饶恕的罪就是亵渎圣灵的罪，将神的工作归功于别西卜是被污鬼附着的是魔鬼的工作。其他所有的罪都可以被赦免。

二、查验受辅者的问题

要求受辅者描述自己的罪。有时受辅者说不清，或忽略一些细节重点，所以可以透过发问来帮助受辅者描述他罪咎感的根源是什么。透过这些辅导员可以理解当事人对于不可赦免之罪的理解是什么，通常基督徒会认为淫乱、同性恋、堕胎、乱伦等是不可饶恕的罪。

三、解释问题所在

向受辅者解释什么是不可饶恕的罪。一般来说基督徒是不会将圣灵的工作说成是撒但的工作。但却会犯下其他的罪。

四、处理罪的问题

虽然他犯的不是亵渎圣灵的罪，但他所犯下的罪还是要处理的，不可以淡化，甚至为了减轻对方的罪咎感而淡然处理。要帮助当事人认罪。除非我们来到神面前承认自己的罪否则我们不会有赦罪的平安。除了向神认罪，如果我们跟人有问题也要向人认罪，主动的认罪寻求和好。

五、悔改

认罪之后一定要有悔改的行为。帮助当事人订立一个计划来改变自己得罪神的行为。脱去旧人穿上新人，必须立志靠神的恩典远离罪恶的思想与生活行为过荣耀神的生活。

六、确信

帮助当事人着眼于所犯下的“罪”，而不是着眼于对犯罪的“恐惧”，而导致撒但在我们的生命中做控告的工作，使我们失去得救的确据。以圣经帮助当事人明白耶稣基督的宝血有赦罪功效。一切的罪，神都能赦免。罪蒙赦免之后，喜乐就来到。注意要处理的是他的罪。一定要解决罪的问题，要认罪悔改，不要被他的恐惧感所欺骗，专注恐惧反而忽略罪才是需要对付的。

七、罪和疾病、苦难的关系

所有的疾病与苦难都因为罪而来吗？

1. 很明显圣经并没有说所有的罪和苦难都因罪直接引起（约伯记 9：1-3）。
2. 但广义来说因亚当所犯的罪，全世界都在罪恶辖制下，疾病也可以说是犯罪的结果，只是不是我们个人直接犯罪。
3. 也有些例子显示罪与疾病有直接关系。约 5：14 “你已经痊愈了，不要再犯罪，恐怕你所遭遇的更加厉害”，这话暗示他本来的病就是从罪而来。林前 11：30 也表示疾病与神的管教有关。
4. 心灵的压抑、情绪问题也会造成身体上的疾病。好像是怒气、焦虑、妒忌、忧虑等，而这些情绪都是因为不懂得交托，按神的话而行所导致的，所以也可以算是罪的影响。
5. 分辨疾病与罪。根据张宰金的《教牧咨商》，有一简单分辨疾病与罪的方法：
 - a. 任何行为，由于灵魂软弱而发出，而且不合乎圣

经教训或违背圣经禁诫的就是罪。

- b. 任何行为，由于身体软弱而引起，就是疾病。

八、如何帮助病苦者省查自己的罪？

雅 5：15-16 “彼此认罪，使疾病可以得医治”，所以每次我们有疾病都该先省察自己，只是如何开口和当事人说？

1. 态度须诚恳。说的时候必须不是带着定罪的态度，认定对方就是有罪才这样生病受苦。特别当我们对当事人有一定的认识与成见，很容易就跳到定罪上，要注意我们要帮助对方省察自己有无犯罪的可能，而不是认定他有罪。以圣经的教导特别是雅各书 5：14-16 来帮助他们明白我们这么做的原因。
2. 平时讲道、查经中就要教导信徒这方面的观念，这样当你帮助他们省察自己时，就不会令信徒觉得太突然沉重了。
3. 利用家庭作业帮助对方省察。不必当时就让对方说出自己的罪，可给他一张纸，让他好像做家庭作业一样，写下所有他能够想到的心灵受压抑的事，以及原因，两者间的关系，帮助他思考有哪些罪导致他的心灵受到压抑。

教牧辅导人员需要有胆量坦诚帮助当事人省察自己，目的是帮助他能够减轻重担，得到医治，但是态度要温柔适度，语气要诚恳温柔，以避免当事人受到定罪的伤害。

九、因罪而起的疾病该如何处理？

1. 祷告。雅各书说出于信心的祷告可以使病得医治，他若犯罪也必蒙赦免。但祷告中还必须认罪“彼此认罪使疾病可以得医治”。
2. 向神认罪也向人认罪，与神与人和好。
3. 要帮助他学习如何向人认罪，因为向神认罪是容易的，但向人认罪却是难的，因为不知该如何去作。我们可以帮助他做演练，辅导员扮作是受辅者所要面对认罪的人，然后当事人将所要说的话再说一遍，这可以帮助他知道如何掌握情况去面对这件事与人。同时藉着这个扮演也帮助辅导员发现受辅者对整各事情的理解是否有误，抓错了重点，甚至发现一些隐藏的问题是没有说出来的。特别是帮助他怎样表达，有时表达的不好更糟糕。有位朋友也是在得罪人之后向对方认罪请求原谅，但是他的表达是有问题的，他在说出对不起之后又加上一句“你不要这样想就好了”，结果整件事就搞砸了，比不认罪还惨。这句话也可以看出当事人其实是不认为自己是完全要负起责任的，这句话的意思还代表着对方也有责任，

所以当事人对整件事的理解是有错误的，所以预先演练有助于者众事件的发生。并且可以进一步的发现问题再进一步的辅导。

十、是否生病不必吃药？

A. 抹油祷告的意思

雅各书提到要抹油祷告，到底抹油是什么意思？当时橄榄油是一种最普遍的药物，如可 6：13；路 10：34 都提到用油医治伤口，可见雅各提到用油抹并不是什么神奇的事，抹油也不是一种仪式，他所用的抹就是擦或抹的意思，所以抹油就是当时最佳医药方法，将油抹在身上然后祷告，所以也可看成是使用归神为圣的药物和祷告来做医治，所以这里并不反对用药。但是必须加上祷告。

B. 生病不服用药物并没有圣经的根据

神造人是复杂的。人生在世会有各种苦难、疾病、麻烦、问题，这些不一定有简单答案，但神能帮助我们，神的话和圣灵能够帮助我们面对这一切的事，所以辅导人员需要对神的话语有真实的信心，以靠圣灵来帮助有需要的人。

第二十课 信仰偏差者的辅导

一、信仰偏差的原因

1. 信仰根基薄弱，对基本的信仰一知半解。他们以为一定要守一些条规或守固定聚会模式等才能得救，辅导者要能够积极说明他们认识全备真理，理解他们可能偏差的原因，用爱心挽回他们（加 6：1）。
2. 接受的教导有问题。可能受到一些外来讲员或一些所谓“生命追求聚会”影响，再加上可能没有得到适当喂养，因着在真理上的片面理解，就容易在信仰上出现偏差。同时内地教会普遍工人不足，装备不足，当这些没受过训练的工人在讲台上教导时很容易将自己的意思加在真理上，导致偏差产生。
3. 对救恩的真理认识不清楚。很多信徒对自己是否真正得救都没把握，又或是信主了，可能在观念上没改变，仍然迷信风水或农民历等世俗忌讳风俗，这都是我们需要关注提醒的，要在基要真理上让他们更加认识清楚，圣经强调的是我们信主不是靠自己的行为，完全是出于神的恩典。

二、要谨慎分辨异端

详见本科课程必修科《异端与极端》，以下是简短重点式的判别异端方法。留意不要把不属异端的教义也归入异端，反而损害了主内彼此之间的和谐关系。比方灵恩的问题。灵恩是好，但过度追求就容易有偏差，忽略神的真理，只注重经历，在辅导对谈中要学习体会他们追求的心，绝对不要过分的主观二分法，甚至主观认定灵恩是异端。以下是简明判别异端法。

A. 凡是传基督以外可以得救的教义都是异端

徒 4：12 “除他以外别无拯救，因为在天下人间没有赐下别的名我们可以靠着得救” 所以若有人自称可以靠着其他途径或是其他人得救就是异端。

1. 东方闪电/海外统称为全能神
 - a. 不只是在内地，这几年也积极的向海外传扬的他们的教义，策略上也做一些修改，先混入正统教会，和兄弟姐妹打成一片，消除戒心，假意邀请人一起查经。甚至有受过正统神学信仰的教会牧师也受到迷惑，不可以不谨慎分辨。
 - b. 东方闪电不相信三位一体的神，认为基督第二次道成肉身已经来临，要人相信女基督，又说圣经已过时，要读他们的小书卷，认为现在已经是千禧年的国度时代，必须守诫命和信奉女基督才可以得救。这教义明显违反圣经真理，圣经明明的说耶稣是男性，没有说女基督，同时圣经也清楚说明唯有靠着耶稣基督才能得救，天下人间没有赐下别的名我们可以靠着得救。更不是靠着守诫命得救。
2. 呼喊派—教主李常受说唯有他是拯救世人的“常受主”，并且说基督是被造的，不会再来，基督的肉体中有撒但的惰性，没有天家，天家就是教会，圣经已过时，所以基督、圣经都不可信，唯有信靠常受主，敬拜赞美常受主才可得救。这明显是传基督以外的福音是异端。

B. 传圣经以外的权威

1. 耶稣是我们唯一可以靠着得救的名字，圣经是我们唯一真理的来源也是唯一的权威。若是传圣经之外还有真理、权威，或是他们有等同于或是超过圣经权威的书籍，并且声称是神特别启示而写的就是异端了。
2. 例：摩门教。摩门教除了圣经之外还相信摩门经，并且地位高过圣经，甚至说是神特别向他们启示而写的。
3. 面对这种信仰偏差的信徒辅导，一定要帮助他们重新回归圣经正途，建立稳固的圣经基础，认识

