

談憂傷療癒



信仰
專欄

聖經的
輔導知能



獨一無二

每個人都有自己的優缺點，希望被獨特的看待，而不希望被分類或比較。

文／謝秀芬

世界真奇妙，好幾十億人口，沒有兩個人是一模一樣的，不同的遺傳，產生不同的膚色，面貌、指紋、音質、高矮、胖瘦、美醜、智力和性格等，即使雙胞胎也是有差異的。每一個人都是神所創造，擁有獨一無二的特性，這就是為甚麼需要個別輔導的原因。

人格的發展受個人內在自我成熟階段，和環境的影響，早期生活經驗影響人的知覺，可能產生認知的歪曲。個人的遺傳和環境，使每個人的意志活動不同。每人有不同的生活經驗，情緒和記憶都是以個別特有的方式來影響人的思考、情感和行為。本文讓我們來瞭解人的獨特性和個人的優勢。

一. 獨特性

1. 特質差異

(1) 同中異

每一個人都擁有與他人不同的特質，對事情的反應，也是大不同。遇到相同的事，有不同的感受，例如陳媽媽有三個兒子，她的婚姻不幸福，常受盡丈夫的暴力相向，三個兒子都看在眼裡。老大心想以後我絕對不要這樣對待自己的妻子，老二因父母的不幸婚姻決定不結婚，老三學到原來丈夫可以這樣對待老婆。不同的人對相同的情境有不同的反應和想法，人對環境壓力的反應不一定是成正比的，不像拍球拍越大力反彈越高。

耶穌差遣十二門徒給他們能力和權柄，去宣傳神國的道，醫治病人。門徒就出去宣傳福音，於是知道此事的，有人說是約翰從死裡復活，又有人說是以利亞顯現；還有人說是古時的一個先知又復活了。希律王聽見有不同說法，

就猶疑不定，因為有各種說法（可六14-16）。從這個事件可以看到，古時的人對同一件事情，不同的人就有不同的反應。

(2) 異中同

人的差異性也可以從結果看到，不同的原因可造成相同的結果。例如少年人的偷竊行為，究其原因發現各有不同的背景與原因。有家境貧寒生活困苦，導致偷竊者；有家庭富裕，不缺零用錢，偷竊是因為父母缺乏關心，想引起父母注意或給父母難堪而偷竊者；有心理不平衡，偷竊是因為要挾怨報復；也有小孩偷竊，單純只因為喜歡那樣東西，想據為己有等。一個問題的產生，背後有各種不同的原因造成，需要一一釐清，才能真正達到協助的效果。輔導人員客觀，尊重個人的獨特性，深入瞭解當事人的想法與態度，凡事以當事人為中心，這是非常重要的原則。

2. 環境差異

人除了先天的遺傳和特質不同外，後天的環境也不同。一個人在家裡的排行或角色，影響家人對他的期待與要求。人的角色不同，責任和義務自然不同，他人對待他的要求和期待自然不同。沒有人會遇到與別人相同的環境，人際的互動是一種社會環境。人先天生理的特質，加上環境的互動，交互作用下，會造成許多不同的結果。如聖經中撒種的比喻（太十三3-8、19-23），相同的種子，撒的時候有落在路旁的，被飛鳥吃盡；有落在土淺石頭上的，土不深，發苗最快，日頭出來一曬，因為沒有根，就枯乾

了；有落在荊棘裡的，荊棘長出來，把它擠住了；又有落在好土裡的，就結實，因土壤日曬方向和水分的不同，有一百倍的，有六十倍的，有三十倍的。可見受環境影響，造成的差異大到不容忽視。

大家應該對孟母三遷的故事非常熟悉，孟子因居住環境的不同，影響他行為的學習。「近朱則赤，近墨則黑」，為此，孟母搬了三次家，最後搬到學校旁邊，而造就了今日為華人所敬仰的孟子。

3. 天賦和才幹的差異

耶穌在耶利哥曾設了一個交銀的比喻（路十九11-27），此比喻就是告訴我們，神給每一個人的天賦不同，同樣給我們每人一錠銀子做生意，有人可以賺十錠回來，有人賺五錠銀子，有人卻把一錠銀子包在手中裡存著。神對他們的懲處各有不同，賺十錠者給管十座城，賺五者管理五座城，因他們是好僕人，在小事上有忠心，所以可以交付重任。

耶穌亦設了一個天國的比喻，天國好比一個人要往國外去，就按個人的才幹將家業給僕人們，一個給五千，一個給二千，一個給一千，就往國外去了。那領五千的隨即去做買賣，另外賺了五千。那領兩千銀子的也照樣另賺兩千，但那領一千的，去把主人的銀子埋藏在地裡（太二五14-18）。從這兩個例子告訴我們，每一個人的才幹不同，性格不同，良善忠心程度不同，勤快程度也不同，所以成就自然不同，賞賜也就不同。

二. 個人的優勢

每個人都會遇到瓶頸的時候，雖然困苦、挫折、失敗會使人陷入困境，甚至使人喪失原來可以發揮的功能，而造成「失功能」狀態。但是每個人都還具備原有的技能、資源、人際網絡和家人的關係。優勢是指面對困境的能力、面對精神創傷的回應，以及運用社會資源解決問題的能力。輔導人員應該運用當事人原有的資產，和優點來幫助他，使他重新站立起來。但是，如何知道他本身具備的能力和優勢在哪裡呢？我們從古先知的事蹟中或許可以找到一些指引。