圣经的权威。圣经是我们唯一真理来源，圣经是出自神的默示，人不可以轻易胡乱解释或修改，异端最擅长对圣经断章取义，好像表面上有圣经根据但是在深入了解后，会发现他们只是利用圣经某些部份来支援他们的经典，特别是他们会说除了圣经以外，还有一些具有同等权威的书籍，甚至是高过圣经的权威性，当新约圣经结束后，神在文字上的启示相对的也结束，神不会再用文字，将他的心意表明出来，因为在圣经理，神已将他的计划，他的旨意，完全的显明出来，不必再用文字上的启示加以补添，或是删减，这是基督徒的圣经基本信仰，如果有人自称除圣经外有特别的启示，是关于世界和所有的人，我们一定要小心分辨。还有今天很多基督徒都羡慕一些异象异梦，或是启示性言语，并且声称是来自神的启示，我们一定要小心使用“启示”这两个字，并且小心分辨它。一切的经历必须有客观真理的验证。

C. 明确说出主来的日子

许多异端清楚预测主再来的日子，要信徒躲到什么地方预备什么东西等，有的还在收音机、报纸、公车等地方大肆宣传主再来的日子。圣经清楚说：主来的日子，是无人可以提前知道，既然连主耶稣说：连子也不知道，我们如何能知（太 24：36）。

D. 传因信得救之外的教义

比如说要靠行为得救，一定要做某些行为或仪式才能得救。比如说一定要哭几天几夜。辅导者面对信仰偏差者最重要是辅导他们对救恩的确据，得救是出于神的恩典，同样一个迷失的罪人神也必赦免接纳，我们相信神的恩典，神也称我们为义，我们是被称为义人，在神的国度里有份，当我们相信基督的宝血救赎，我们是被称为义的，无人能控告神所拣选的，对救恩的把握，可以帮助一个跌倒的人重新开始。

E. 否认三位一体的真理

举凡否认耶稣是神的儿子，没有道成肉身，说耶稣是人，只是高等的天使等等都是异端。

三、如何辅导信仰有偏差的人？

1. 教会牧者有责任自己先了解异端错谬，并且根据圣经指出它具体错谬所在；然后向教会信徒一一讲明。“这些事你要讲明，劝诫人，用各等权柄责备人。”（多 2：15）让每个信徒都能对异端的错谬邪说、手段有较清楚的了解；特别是现今

倡狂的东方闪电，要让他们知道：闪电在信仰上的错误错在何处，对圣经的谬解谬在何处，所传讲的邪说邪在何处，他们的手段卑鄙及行为恶劣卑鄙恶劣在何处，以及接受闪电这些错谬后的危害，又危害在何处等等。同时，你也要告诉信徒，他们当怎样有效地抵挡闪电错谬的传播，使信徒们有心理上的防备（约 16：1-2）；若是遇到绑架，高呼求救；若是被软禁了，要靠主保守己心，警醒祷告。对他们所讲的要采取不听、不看、不想、不辩、不信的防守措施，要至死忠心，持守圣经真道等。

2. 关怀、挽回：关怀的心不可少，要用忍耐爱心去关怀信仰偏差者，也要主动把握机会在基要信仰上帮助他们回转到正确信仰，信仰偏差的人可能“需要没被满足”在教会中得不到关心，许多异端邪教却很强调爱心和关怀，结果就吸引许多人跟从他们的信仰。所以，当我们面对信仰偏差的人，应该关怀引导他们，了解他们误入歧途的原因始末，再从中藉着真理辅导他们，让他们回归正途。
3. 真理的造就装备：在真理造就上做好的教导。要注意教会中的讲台和小组不要随便让人来讲道，除非你对他有认识考察，同时最好有其他教会的推荐信，没有接受过训练的讲道者也要小心，以免有错误的教导造成信徒的亏损。
4. 不肯回头的弟兄姊妹要如何处理？要是努力劝勉后，他仍执迷不悟，坚持错误主张，我们也不需要和他争辩，只要提醒弟兄姐妹停止和他来往，让他不至于影响其他人。等一段时间后，再看他有没有改变，找机会向他传福音。如果他仍不悔改，就弃绝他（多 3：9-11）。这是最严厉的，我们还是应该尽量帮助他回转。
5. 对愿意悔改的信徒，就要以爱心接纳。同时也要鼓励他把自己因哪一点受迷惑，及如今又为何能明白过来，讲给弟兄姊妹；并要求他奉主的名宣告与闪电断绝关系。同工及弟兄姊妹，应在“凡事相信”的爱中（林前 13：4-7），接纳当事人，为其代祷，恢复他正常的聚会生活。待确认其已经与闪电彻底断绝关系，然后才可恢复他在教会中的工作。闪电邪教完全被说谎的邪灵控制，他们也会假装悔改而潜伏，因此我们要向主求智慧，以便及时辨别闪电的假冒和骗局。一个自愿、或是被迫参加过闪电学习的人，他的思想多少都会受影响；又因闪电对真道的毁谤，及闪电对当事人所施的各种手段，都会使其心灵受到很大的伤害，特别是那些表示已接受闪电，并写下保证书，或被迫发过毒誓的人。对于这些人，

同工们要帮助他们砍断从撒但而来的恐吓和咒诅，帮助他们重新建立对主应许的信心，带领他们祷告，废掉所发的誓言，使咒诅变成祝福，除去他们心理的障碍。

第廿一课 精神疾病与鬼附的分辨与辅导

一、基督徒会被鬼附吗？

不少信徒都不信基督徒会被鬼附。他们所持的理由是基督徒既然有圣灵内住，就不能同时有邪灵内住。不错，基督徒既有圣灵内住，是属于基督的，就不可能被魔鬼或邪灵所拥有，最多就是受到魔鬼的影响和搅扰但绝不是附身。有一些基督徒认为因着犯罪，给魔鬼留了地步（参约壹 3：6：弗 4：27），到了某一程度，邪灵就可以进入他们的心（如徒 5：3 亚拿尼亚的例子；约 6：70，13：27 犹大的例子），附在他们生命中的某些层面，压制他们，使他们失去某程度的独立自主。基督徒会被鬼附，关键在于他们仍可以选择犯罪；人既犯罪，便是行在黑暗里（参约壹 2：11），是属于魔鬼的（参约壹 3：8）。辅导经验告诉我们，基督徒被鬼附是有可能的，而且实际数字比我们想像的多，所以我们要警醒，在圣经真道上造就自己，在圣灵里祷告，保守自己常在神的爱中，仰望主耶稣的怜悯，直到永生。

二、灵界的存在

这世上确是有鬼附的事实存在。新约中至少有 65 次提及魔鬼，证明魔鬼的确存在也会附在人身。主耶稣也赶鬼，所以基督徒不能否认这世上有鬼附的情形。但是不是所有行为不正常现象都是鬼附？却不一定。这两者是有区别的。往往有一些信徒妄下判断，错把精神病当作鬼附处理，这非但徒劳无功，浪费辅导者与受助者大量时间；更甚者延误了治疗，令受助者受到不必要的惊吓，因而灰心失望，陷入更混乱迷惘的境况。这也可能成为患病者的藉口，使其否认有病，拒绝寻求相关医疗，这后果是严重的。

三、辨别鬼附与精神病

A. 不易辨别的原因

精神病与鬼附的区别并不容易，因为两者有很多类似的表现。两者可以因巧合而并存，也可以是因果关系。鬼附是引致精神病的原因之一，而精神病也

可以间接导致鬼附。一些精神病患者因尝试藉着灵界的力量治病，而陷入邪灵的辖制。有不少鬼附个案中的受助者曾因药物的治疗，而情况有了某程度的改善。同样，一些本来被认为是患了精神病的人也因祷告赶鬼而得到暂时的安慰或症状减轻。很多严重的精神病患者都不愿意承认自己有病，反以鬼附来解释他们的幻想和幻觉，以证明自己不是患病。他们宁愿承认被鬼附，把问题推在鬼的身上，自欺地以为找人驱鬼便可解决问题，藉此逃避面对自己的病情及未知的将来。以上所列举的种种原因，使客观的辨别存在不少困难。因此辨别的过程，不应操之过急，不妨花多一点时间仔细观察评估，才下判断。

B. 辨别鬼附与精神病

圣经四福音书里提到魔鬼的有 10 多处，清楚分别鬼附与患病之不同（参可 7：31 - 37）。主耶稣医治一个聋哑“病人”，是用指头探他的耳朵，吐唾沫抹他的舌头，然后说“开了吧”那人即告痊愈；另一个聋哑的孩子，耶稣清楚知道这是“鬼附”的结果，所以斥责那鬼，把它赶出去。现表列被鬼附与精神病之不同：

	被鬼附者	精神病患
成因	多为突然而起，鬼附在其身上，原因可能是他拜偶像、交鬼、问卜，使邪灵有机可乘。	心理曾受重创，打击、情绪、精神受困扰，大多由浅至深，由远而近慢慢演成的。
言语变态	能说出不是自己的声音和方言、回答质问。	重复地讲着几句话、自言自语、答非所问。
超然力量	有不寻常的力量，不容易被制服，不知痛楚。	疯狂程度越高、怪力越大，更会有暴力的行动。
理智	有时会有惊人智能，知道许多他不可能知道的事、揭露人的隐私、预言未来的事。	失去理智、喜怒无常、或痴呆不动、作一些荒谬无意识的举动。
人格分裂	仿佛有内外两个人的争战，乃是鬼藏在里面要控制他。	类似精神分裂症，分裂成不同的人格，左变右变，但两者却没有冲突。
对神反应	抗拒、惧怕、祷告时会挣扎。	似懂非懂，对祷告茫无所知。有些则表现出对信仰的热衷。
康复	鬼离开后，会立刻好转完全痊愈。	不可能忽然完全清醒，要一段时间才康复，有可能复发。

四、如何对待精神病患？

1. 原则：需要关怀精神病患。基督徒也可能得到精神病，可能是因为受到刺激，可能是因为遗传。
2. 看到精神病患不要先怀疑是鬼附，要先怀疑是不是精神病，因为精神病的机率比鬼附高得多。
3. 精神病患不需要讳疾忌医，觉得见不得人。有些精神病患者在医生和药物帮助下，可以独立谋生。
4. 许多圣经辅导员十分强调所谓精神病其实并不是真正的精神病（精神病这个词使用不当）。很可能是睡眠不足或药物造成幻觉却被诊断为精神病，或因脑部长瘤，或身体内部化学物质不平衡知觉反常，好像当事人可能看到一张椅子离了地，快速向当事人飞去（因为器质性所产生的错觉）所以当事人会做出闪躲的动作，这个动作让他看起来很奇怪，但是他绝不是精神有问题。这些都是属于器质性造成的行为异常（不称之为精神病），如果器质性的问题就交给医生处理，如果不是器质性引起的怪异行为就交给辅导员处理。
5. 其实精神科分类广，这里特指精神分裂有妄想、幻觉等，其他如忧郁症、恐惧症，不属我们这里说的精神病。如果精神分裂病人因一些器质性引起幻听、幻觉，自然要帮助他们接受专业医生治疗。
6. 即使确诊是精神病患，教牧人员还是需要关怀他，不可把他当疯子不理不睬，我们可以和医生一起来关怀精神病人的。可能精神病患说话不得体、伤人、骂人，请体谅这些肢体，因为他们是生病的人。也因为，这些人，也是主耶稣用宝血重价赎回来的，这些人，依然是我们神国度里的弟兄姊妹。

五、给面对精神病患信徒的话

1. 学习正确观念：有机会，请多充实这方面的医学知识，建立正确的观念，并教导其他人正确的观念。
2. 对精神病患：不要看不起这些人也不要对家中有这种病症的家庭表现出害怕或轻视，要常常关心、代祷、支持，如果病人接受治疗后有一些程度上的恢复，也可以让他们在教会中分担一些简单的服侍，比如分发圣经、歌本、帮忙打扫等等，这些也是可以有治疗作用的，因为可以帮助他们早日恢复正常的生活。
3. 对鬼附人士：照着圣经的教导自洁、禁食、祷告赶鬼，并帮助对方弃绝罪，决志过圣洁的生活否则还会再度因着罪被撒但所辖制。

一、人为什么要自杀？

大城市中很多人因经济出现危机、感情遇到挫折，事业遭遇困难、青少年因学业压力，或人际问题而选择自杀。自杀常被视为在生物、心理、社会文化等多种因素交互作用下，个体可能承受单一而重大压力事件，产生无法承载之压力感受，或者在长期重复压力下适应不良，觉得自己已经没有办法解决、没有出路，对人生不再有盼望，就想自杀。

二、圣经对自杀的看法

旧约十诫出 20：13 说“不可杀人”，当然也包括自己的生命。神为我们牺牲自己的独生子，为的是要拯救我们而不是让我们伤害自己。人是按照神的样式造的，是神所宝贵的，新约，保罗更强调我们是神的殿（林前 3：16-17），所以我们没有权利去决定自己的生死，生命乃在神的手中，自杀的行为在神的眼光中仍然是等于杀人，是神所禁止的。

三、敏锐的观察

要留意自杀的倾向讯息。当人在极度困难烦恼中会不知不觉透露出自杀的讯息，当然他不会告诉你什么时候在哪里自杀，但在言行中会流露出这种倾向。特别是当事人最近可能遭遇到一些事，我们可透过 4 方面来观察一个人是否有自杀倾向。

A. 言语方面

会透露“活着没意思”，言词中对人生充满灰色意念，如说：“我真是走头无路啊”、“我再也想不到什么解决的办法了”，甚至直接说“我真不想活了”，或说“我真的活不下去了”、“我觉得生命很没有意义。”“我厌倦生活，活着很没意思。”“我好希望我死了”、“你会为今天所做的后悔！”“你不会再看到我在这儿打转了”、“没有我，大家会更快乐些。”以及一些其他类似的口吻。或是看到青少年撰写与死亡有关的诗、散文或小语时都应特别注意，探索其是否有自杀意图。辅导员听到这些讯息时绝不可以掉以轻心，要多留意这人是否真有自杀倾向。如果他说“这是我最后一次跟你说话了”，或问你“圣经上说人可以自杀吗？”“人自杀后可以上天堂吗？”你就要留意为什么他这么问这么说？或是一个人平常活泼开朗多话，突然变得沉默寡言，这种不正常举动，我们也要多加留意。

B. 情绪方面

表现抑郁，没有精神，失眠。原本精神奕奕注重打扮现在却邋邋好像换了一个人似的，这些现象也是我们要注意的。另外有人把自杀当成是一种报复手段，比方说他知道他的死亡会带给某些人某程度上的压力或罪咎感，他可能会自杀，作为报复的手段。如：另一半有外遇、与情侣分手。一方面是因为伤心，另一方面也带着惩罚的意念。另外当人长期处在羞愧，内疚情绪中很可能会踏上这步，他觉得自己欠别人太多，或者心中充满罪咎，没有赦罪的平安，也可能会有自杀倾向。青少年面对下列情况也可能出现自杀想法：极度想逃避他们无法忍受的情境，如学业失败、家中困境、没有朋友；想终止无法解决的冲突；或是想加入一位已经去世的家人或朋友的行列；想要被惩罚、避免被惩罚、报复、控制；潜意识里想成为一位受难者时均有可能采取自杀的举动。我们需要留意这一些情绪所带来的影响。

C. 处境方面

贫病交加、生病，又不知何时会好，特别是哪些有长期疾病，慢性疾病的人，再加上没有金钱来医治，有时也会令人产生轻生念头。或与亲人产生严重磨擦，使自己陷入极度孤单，一想不通，便作出不理智行为。比如婚姻亮红灯、恋爱失败、家人去世、学业受挫、失业等都容易使人产生轻生念头。

D. 反常的行为表现

成绩滑落、很难专心、饮食与睡眠习惯变动（过量或不足），对嗜好失去兴趣，把自己一向心爱或贵重的东西转送别人、突然妥善整理个人事物，从已经是很小的朋友圈子中撤离，孤立自己，尤其当抑郁伴随上述明显行为改变，持续长过一星期，当予以特别注意。我们要留意背后原因以期早些发现对方是否有自杀倾向。

四、如何辅导有自杀倾向的人？

1. 透过关系建立、倾听、情绪渲泄，让案主情绪状态逐渐平静。情绪缓和方能反思，因为除了他自身，他人难以唤起其思索要自杀或继续活下去的决定。不要轻忽对方所发出来的求救讯息，他每个灰色言辞，反常行为都是一求救信息，我们不要以为他没事，过一阵子就好，要留意观察背后的原因，并且关心对方，倾听对方。
2. 判断个案当下危险性，做出所需的危机处置，比如说你跟他谈完后评估当事人真有自杀倾向，就要联系他亲友，请他们留意，最好时刻陪伴在当

事人身边，不要让他孤单一人独处，也要留意他可能会使用的自杀方式，移除那些危险物品，比如药物、刀子等。

3. 为建立良好的关系，需先排除自己主观的价值判断及道德感；接纳当事人的感受，避免责备怪罪，更不要用激将法改变当事者自杀的企图。比如说以一副毫不在乎的表情说“你要死的话只管去吧”，他可能真以为你赞成他，或是受到刺激反而真去做。
4. 不要一味企图说服案主自杀是错误的，而要以支持关怀的态度去了解他的矛盾与挣扎，给予心理上的支持，降低孤立感。有些辅导员在接到自杀个案时，最常见的反应就是“干嘛要自杀？不要自杀”完全忽略当事人的感受。更不要对案主作道德劝说：“如果你真这样，很多人会伤心”或说：“你这样伤害自己，你觉得对得起……”不要否定案主的态度：“……会有这么严重吗？”不要试图影响案主之决定：“……你这样……真的很不值得。”要先让他倾诉，了解他的问题与痛苦，不要先论断他的行为，让他感受有人陪伴。
5. 收集个案资料，包括目前面临的困扰、过去是否有自杀企图或记录、所期待的帮助、他有什么样的资源、联络的电话地址，相关亲友的资料等，必要时联络亲人以防自杀。
6. 跟求助者谈论他自杀的用意，减轻他内心矛盾焦虑。要敢直接问他有关自杀的想法、企图、计划问题，我们一旦不敢问他自杀的想法让之成为秘密，就无法拟定有效的预防行动，也可能阻却了案主于危机时的求助机会。我们不必担心会挑起对方的自杀念头，因为当他经常表现出对生活没有盼望的时候其实是希望我们认同他的处境，感觉到有人明白他，当辅导者询问当事人是否有自杀的念头时很少会真的触发他去自杀；相反因着我们的认真与严肃反而使他们感受到我们是真心的在关心他、处理他的问题，觉得我们跟他是站在同一阵线上，感受到他所感受的，那么当我们进一步提出建议或解决方法时他便会认真地考虑了。我们可以这样问“你现在感受到的压力/问题是什么？会不会让你再承受不了时，就想死了算了……”
7. 与案主一起重新评估问题，谈论过去不自杀而能克服类似压力的经验与能力，焦点在于案主之优势评估，并唤起其成功经验，降低其无助感。可以这么引导他思考解决的方案：“除了死/自杀以外，你觉得有什么方法可解决问题？尽量想想看……我也可以帮你来想……”“如果你现在还

没想到自杀，那你准备做什么？”“如果你的问题没那么严重了/如果你的问题出现转机，你可能会出现怎样的情况？/你想会是因为你做了什么事？”同时帮助他寻求解决问题的方法，比如：增加压力的承受力与因应力、学习人际相处的技巧、增加支持系统等，帮助当事人可从一个不一样的角度来看问题并找出解决方法。先从能做的开始做，一小步的进步能使人重燃盼望之火。

8. 了解其矛盾心理，增加想活下去的感觉，最重要是给予盼望。想自杀的人通常对生命绝望，所以要将从神那里来的盼望带给当事人。帮助他能再度看到神所造的生命价值，以及人生意义，在神国度里可以拥有的真实盼望。这种盼望是当人们在困难之中因着对神的信靠而有的盼望。是根基于神的应许。信靠神的人必得帮助（诗 28：7）信靠神的人也可以免于恐惧和焦虑（诗 46：2-3；赛 7：4）帮助他们有信心并且耐心等待神的作为，因他赏赐并祝福等候他的人（诗 37：5-7；赛 30：15）我们基督徒的盼望是现今以及将来的，有些人可能在今生的苦难或问题上，在今生得不着全然解决，但可因着对末世并将来荣耀的盼望，对神国度的盼望而勇敢地面对困难。
9. 帮助他用合乎圣经的思考方式来看待一切，特别是对负面事件有正面看法，雅 1：2“我的弟兄们，你们落在百般试炼中，都要以为大喜乐”不是因为神喜欢我们受苦，而是知道信心经过试验就生忍耐。
10. 帮助他和耶稣基督建立起真实的关系，并且成长。唯有对耶稣基督有正确的认识，和他有真实的关系才能在困难来临时刚强壮胆。
11. 鼓励他赞美、祷告，这是力量和盼望的来源。