1. 資源的分類

(1) 內在資源

每個人都有在困境中生存下來的復原優勢，就個人內在層面而言，有健康、智力、容忍力、韌性、情緒智力、適應力、社會技巧和溝通能力。例如有信徒移民美國前從沒做過菜，可是移民一段時間後，為了懷念家鄉的口味，甚麼都會做了，還能在教會安息日中午，負責一二百人的餐食，甚至連中秋月餅、年糕都會做。可見，有些人的適應力強，韌性也高。

以利亞時期因鬧飢荒，神吩咐撒勒法的寡婦供養以利亞，但是當時旱荒，她的家沒有餅，罈內只有一把麵，瓶裡只有一點油，該寡婦準備找兩根柴回家，本來想要為自己與兒子做餅，吃了就等死。她有自己的打算和計畫，以利亞說：照你所說的去作，只要先為我做一個小餅，然後為你與你的兒子作餅（王上十七12-13）。

從這事件我們可以從以利亞身上學到，當事人有所計畫時，要接受並鼓勵他，去作自己人生的安排或規劃，但是可以向他們提出條件或你的看法，尤其當他們的計畫非積極建設性時，或甚至具破壞性時，像此寡婦想吃過餅後等死。輔導工作者可以如以利亞一樣，要求他們在執行計畫前，先為你做一件事。

以利沙有一門徒的妻子，向以利沙哭訴丈夫死了，有債主來要取她的兩個兒子作奴僕。以利沙對門徒妻子的困擾了解之後，便問她說你家裡有什麼？這是在提供協助前，先了解求助者本身擁有什麼資源可以自我協助。以利沙得知門徒的妻子有一瓶油，這是她家庭內的資源。

(2) 外在資源

以利沙要門徒的妻子向鄰舍借空的器皿，並且不要少借。這是要看門徒的妻子擁有多少社會的資源，他的社會支持網絡如何？平時和鄰里的關係怎樣？門徒的妻子能借到多少器皿，端看她認識多少鄰舍，還要看她與鄰舍的關係。這說明了平時建立的人脈，是否與人為善、可以得著多少支持。這些都是一個人的外在的資源。我們常說遠親不如近鄰，確實當患難的日子，相近的鄰舍強如遠方的兄弟，所以《箴言》告訴我們，你的朋友和父親的朋友，都不可離棄（箴二七10）。親友是非常重要的社會資源，這就是社會支持的網絡。

2. 社會資源的分類

(1) 資訊支持

此類支持包括提供知識、訊息、建議、忠告和具體事實或數據資料等的資源。

(2) 實質支持

是指實際物品的提供，如食衣住行、金錢和食物或書籍等，也包括搭便車，或協助照顧餐飲或安全陪伴等工作。

(3) 自尊支持

確認和肯定對方的能力與價值，如鼓勵當事人說：「遇到這樣的事情能忍耐這麼久，實在很難得；或一時找不到工作，並不代表你無用，沒有能力」等等。

(4) 網絡支持

提供陪伴感和歸屬感，例如告訴案主，我有一個朋友的媽媽也得了這種病，或我朋友的小孩也常有這種行為。讓當事人內心不孤單。

(5) 情感支持

傾聽、鼓勵、瞭解、同理心等情緒性的支持，可讓當事人增加勇氣和能量。

對貧困家庭的協助，或探望生病者，或被下監獄者，都可以這五種類型提供協助。

三. 結論

人與人之間的差異性很大，即使是同一對父母所生的兄弟姊妹，在能力、興趣和學習成就上也不完全相同。人很不喜歡被比較，尤其是兄弟姊妹間被人拿來比較，會覺得很挫折。當聽到父母對你說，弟妹是如何優秀又乖巧時，你是否會覺得不舒服？當配偶對你說隔壁的先生很會賺錢，對太太又體貼，做先生的會因為太太拿自己和隔壁的先生比較，而覺得不快；或先生說同學的妻子，非常賢慧，手藝又好時，做太太的你是不是心裡不是滋味。是的，人不是東西，不能比較。每個人都有自己的優缺點，希望被獨特的看待，而不希望被分類或比較。彼得問耶穌說：這人將來如何？耶穌回答說：我若要他等到我來的時候，與你何干？你跟從我吧！（約二一21-22）。從耶穌和彼得的對話中我們可以知道，神對每個人的計畫都是不一樣的，是不需要去比較的。俗語也說，人比人氣死人，因此凡事只要盡力，只和自己比較，不與他人比較。

輔導工作是在滿足個別當事人的特定需求。記得有一位單親母親告訴我，她失婚八年，過去訴說往事，每次說每次哭，可是現在好像在說別人的故事一樣，終於走出來了。每個人從傷痛中走出來的時間不同，有人只需一兩年，有人卻要五年或八年。

從生理、情緒、性格、思想和態度的差異，到個人的才幹、能力、資源及所處環境等優勢的差異都很大。這也提醒我們當尊重個人的獨特性，個別去對待。