五、对自杀者的遗属辅导

A. 自杀遗属可能出现的后续困境

1. 情绪困扰

- a. 罪恶感：觉得一定是自己没有多关心他或是没有警觉到他想自杀，所以才会酿成悲剧，尤其是逝者与生者曾有过某种冲突，这种愧疚更是难以消除。
- b. 愤怒感：隐含或压抑在心底深处的可能是莫名的愤怒，也许是对相关他人的愤怒（如：孩子自杀后，父亲把孩子的死亡归咎于母亲没有好好照顾孩子；甚至可能气心中的神或神没有好好保佑死者）；也许对死者本身的愤怒（气死者选择自杀，气死者放弃自己，气死者丢下身旁的人）。许多时候，若是自杀者没留下任何只字片语（说明自杀原因），那将带给活着的人绵延无尽期对

生命的困惑，这种谜团会强烈影响着活着的家人对自己存在的价值感感到疑惑；

- c. 遗憾：尤其是自杀者与家人本来有更多的人生光景计划要一起去创造，但却因其中一人提早离开人世而无法完成。
 - d. 羞耻感：种种负向情绪反应中最为强烈的是羞耻感。在我们的社会文化中，自杀是不荣誉的，可是家人却须承受这个烙印。
- ### 2. 对家庭所产生的影响
- a. 许多研究都发现，自杀遗属之后会出现对身旁的人（以及自己）的过度掌控或过度焦虑。如：老大自杀身亡，父母亲开始担心老二也会选择同样方式，因此在对老二的管教上，变得战战兢兢，反而让老二压力更大，而选择用更激烈的方式面对。有时，家庭中活下来的人也会“潜在地”学习与死者相同的处理压力方式：自杀，就像许多研究指出，近亲自杀过的人，选择自杀的比率是较高的，似乎自杀遗属会有模仿学习的过程，这是相当值得注意的现象。
 - b. 因过分伤心，一直沈浸在悲伤情绪中，情绪无法纾解，有时反而会忽略其它还活着的人，也忽略其它也受到自杀阴影影响的家人，他们也需要受到关注，情绪也需要抒发，却无法得到。比如说父母一方自杀，还活者的父或母因过分伤心而忽略孩子的情绪与关怀。这样会导致家庭的问题出现。孩子可能因着得不到关注而向外寻求发展。
- ### 3. 生理上的影响—常见的有：身体某个部位被“卡住”的感觉、呼吸或胸口窒息不舒服、甚至不断伤害自己身体（如割腕、酗酒）、或突然出现更严重的“解离症状”（比如说：突然忘记自己身在何处、自己与死者的点点滴滴）。这些生理症状通常隐含有更多内心情绪的痛楚，遗属必须认清此事实，才能予以对症下药，做后续处理。

B. 自杀遗属的心理辅导

1. 说出情绪：引导他们说出心中的愤怒，愧疚等等负面的情绪，帮助他们正视自己的情绪，特别是愧疚感，其实许多愧疚感都是缺乏事实基础，所以要加以测试。
2. 认罪得赦免：如果是真实的愧疚感应协助他接受神的赦罪之恩，并对神的赦免有信心，进而确认自己的罪过以蒙神赦免，因此能够得到医治。
3. 消除罪疚感：否则予以澄清，利用面质的方式，也就是我们在认知行为疗法中所提到的，挑战不合理的观念，询问当事人“你为什么认为你有责任？”“你对这件事曾作了哪些努力？”“你曾做了些什么？”目的是要帮助当事人回到现实，

相信自己已经做了当时所能做的，才能早日摆脱这种愧疚感的枷锁（详参 19 课罪咎感的辅导）。

第廿三课 上瘾辅导

一、什么是上瘾？

上瘾，是指某一种或多种行为或生活习惯变成强迫性，个人意志不能控制它，反而身心灵被它控制，以致严重影响经济、日常生活、人际关系、家庭、工作、身体及精神健康等。最常见的上瘾行为包括赌瘾、酒瘾、毒瘾、烟瘾，还有现在最普遍的“网瘾”。

二、青少年的上瘾问题：网瘾

孩子网路成瘾的问题让很多父母与师长头疼。由于网路已是现代人与他人接触的重要方式。孩子透过微博、QQ、网际网路以及网路游戏，优游于网路与交友活动之中。网路虽然带来便利，可是网路的问题行为真不少：网路犯罪、网路色情、网路情爱症候群（一夜情、援交、异质化、性侵犯……）、网路成瘾、网路孤立（都在网路上活动以至于现实人际孤立）网路外遇、网路赌博、网路购物狂……网路带来便利，也带来问题。

三、如何界定已经上瘾？

1. 孩子一回家或一有空时就守在电脑前上网。
2. 孩子不能上网时会不安或愤怒。
3. 孩子上网的时间越来越长，上床时间越来越晚，叫他电脑关机，嘴巴说好却迟迟不离开。
4. 孩子越来越不想和同学出去从事其它休闲活动，和班上同学的连络越来越少，感情越来越不好。
5. 孩子上课或平日的精神越来越差，身体状况越来越不好。
6. 孩子功课越来越差、做作业越来越草率，上学越来越拖拖拉拉。
7. 即使察觉网路使用造成的各种生理、心理、社交的伤害，仍照常使用网路；曾向家人、朋友或他人说谎以隐瞒涉入网路的程度。

四、父母如何防范孩子上瘾？

1. 具备网路使用之基本知识技术。
2. 了解并接纳青少年的网路使用行为。网路是超大型的图书馆，不要因为网路有潜在危险，就反对

青少年使用网路，这样只会造成青少年的排斥及疏远。应当接纳他们的网路生活，但要告诫他们其中潜在的危险与应对的方法。父母必须了解自己儿女的网路使用行为、浏览网站类型，而且避免以责难式的询问，应该询问他们最喜欢的网站类型以及原因。最好是和子女同坐在电脑前，让他们带领你去他们最常上的网站或聊天室，了解他们的网友、谈话内容、在网路上的行为，而且以开明的态度，和他们聊聊他们的网友，了解他们的虚拟社群成员。

3. 将电脑放在你可以看见的地方。将有上网设备的电脑放在例如客厅的公共区域。
4. 订定适当的规则，包括：
 - a. 一般网路规则礼仪
 - b. 每次使用时间上限
5. 色情网站的监控及限制：学习使用一些软体来监控孩子上的网页。
6. 慎防网友诱骗。家长应该注意青少年的网路社交活动并提醒孩子：
 - a. 绝对不可给陌生网友个人资料。
 - b. 不要轻易接受网友的馈赠礼物或和网友以电话联系。
 - c. 除非父母或同学陪同，不要和网友单独相约见面。
 - d. 教导自我保护技巧（例如忽视他人不当的文字暴力、粗话、辱骂或其他造成个人伤害的言论）。
7. 保持亲子的沟通管道与沟通习惯；可以降低孩子向网路寻求慰藉的推力。
8. 提供选择性、取代性的活动，增加其他生活上的吸力，比如家人有共同（最好是户外）休闲活动，或是培养孩子其他健康的兴趣以降低网路的吸引力。最好的是早些将孩子带领到耶稣基督面前，使她们的生命中有主耶稣做主，并且参加教会生活，有属灵的朋友，可以帮助他们抵抗不健康的网路生活。

五、教牧辅导实务过程：网瘾

A. 第一步骤“觉”

觉察病识感：协助当事人认知到自己已过度使用网路使当事人对自己的上网行为有“病识感”，觉察自己行为失当，如：已“超时”上网。

B. 第二步骤“知”

认知潜在问题：协助当事人认知导致其过度上网行为的潜在心理问题：网路上瘾行为的背后其实是有理由的，过度上网的行为是潜在心理问题导致其逃离正常生活的结果。

C. 第三步骤“处”

处理潜在问题：协助当事人面对现实，处理潜在心理问题而非沉迷网路以逃避问题：让当事人深切了解到逃避问题祇使问题更恶化，并非解决问题之道。

D. 第四步骤“行”

发展并执行改变计划：协助当事人发展并执行改善过度使用网路的行动计划。行动计划若使当事人感到正向替代活动的吸引力，并结合“重要他人”（对他有影响力的人）的协助，以塑造有利情境，则成功率将大增（配合第三步骤的潜在心理问题的处理，应协助当事人提出具体改善网路上瘾行为的行动计划，并身体力行以逐步改变上网行为）。

E. 第五步骤“控”

培养自我监控能力：逐步降低上网时间，培养出对时间的敏感度与对自我的监控能力，以达成咨商目标，回归正常和谐生活，再自我监控以维持“战果”。

六、处理其他上瘾问题

A. 上瘾行为的成因

1. 为逃避问题困境：特别是面临压力挫折时为避免焦虑、负面情绪习惯以药物、酒精麻痹自己。
2. 好奇心驱使。
3. 家庭功能不全或出问题：家人缺乏良好沟通、欠缺亲情、放任、或是管教过于权威、家中有人有上瘾习惯。
4. 圣经中上瘾的根源就是放纵情欲、不信神、骄傲、只倚靠自己、拜偶像、滥交忌妒、违背神的教训。

B. 除瘾良方

上瘾，令人失去自由，被罪与痛苦重重捆绑，单靠自己的意志去脱离是极难的。但神有恩典“真理必叫你们得自由”（约 8：22）耶稣基督就是真理。要从瘾中被彻底释放，只有一条途径，就是神的方法，让圣灵充满来重建整个人生。“不要自欺，无论是淫乱的、拜偶像的、奸淫的、作娈童的、亲男色的、偷窃的、贪婪的、醉酒的、辱骂的、勒索的、都不能承受神的国。你们中间也有人从前是这样。但如今你们奉主的名，并藉着我们神的灵，已经洗净，成圣称义了。”（林前 6：9-11）

1. 帮助对方明白这些上瘾的行为是罪并且向神认罪，知道自己是在罪恶的捆绑当中，知道自己需要神的赦免，和胜过罪恶的能力，我们所对抗的

不是“上瘾”而已，乃是背后撒但的权势，我们需要倚靠耶稣基督的救恩，因为他已粉碎撒但的一切权势，我们倚靠他就可以得胜。

2. 帮助对方立志改变。当事人必须立志愿意接受耶稣基督为他生命的主宰，让自己的生命荣耀神，并且明白身体是神的殿（林前 6：19）。意思是身体必须荣耀神，不能污秽或损坏圣灵的殿。要蒙神喜悦的话，必须除去上瘾的恶习。帮助当事人明白生命中出现的问题，导致自己必须躲在毒品，酒精，赌博之中来麻醉自己，无论是压力，或是家庭问题，心理的因素，都可以选择另一种方式来解决。以酒精或毒品来解决是暂时的，也是错误选择。圣经可以提供另一种选择。
3. 以新的生活方式代替全部旧的生活方式。脱去旧人穿上新人。目标不是戒酒，戒赌，戒毒，戒上瘾，不去做那些事而已，而是要过一个新生活，拥有一个新生命。一个上酒瘾的人，必须学习到过一与喝酒完全不相干的新的生活方式。一个有毒瘾的人，要学习过一个与吸毒完全无关的新的生活方式，否则他还是个瘾君子。在任何一个角度来看，必须有新的生活方式用以代替全部旧的生活方式。当你感到情绪低落，失望，或生气，旧的生活方式是引你去找酒喝。但新的生活方式是按圣经的方法来处理这样的问题。假如旧的生活方式是为了维系友谊而和一些有恶习的朋友来往，那么新的方法是不单单要求你放弃旧的友谊和老习惯，而且还要你进一步与基督徒团契建立一个新的和坚强的关系。你所有的活动必须环绕在家庭和教会中（林前 15：33“你们不要自欺，滥交是败坏善行”；来 10：24-25“又要彼此相顾，激发爱心，勉励行善，你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人。倒要彼此劝勉。”）
4. 调整生命的目标与方向。教牧人员须陪伴当事人渡过停止使用烟酒毒品等不良嗜好的艰难日子，帮助对方把整个生命重建在圣经的原则和教导上。帮助对方以祷告的心来读经，求神帮助对方明白神的话语，并愿意按照他的话语而行以讨他的喜悦。帮助对方目标专注于讨神喜悦，而不是单单为了自己戒除上瘾的恶习而已。你必须把讨他的喜悦为主要的目的，高于其他一切之上。明白自己生命中的偶像是什么，除去他并单单以讨神喜悦为目标。
5. 按照上述哥林多前书 15 章的经文，帮助当事人从今以后必须远离那些与他有同样恶习上瘾的朋友；要与他们的关系一刀两断。不可与他们来往直至你完完全全建立了一个新的生活方式。只有

到当事人已经坚强起来到一个地步可以去帮助那些同样被捆绑的朋友们按照神的方法来除去他们上瘾的恶习时才可以再跟那些朋友联系。

6. 可以转介给有相关经验的戒毒，戒酒的福音机构来帮助对方。

第廿四课 小组辅导

一、小组/团体辅导的 3 种功能

1. 教育功能：夫妻小组，青年小组/团契，在这种小组中可以藉着讲座达到教育的功能。
2. 预防的功能：在团体中可以更了解自己、接纳自己、了解别人、接纳别人、满足隶属感和互谅互爱的需求。这些都具有预防的效能。
3. 治疗的功能：比如说组成单亲家庭团契、鳏寡团契、成长团契、戒酒小组等等，在这类型的小族中可以达到治疗的功能。

二、小组辅导的好处

1. 体验互助与互利。
2. 发展良好适应行为。
3. “和别人一样”的体验。

三、如何开始建立小组？

确定小组方向与目标——针对青年人的成长？适婚年龄的婚姻恋爱？是婚姻咨商？治疗性？或是教育性的？因为不同的目标会影响着小组的型态？

1. 选择成员——依照小组的型态选择参加的成员。
2. 决定小组的人数——以 8-12 人为宜，人数太多，情境不易控制，辅导成效可能容易降低。
3. 决定聚会时间——每次小组时间不宜过长，以 60-90 分钟为度。聚会中安排有神的话语教导，也多给组员机会分享。
4. 聚会的场所——以一般团辅室或教会团契教室为宜，应避免易使成员分心的场所。此外，尚须注意环境的公开性和安全性。
5. 助理辅导者的安排——最好能有位协同辅导者，辅助小组气氛的塑造、活动的催化、及冲突事件之处理。
6. 小组辅导者间必须要有良好的默契，对于整个小组过程的带领与小组成员的了解，应具有良好之共识。
7. 小组活动设计，依照小组型态来设计内容。活动设计宜浅显易懂、活泼有趣，以吸引成员的参

与、引发成员互动与成长。此外，由于小组过程中，常有偶发状况，阻碍原设计活动之进行，或者，在了解成员互动状况后，常需要调整原设计的活动，所以，事先宜设计一些后备替代活动，以备不时之需。

8. 相关理论的充实阅读。对于你要带领的小组型态与内容必须要有相当的知识基础，比如说做婚姻辅导的就要知道相关的知识，做沟通的小组就要知道沟通的原则等等。

四、小组辅导的技巧

A. 温暖、尊重、同理与接纳

成员于其生活环境中，因缺乏有效的支持系统，常觉得无人了解他们，对周遭人物常采抗拒、逃避、封闭的方式应对。所以，欲使他们在小组中开放自己，必须使他们感到辅导者与小组是温暖而安全的，是愿意也能够了解他们的。如此才能形成正向的团体气氛，成员也才能接受领导者的催化，从而开放自己，迈向成长。

B. 与成员建立“良好”的关系

此关系必奠基于前述温暖、尊重、同理与接纳的技巧。但必须注意，由于此类成员对其行为的控制能力较弱，领导者的角色最好能介于“老师”与“辅导员”之间，让成员对辅导者能“又爱”且能“又敬”，如此才能有效地控制小组的秩序与进度。

C. 圣经的原则与教导

要有效运用神的话语来造就装备组员，小组辅导和世俗一般的小组最大不同点，要能有效的使用神的话语来帮主组员成长，也可以从圣经的观点来认识自己，认识神。

D. 澄清与具体

成员的表达能力多半较弱，或较不愿表达，领导者需要常澄清成员所表达的意念，使组员渐能学习自我认识，并且进一步探索与自我表露，使小组内的沟通较无阻碍。

E. 当面的提醒关注

成员常有逃避应负的责任，或给予自己不当的行为合理的藉口。所以，领导者必须当面质成员，促其自我思考，勇敢面对现实。但是，这种提醒时须注意——并非领辅导者主观的价值判断；在方式上，以“鼓励”的做法最为有效，亦即肯定或员已有之优点，再鼓励其面对尚可突破的行为。再者，须注意莫使这种提醒成为对个人的指责或群体的攻击；否

则，当事人势必会受到伤害，而更恶化所被面质的行为。

F. 立即性

小组中许多突发的状况，都必须立即而公开的处理，尤其是抗拒与冲突的事件。否则，小组气氛易被破坏，活动将无法发展顺利推展，甚至会演变为彼此的不信任或猜忌。

G. 适度的幽默感

小组中若能轻松活泼的进行活动，将更能吸引成员的参与和投入。但是由于此类成员较为好动，需要注意幽默的程度，污秽的言语或是乱开黄腔，免得使引起成员过分的的天不安或反感。

H. 其他注意事项

1. 注意成员每次在小组的状况，若有不适于参与小组的情形，可个别处理。
2. 不忘记为小组成员改变祷告，毕竟我们辅导的目的，是要把人在基督里，完完全全的引到神面前。
3. 要特别注意小组成员彼此的互动，及其在小组时间外的联络，莫使小组反成为“小集团的结合”，而使其他的人无法参与介入，形成小圈子。事实上，小组技巧之运用，可说“运用之妙，存乎一心”，须依当时的人、事、时、地之需要，作适切的反应与处理，以期使成员能藉由小组获得最有意义的成长。

五、总结辅导技巧与过程

1. 与受辅者建立起良好的关系，接纳尊重他们。
2. 收集资料了解问题所在，做判断。
3. 帮助他认知自己的问题，然后帮助他立即改变。
4. 采取行动，助他脱下旧的行为穿上新的行为。一定要有正确的替代行为，所以要有计划的帮助他改变，使他有一个全面重整的新生命。

六、面对限制

1. 有些人就是不能改变，总有许多理由与藉口，对的辅导有不同的看法或推辞。无论用哪种辅导方法都有可能失败，连圣经辅导也有失败的时候。失败的原因有两种：没有清楚了解对方的问题，太仓促下结论。
2. 受辅者没有改变的意思。这时可以诚恳劝诫，面质挑战他，鼓励他改变。面质就是发现受辅者有不一致时、矛盾时、不合理的观念行为时，在适

当的时机来询问，让对方对自己的问题以及自我能够有所觉察及醒悟，但因方式太直接易伤人，但有必要时还是需要使用，只是态度需要柔和，如何表达以及时机很重要。

3. 辅导能不能成功不是光靠我们自己，要好好的祷告，并请圣灵与我们同工，若没有圣灵工作，一个人也不可能改变。辅导失败，也不必气馁，找出原因改进，同时不要失望，保持盼望，辅导成功了也不是你的功劳，眼前的失败也不代表永远的失败，这人今天没改变，怎知以后他不会改变呢？改变乃是一生果效。所以，对人对神常存盼望。

附录：婚前辅导手册

目录

第一部：婚前辅导介绍.....	42
第二部：各单元内容.....	43
单元一 知己知彼、原生家庭.....	43
单元二 婚姻的定义与期待.....	43
单元三 圣经婚姻观.....	44
单元四 夫妻角色的认知.....	44
单元五 沟通的艺术.....	45
单元六 家庭祭坛.....	46
单元七 家庭预算.....	46
单元八 家庭关系.....	46
单元九 婚姻与性生活.....	47
单元十 婚礼的筹备.....	47
参考书目.....	49

第一部 婚前辅导介绍

一、婚前辅导的对象

凡适婚年龄，有固定对象，即将结婚的未婚男女。

二、婚前辅导的目的

帮助即将踏入婚姻的未婚男女做好婚前准备，预备好自己的心，进入二人一体的婚姻世界；并预防双方在婚姻生活中许多不必要的冲突、争吵，甚至分离。帮助婚后建立幸福美满、合神心意的基督化家庭。

三、婚前辅导的具体目标

评估男女双方的适婚度；增加对己对彼的认识度，强化彼此的关系；提供婚姻生活的教导，建立正确的婚姻观；帮助建立基督化家庭；增加婚后辅导的机会；协助婚礼的预备等等。

四、婚前辅导的益处

1. 使男女双方在结婚之前能够知道婚姻的真相和婚姻的优缺点，不因过分乐观或悲观而导致在婚姻适应上要面对不必要的困难。
2. 一起学习面对结婚之后的种种课题，事先教导双方某些技巧，训练他们处理某些问题的模式，使他们一辈子的婚姻越加幸福。

五、教会的责任

1. 不止提供婚礼的场所；
2. 传道人并非只担任婚礼的主持人；
3. 教会必须提供婚前婚后的教导与辅助，以便实际帮助信徒建立基督化家庭。因此必须要求对方接受完整的婚前辅导之后，经评估适合现在结婚才予以证婚。若经评估双方不够成熟，则应建议暂缓婚礼之进行，并予以辅导，直到双方预备好为止。

六、婚前辅导的内容

周次	大纲	时间	辅导教材
单元一	知己知彼、原生家庭的认识	两小时	问卷、心理测验
单元二	婚姻的定义与期待	两小时	问卷、讨论
单元三	圣经婚姻观	两小时	问卷、讨论
单元四	夫妻角色的认知	两小时	问卷、讨论
单元五	沟通的艺术	两小时	问卷、讨论
单元六	家庭祭坛	两小时	书籍阅读

单元七	家庭预算	两小时	计划表
单元八	促进家人关系（婆媳问题、住处问题）	两小时	书籍阅读
单元九	性与婚姻（避孕、生育计划）	两小时	问卷、讨论、阅读
单元十	婚礼筹备	两小时	有关资料

注：正式辅导前，要求填写个人资料以及对婚前辅导的期待，以便了解双方背景资料以及最需要帮助的区域，以便在该区域加强辅导。

七、课程说明

1. 单元一至四的目标为评估适婚状况：一般来说，前来接受婚前辅导的男女已决定不久将来要结婚。不过，在婚前辅导中仍要客观地协助未婚男女理智了解他们的状况、个人成熟度、彼此的认识与关系是否已经适婚。当结果出来是他们目前不适合马上结婚时，辅导员不应像审判官似的判定他们不能结婚，而应带着关怀的心让他们了解，虽然他们尚不宜匆促成婚，但他愿意提供机会与时间继续辅导帮助他们，使他们适合结婚。
2. 单元五的目标为强化双方的关系：婚姻关系恶化的主因是沟通失调。夫妇间若有良好沟通，他们的关系必会强化。因此沟通确为婚姻要素，良好沟通促成容易了解、接纳和适应对方。本单元专注于帮助未婚男女学习建设性的沟通方法。
3. 单元六至九的目标为提供婚姻生活教导：婚姻生活现实繁琐，不是只有所谓“爱情”就够。因此辅导过程中提供实际婚姻生活面对的问题，并给予辅导是很有帮助的。教导这些实际问题时，辅导员可以自身经验或以帮助别人处理婚姻问题的经验，以亲切非权威性的方式来教导。让参与者提出看法与问题，并互相讨论。若对部份课程经验不足或不甚了解，可借参考书籍并鼓励受辅者阅读相关书籍。必要时可邀请专家协助教导，并参与讨论。
4. 单元十的目标为协助已通过辅导课程的准新人筹备婚礼事宜，避免手忙脚乱。

八、辅导方式

1. 小组方式—若报名人数很多则以小组方式进行。以4-6对为主。
2. 个别辅导方式—若只有一对，又必须立刻进行辅导，则采个别辅导方式。
3. 每周上课一次，每次两小时。
4. 有时可安排小组出外作周末营或假日营（适合于沟通的单元）。

5. 使用问卷测验、彼此讨论、实际演练、阅读相关资料与书籍等方法来进行辅导课程。

九、小组规则

1. 尽量不缺席。
2. 以分享经验为原则，不公开讨论私人性问题。
3. 按时完成课外阅读。
4. 保密。

十、地点

以舒适、有家的感觉为主。

1. 传道人的家中。
2. 愿意开放家庭并投入协助辅导的年轻夫妇的家。
3. 协谈室或传道人办公室，最好不要坐在办公桌后面辅导。可在办公室放置沙发，营造温馨气氛。

第二部 各单元内容

一、辅导资讯

1. 填表人姓名
2. 两人正式交往时间
3. 你们认识的过程
4. 交往过程中，什么是你印象最深的一件事？
5. 你最欣赏对方什么？对方什么特质最吸引你？
6. 你对参加婚前辅导有什么期待？

二、期待问卷

1. 填表人姓名
2. 请用具体的话写下：
 - a. 对辅导课程的期待
 - b. 对两人关系的期待
 - c. 对自己的期待

单元一 知己知彼、原生家庭

方式：使用问卷测验。

目的：透过问卷，辅导员了解受辅者，知道从哪一方面帮助对方。也能让受辅者更认识自己也更认识对方，以及对方的家庭。特别是有些领域在平常不会触及，藉问卷却可触及，达到知己知彼之目的。

方法：做完问卷后，引导双方讨论。

A. 知己知彼问卷（1-5，每项至少写5句）

1. 请列出对方5项缺点。
2. 我欣赏我……
3. 我欣赏你……
4. 我最怕你说我……
5. 当你……我就会觉得有压力。

B. 差异问卷

1. 你觉得你们有哪些差异？（请至少列出5项，并按强弱次序排列）
2. 这些差异是引发你们争执的因素吗？为什么？在你们实际生活中，造成了哪些影响及冲突呢？
3. 这些冲突让你有些什么感觉？

单元二 婚姻的定义与期待

方式：问卷作答。

目的：透过问卷作答方式了解男女双方结婚的动机以及对婚姻的期待，并藉以评估双方是否够成熟承担婚姻生活。辅导双方了解彼此的看法与期待并作出适当的调适。

方法：问卷作答以及讨论。

A. 婚姻的定义

1. 请你为婚姻下一个定义。
2. 你对婚姻怀有什么恐惧和挂虑？
3. 请列出10点是你认为现今就是你结婚的时候的理由。
4. 请列出12点你要与对方结婚的理由。

B. 对婚姻的期望

1. 对我来说，爱我未来的终生伴侣就是……
2. 请回想在过去1个月中，你的未婚夫（妻）对你表示爱意的4件事。
3. 列出在过去1个月中，你在有意无意之间，伤害了他的4件事。
4. 列出你与对方不同之处。
5. 列出你与对方相同之处。
6. 列出4件对方最近常要求你改变的事（你虽可以改过，却没有做到）。请分享你的感受。
7. 请解释你为什么改不过来。
8. 你能给你们未来的婚姻带来最大的助力是什么？
9. 你认为对方最强的一点是什么？（能力、经济、分析……）

单元三 圣经婚姻观

方式：查考相关经文。

目的：藉查考圣经，明白什么才是合神心意的婚姻观，并辅导、建立受辅者将婚姻观建立在神话语之上。

方法：查考太 19：4-6。

请由太 19：4-6 归纳出婚姻潜规则。

1. 何谓离开父母？包括哪些层面？
2. 在离开父母一事上，哪个层面的离开对你而言最难？为什么？（地域上、经济上、心理上……）
3. 婚姻的最终目标为何？
4. 联合的基本要素为何？
5. 在哪几方面需要合一？如何达到合一的目的？
6. “婚姻的杀手”为何？如何胜过？

单元四 夫妻角色的认知

方式：问卷、讨论。

目的：使双方进一层了解彼此角色。为帮助婚后在角色上有较好适应，用问卷让双方认清相互之间的角色。过去夫妻的角色是固定的——男主外，女主内；只要做好本分，婚姻就可维持一辈子。但现代人的婚姻，男女角色较有弹性，因此要了解双方对彼此角色的期待。如果是合理、对方能接受的，就没有什么问题；如果不切实际，就会在婚后产生种种冲突。辅导员应帮助他们分辨与调适。

方法：让他们分开作答问卷，之后辅导员把两人的答案一起比较，计算出彼此之间的误差值，就可断定是不是两人之间的角色认知差距太大。辅导的大前提是让他们体会到夫妻之间的差异并不重要，最重要是学习如何面对差异。对婚后角色有不同意见时，夫妻两人可开始去寻求妥协，寻求互相适应的方法。

A. 夫妻角色概念比对表

你认为丈夫、妻子在婚姻中的角色及职责是什么？
（答案指示：1. 极为同意 2. 颇为同意 3. 不肯定 4. 颇不同意 5. 极不同意）

（说明：1. 不可以超过 3 题答案是“3”不肯定。2. 第 1 和 11 题不可以选答案“3”。）

想法	妻子/丈夫
1. 丈夫乃一家之主。	1 2 3 4 5
2. 妻子不应出外工作。	1 2 3 4 5
3. 丈夫应经常帮忙清洗碗碟的工作。	1 2 3 4 5
4. 妻子对孩子有更大责任。	1 2 3 4 5
5. 妻子赚来的钱应归她自己所有。	1 2 3 4 5
6. 丈夫每星期最少应有一个晚上跟自己的朋友出去消遣一下。	1 2 3 4 5
7. 妻子是应该负责煮饭的。	1 2 3 4 5
8. 丈夫的责任在外工作，妻子的责任是照顾家务和儿女。	1 2 3 4 5
9. 处理钱财的最佳方法是两人收入共用不分彼此。	1 2 3 4 5
10. 结婚双方是平等的。	1 2 3 4 5
11. 面临僵局的时候，应该由丈夫作出最后决定。	1 2 3 4 5
12. 每星期应该有一个晚上由丈夫看孩子，让妻子可以自由地做些她爱做的事情。	1 2 3 4 5
13. 夫妇两人应该一起做消遣的活动。	1 2 3 4 5
14. 由妻子主动跟丈夫造爱没有什么不妥。	1 2 3 4 5
15. 夫妇两人应该一起订定家庭预算和处理财物的方法。	1 2 3 4 5
16. 未经对方同意，不应私自买一千元以上的物品。	1 2 3 4 5
17. 管教孩子是父亲的责任。	1 2 3 4 5
18. 有特别专长的妻子也应该有自己的事业。	1 2 3 4 5
19. 使家里清洁整齐是妻子的责任。	1 2 3 4 5
20. 做丈夫的应该每月有两次带妻子出去消遣一下。	1 2 3 4 5
21. 有关孩子的管教，母亲所负的责任跟父亲同样重要。	1 2 3 4 5
22. 倒垃圾应是丈夫的工作。	1 2 3 4 5
23. 母亲应该负责教导孩子有关价值观念的问题。	1 2 3 4 5
24. 女性比男性更情绪化。	1 2 3 4 5
25. 应该容许孩子帮忙安排家庭活动。	1 2 3 4 5
26. 注重纪律的父母能让孩子有更好的发展。	1 2 3 4 5
27. 妻子应该常常顺从丈夫的吩咐。	1 2 3 4 5
28. 夫妻两人分别负责的范围应该由丈夫来决定。	1 2 3 4 5
29. 夫妻双方都不应把自己的父母带到家中居住。	1 2 3 4 5

B. 家庭责任分担表

有些夫妻发现，写下一个互相同意的工作分配表，更能使他们成功地获得相互支持的关系。他们把所有必须做的事全部列出，再考虑谁有时间、能力和经验来负责。而且也考虑谁比较关心那事，谁最喜欢做。下列图表能助你完成这事。图表左边列出所有重要家事，右边则写出夫妻一方的名字。

家事项目	有时间者	有经验者	在意并想做	喜欢做
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

单元五 沟通的艺术

方式：实际演练。

目的：男、女在沟通与情绪表达方面是不同的，本单元主旨即在帮助男女双方了解差异，进而训练两性沟通技巧与如何正确表达情绪。

方法：藉填写问卷了解自己的沟通风格。藉实际演练来学习如何表达与沟通。阅读相关书籍。

A. 婚前沟通表

1. 你可有把感受埋藏起来的倾向？为什么？（经常/很少/有时）
2. 对方生气时会告诉你吗？（经常/很少/有时）
3. 再订定有关你们两人的计划时，他会自作主张

吗？（经常/很少/有时）

4. 你跟他（她）家里的人来往密切吗？（经常/很少/有时）
5. 他（她）啰唆吗？（经常/很少/有时）
6. 他（她）有没有等你把话讲完，才发表自的意见？（经常/很少/有时）
7. 你们曾经讨论过将来为人父母的责任吗？（经常/很少/有时）
8. 吵架时，如何处理怒气？（经常/很少/有时）
9. 你们满意这种处理方式吗？为什么？（经常/很少/有时）
10. 你期待对方如何处理？（经常/很少/有时）

B. 4种沟通类型

1. 社交型：一般最常见的沟通型态，如见闻交换与分享；一般性的聊天，皆属此类。故亦可称为“消息型”。
2. 控制型：“你……你……”——处处维护自己的权利，扮演老师、父母、指导者角色。
 - a. 正面情况：单刀直入、征求意见、教导式的谈话。
 - b. 反面情况：责备的、批评的、抱怨的、需求的、一切都丢给你、一切由你负责的；沉默。
3. 分享型：“我……我……”——以你目前的体验、感觉为中心，和对方分享你的感觉。不责备、不纠正对方、也不为自己辩解。打开自己的心，关心对方，接纳对方的感觉，并给予适当的回应。
4. 寻求型：在彼此关系中，为了解决问题，而寻求、追究事实真相的沟通方式。就是说：每个问题、困难都有方法可以解决。但是由控制型转至寻求型，相当困难。

C. 表达情绪

人不可能一直处于积极情绪如快乐、满足等，也会有消极情绪如忧伤、挫败。婚姻生活中，除了分享彼此积极的情绪，也必须分担消极情绪。因此学习如何适当、正确表达自己的情绪让对方明白，是必修的一道课题。以下词汇帮助我们清楚正确表达正面负面情绪。要求受辅者实际演练情绪的表达。

1. 正面的情绪感觉词汇

快乐/乐透了/愉快/高兴/很享受/喜乐/兴奋/快活/很好/温暖/平静/轻松/有信心/盼望/惊喜/欣喜若狂/感激/自由/感兴趣/很得意/释放/开心/很窝心/痛快/触电感/飘飘然/爽快/成就感/过瘾/很光荣/被振奋/刺激/被信任/被欣赏/被重视/被体谅/被关心/被呵护/被肯定/被包容/被吸引/受感动/被认同/被了解/被需要/被激励/被尊重/

单元七 家庭预算

被鼓舞/被接纳/归属感/放心/宁静/心安/不错/
蛮好/亲密/幸福满意/舒服/平安/甜蜜/贴心/很
安慰/自豪/激动/快乐的不得了/喜悦/太棒了/很
不错/愉悦/期待/安全感/有把握/被爱/陶醉

2. 负面的情绪感觉词汇

忐忑不安/悲伤/虚空/怨恨/惊讶/恼怒/沮丧/失
望/紧张/灰心/心痛/害怕/气馁/气愤/恐惧/着急
/心碎/愤怒/生气/绝望/厌恶/消沉/不爽/受伤害
/惊慌/羞愧/焦虑/泄气/很糗/挫折/忌妒/郁闷/
伤心/哀伤/懊悔/忧郁/悲伤/压迫感/丢脸/沉重/
被排斥/可怕/被冤枉/后悔/被控制/被利用/窒息
感/茫然/被出卖/被遗弃/被拒绝/恐怖/无聊/被
压抑/别扭/麻木苦恼/痛苦/被激怒/被陷害/委屈
/受惊吓/挣扎/烦躁/没盼望/不被尊重/不受重视
/慌张/失落感/被骗/被羞辱/被轻视/难过/急躁/
惭愧/很苦/无奈/无力感/沉闷苦闷/辛苦/孤单/
为难/不高兴/不舒服/不知所措/不被了解/疑惑/
无助/不好意思/无依无靠/被左右/没面子/寂寞/
闷闷的/莫名其妙/想哭/想逃/想吐/无所适从/被
忽视/迷惘/矛盾/很累/愧疚/没有信心/勉强/怪
怪的/内疚/惧怕

单元六 家庭祭坛

方式：阅读、讨论。

目的：帮助未婚夫妇婚后建立基督化的家庭。

方法：藉着书籍、刊物的阅读，建立起基督化家庭的观念。同时用讨论的方式来帮助他们思想将来要如何建立家庭祭坛。

A. 定义篇

1. 何为家庭祭坛？请为家庭祭坛下一个定义（根据你的了解和认知）。
2. 家庭祭坛建立的先决条件是什么？
3. 家庭祭坛是否可以取代个人灵修时间？为什么？
4. 建立家庭祭坛的目的是什么？

B. 实务篇

1. 你们希望如何规划你们的家庭祭坛？多久一次？每次多长？以何种方式、内容来敬拜神？
2. 若按着你们的计划进行的话，会遇见什么难处吗？如何解决？
3. 如何开始？有什么步骤能循序渐进建立家庭祭坛？何时开始？

方式：预算的编列与开支的协调。

目的：对于年轻人的婚姻而言，最为现实的事莫如经济状况的冲击。新婚夫妻因经济问题起冲突不一定因为没钱，而是对金钱的态度和用钱的方法所引起的。所以应在婚前就开始这方面的计划，学习有效担负起管理家计。

方法：观念的沟通以及实际执行预算的编列。

观念沟通—新婚夫妻一般在经济上容易有的争执有下列几种，可提出让双方讨论、沟通并协调：

1. 婚后要租什么样的房子？房租大约多少钱？
2. 要花多少钱布置新房？
3. 每个月要给父母钱吗？要给多少？
4. 妻子可以拿钱回娘家吗？可以拿多少？
5. 夫妻之间能不能各存“私房钱”？平时零用钱各应该为多少？
6. 婚后如何行使基督徒的奉献？
7. 两人的收入如何处理应用？（可参考财政问卷的项目讨论）

单元八 家庭关系

方式：讨论新婚之后的姻亲关系。

目的：中国人向来注重家庭，结婚的意义有时是家庭内多了一个人，而不是一对年轻朋友重组一个家庭。如何帮助新婚夫妻面对两个家庭的种种需求是一个非常重要的问题。

方法：问题讨论、观念沟通与协调。与家人同住呢？还是自己搬出去住？婆媳问题的处理。

A. 住处问题

1. 婚后要与准配偶之一的家人同住吗？理由是什么？
2. 你认为与父母同住的好处有哪些？
3. 如果与父母住在一起，家事如何分配？生活费用如何分担？
4. 你认为与父母同住有哪些不方便之处？
5. 有没有什么方法，可以既照顾到父母，又有自己的生活天地？
6. 如果与住在家中的其他成员发生摩擦，要如何面对与处理？你希望你的配偶如何支持你的处理？

或如何帮助你处理？

7. 婚前该如何与未来的公婆或岳父母沟通这些观念？

B. 婆媳关系

几个简单参考原则（可参考其他相关书籍）

1. 婆婆应注意的事项

- a. 在观念中，婆婆应先体会到惟有儿子与媳妇切实相爱才是家庭幸福的主要关键。
- b. 让儿子独立自主，不要干涉他们夫妻之间的事。
- c. 主动与媳妇沟通，分工合作处理家务，媳妇家事如果做得不够理想，或过于懒散，婆婆可以善意列出应处理的家项目，提醒媳妇。
- d. 可能的话，不要与儿子和媳妇一起居住，婆婆将得到更多的尊重与孝顺。

2. 媳妇应注意的事项

- a. 须有主动的孝顺行为。如不可太懒散，要勤劳，多沟通多问候。
- b. 须强化孝顺公婆的“具体行为”，孝顺公婆远比孝顺父母更需具体的孝顺行为。如主动的聊天、表示关心、征求意见、多赞美、表示感谢等等。
- c. 顺服心的培养。

3. 丈夫应注意的事项

- a. 扮演一个好的“中间者”，不要偏袒任何一方。
- b. 行为上以父母为第一，内心中则是妻子至上。
- c. 生活习惯上保持夫妻间应有的隐密性，但家庭活动中不要忘了让父母亲来参与。

单元九 婚姻与性生活

方式：问卷作答、问题讨论、邀请专家演讲、阅读书籍。

目的：建立健康的性知识与做好婚后生育计划。

A. 夫妻性关系的处理

有正确性知识的人，知道性在婚姻生活中的地位而不过求或逃避它。他了解夫妇共享的性生活是正常又美好的，他们重视性却不认为性是婚姻生活的全部，婚姻不是靠性来维持，但是夫妇需要性来滋润他们的婚姻生活。对于新婚夫妻而言，“房事”果真那么简单吗？从过去一些报告看来，其实并不是那么容易。一般常见问题如下：

1. 初夜新娘没有“落红”的问题
2. 性恐惧的问题

3. 性器官、性姿势、与性高潮的问题

这些问题都是应该在婚前辅导之时有所了解与沟通。夫妻中的性爱关系之关键因素往往是心理因素大于生理因素。性爱的和谐与否主要因素是相爱与沟通的问题，男性应该学习如何好好的爱妻子，使妻子有被爱的感觉；女性最主要的课题不是自己有多性感的问题，更重要的是如何使丈夫在性爱中有成就感的问题。

B. 家庭计划

结婚成家，生儿育女是下一步该做的事情。问题是目前的新婚夫妻对于生儿育女的观念可能与以往有很大的差距，家庭计划的实施，必须依照个别家庭的状况、结婚的年龄、工作的性质而有所不同。因此夫妻双方应该要有良好沟通，彼此互相协调，共同决定：

1. 什么时候要有第一个孩子？
2. 几个孩子恰恰好？/有了第二个孩子怎么办？
3. 孩子年龄的间隔？
4. 与抱孙心切的父母亲做沟通，如此才能避免夫妻间或家庭内的争执与纠纷。
5. 做好家庭计划之后，必须商讨什么是最适合两人的避孕方式。

单元十 婚礼的筹备

当两个人开始为婚礼筹划的时候，便开始切身体验到婚姻生活繁琐、不罗曼蒂克的一面。筹备婚礼并不简单，不少人在步入筹备阶段，便开始心情烦躁、摩擦增加，沟通的深度也相对地退步，相信这与婚礼筹备所涉及的繁琐事务众多有关。如果再加上双方家长对婚礼的诸多要求、风俗习惯等，压力就更增加。教会有责任在婚礼筹备这方面帮助新人，指导他们如何去筹备，如何作计划，以及提供一切需要的帮助，使婚礼的筹备可以尽量完备。以下是婚礼筹备的计划表，可以辅导新人使用。

（注：此筹备细节因所处国家地区不同，使用者须根据本地情况及衡量经济条件后和未婚配偶共同讨论然后作出改动。）

A. 筹备婚礼重要事项

1. 安排双方家长见面
2. 与双方家长商量聘礼
3. 决定婚期

4. 找寻新居
5. 决定婚礼形式、行礼地点及草拟婚礼场地布置
6. 草拟宴客名单、预订酒席（若属旺季，必须先于一年前预订）
7. 安排婚前健康检查
8. 安排婚前辅导

B. 筹备婚礼

婚前 12 个月	
	如选择于教堂举行婚礼，请问教会传道人是否可以在教会中举行。
婚前 6 至 4 个月	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 与传道人商量婚礼程序事宜。 2. 邀请亲友成立婚礼筹备委员会。 3. 选定礼服、婚纱、晚装、裙褂、饰物、花饰、婚戒等。 4. 拍摄婚纱照。 5. 为双方家长、伴娘、伴郎及工作人员订造或拣选礼服。 6. 开始计划家居布置及订购家具。
婚前 3 至 2 个月	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 亲身到婚姻登记处办理登记手续。 2. 与牧师/传道人商量婚礼彩排程序。 3. 选购须送的礼物。 4. 购买家具及新居用品。 5. 计划新婚旅游行程。 6. 准备嫁妆。 7. 新娘进行试妆及发式。 8. 预约花车。 9. 预约摄影师。 10. 拣选喜帖，印制前须校对内文资料。 11. 筹备姊妹团午宴。
婚前 1 个月	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 确定婚礼彩排时间及地点。 2. 最后确定嘉宾及工作人员名单。 3. 制订结婚程序表及婚宴座位表。 4. 编订教堂礼仪。 5. 拣选音乐、圣诗及演辞。 6. 试吃酒席菜式。 7. 订制结婚蛋糕。 8. 试穿婚纱、晚装、裙褂、礼服、婚纱晚装鞋，9 必要时作出修改。 9. 选购配件，包括头饰、面纱及饰物。 10. 购买内衣、丝袜、鞋子及手套。 11. 送礼、送嫁妆。 12. 给亲友寄发喜帖、礼饼卡。

	<ol style="list-style-type: none"> 13. 挑选结婚礼物给新郎，购买纪念品给伴娘、姊妹团、伴郎及兄弟团。 14. 订蜜月旅行机票及酒店。
婚前 2 星期	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 确定婚书已经送给牧师。 2. 再次试妆、试发型、试穿婚纱。 3. 确定酒席数目及菜式。 4. 购买嘉宾留名录、龙凤帐及利是封。 5. 宴请工作人员。 6. 清洁新居，购置各家居用品及安排新居入伙。
婚前 1 星期	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在教堂举行婚礼者，通知有关人士出席彩排。 2. 预早取婚纱及裙褂。 3. 检查所有婚礼及婚宴物品是否齐备。 4. 邀请一位好友在结婚当日替您携带私人物品。 5. 新娘与姊妹午宴并致送礼物，另新郎亦要举行全男班聚会。
婚前 2 天	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 与牧师再确认行礼的时间与细节。 2. 准备好各项费用，如酒席数目。 3. 布置教堂/礼堂。 4. 确认花车。 5. 预订“回门烧猪”。 6. 致电提醒嘉宾。 7. 收拾旅行装备及取机票。
婚前 1 天	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提醒化妆师、发型师、摄影师准婚礼时间。 2. 分发婚礼程序及座位编排图。 3. 收拾婚礼、婚宴物品、化妆箱；另准备熨斗、熨板、镜、针线等携往婚礼地点，以作不时之需。 4. 当晚需有充足睡眠。
结婚当天	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 保持愉快的心情准备迎娶。 2. 若兄弟/姊妹团是基督徒，可安排一同祈祷/敬拜（若是星期日）。 3. 吃一顿丰富的早餐。 4. 请一至两位好友随旁料理杂物和协助换礼服。 5. 男方准备结婚证书及礼品、礼金等到女方家迎娶。

婚前辅导参考书目

基督教出版社

1. 张晓风。《二人行》。台北：校园，1987。
2. 周功和。《与你同行》。台北：校园，1983。
3. 杜尼耶著。周增祥译。《彼此了解》。香港：证道，1976。
4. 查理·法兰丝著。黄美美译。《我要结婚》，台北：中国主日学协会，1976。
5. 蔡伯吁著。王秋嫫译。《他与她》。香港：证道，1982。
6. 奥斯本。《了解你的伴侣》。香港：种子。
7. 柯黛玲著。金培文译。《此情不渝—如何使你的丈夫快乐》。台北：中国主日学协会，1996。
8. 克罗姆著。严彩琇译。《爱的生活》。台北：中国主日学协会。
9. 陶德氏著。李周恩慈译。《婚姻生活指南》。香港：辅侨，1965。
10. 俄戴尔著。伍惠亚译。《以爱相待》。台北：道声，1977。
11. 杜德华著。伍惠亚译。《我嫁给你》。台北：道声，1974。
12. 路德毕尔。《妻子的挑战》。台北：基文。
13. 林意玲编。《另一半的追寻》。台湾：宇宙光，1970。
14. 郑连德。《创造成熟的婚姻》。台北：三一文化，1979。
15. 克柏·威廉斯著。许纯欣译。《恋爱婚姻与性生活：基督教婚姻观》。香港：文艺，1982。
16. 梁望惠译。《准备结婚》。台北：长青文化，1976。
17. 叶高芳编。《性与爱的世界》。台北：家协。
18. 亚当杰伊著。贡岛华译。《基督徒的家庭生活》。台北：中国主日学协会，1979。
19. 刘东昆、王政中。《家庭幸福之路》。台北：浸宣，1965。
20. 谢禧明。《建立基督化家庭》。台北：长青。
21. 《家庭崇拜的价值》。播道会。
22. 薛福·伊蒂丝著。严彩琇译。《甜蜜的家庭》。台北：校园，1982。
23. 柯思本著。罗黄振池译。《了解自己》。台北：中国主日学协会，1976。
24. 迈罗礼著。陈永禹译。《打开心结》。台北：道声，1977。
25. 许江城译。《一个男人的成长》。香港：证道，1973。

26. 陈婉仪译。《一个女人的成长》。香港：证道，1978。
27. 艾德·惠特、凯伊·惠特著。陈永成、严彩琇译。《闺房之乐》。台北：大光传播，1994。

非基督教出版社

1. 岛影盟。《稳健的婚姻》。台北：青年。
2. 张晓风。《地毯的那一端》。台北：大林文库，1969。
3. 张晓风。《步下红毯之后》。湖南：文艺，1996。
4. 曹又方。《爱的妙方》。台北：联亚。
5. 三浦绫子著。朱颜译。《爱的箴言》。台北：出版家，1990。
6. 文荣光。《爱与性》。台北：时报，1985。
7. 弗洛姆著。刘福堂译。《爱的艺术》。广西：师范大学，2002。
8. 罗洛梅著。冯川译。《爱与意志》。国际文化，1998。
9. 叶高芳编著。〈婚前十大难题〉。《台湾妇女杂志》，1980。
10. 赖德勒著。贾克生、林克明译。《婚姻生活的艺术》。黄山书社，1986。
11. 刘济生。《夫妻之间》。台北：大林文库。
12. 蓝昭堂。《婚姻与生育》。台北：文化。
13. 音山。《夫妻怎样相处》。星光，1993。
14. 国家书店编辑组。《怎样做个好媳妇》。台北：国家书店。
15. 童尚经编。《理想丈夫》。台北：浅溪，1963。
16. 童尚经编。《理想夫人》。台北：丰稔，1963。
17. 黎哲野译。《性卫生》。台北：文化。

其他

卢俊文（华神教牧专文 2003）：〈婚前辅导手册〉，指导老师：张宰金。