

精神障礙症的關懷

文／芹書
圖／佳美

主耶穌要我們愛人如己，若是能愛看得見的弟兄姐妹，
必能愛那看不見的神。

藝文
專欄

心派生活

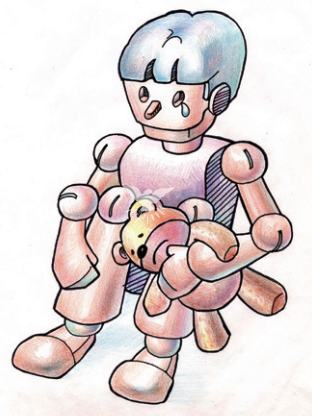


前言

目前憂鬱症已被列為當今精神疾病前三大之一，不論國內外皆然，其相關的病症，如恐慌症、焦慮症或被害妄想症等，不僅是發生於一般人，也發生在教會同靈身上。我們應當主動關心同靈，因為彼此相愛乃是主的吩咐：「我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。你們若有彼此相愛的心，眾人因此就認出你們是我的門徒了」（約十三34-35），又說：「不愛他所看見的弟兄，就不能愛沒有看見的神」（約壹四20）。因此，真信徒應該聽從主的吩咐，並且學習祂的樣式，用慈悲、憐憫的心，如同接納麻瘋病人一樣地接納這些精神受苦的同靈，更何況，精神病不會傳染，信徒無須恐懼或排斥他們。

心理象徵（symbol）物

小熊與被單是大家耳熟能詳的玩具與睡眠用品，有經驗的人都知道，這些不起眼的物品是孩子的陪伴之物，是從小陪伴孩子的主體，在心理學上稱作過渡主體（transitional object），它們能幫助一個孩子順利地適應新的環境，也是當一個人經歷過許多衝突與不舒服時，這些從小陪伴之物就能發揮提供心理安全感的功能。又例如行李箱，它象徵著旅行或漂泊，也是成為當事人對環境與人感到不安時，一種保護自我的象徵。當一個人因日積月累的挫折經驗，心理層面受到衝擊與創傷時，會造成不同程度的心理或精神障礙。若是沒有教會或親朋好友的即時關心，久而久之將會出現失序的行為。



分離的焦慮情緒

母親與嬰孩

人類發展心理學專家包比（J Bowlby），於1950年提出依附理論（Attachment theory）對人格成長的重要性。母親（照顧者）與嬰孩的關係，是人類最初始的親密關係，也是人格健康成長的基礎。例如當嬰孩哭泣時，母親能感同同理而給予安慰並且提供安全感的需求，嬰孩若接受到母親正面的回饋，將來就能發展正面的自我形象和人與人之間正向的關係；反之，若是母親不能同理其哭泣的原因，漠視或責備嬰孩的哭泣時，將造成嬰孩負面的人格發展、對他人的冷漠或無法建立起正向的人際關係與互動的能力。

相同的，當一個人缺乏安全感時，需要依附於一個相信的人或一個象徵物以減輕焦慮感。例如幼兒初上幼兒園時，會帶著奶瓶或枕頭到學校，以安撫自身與母親分離的焦慮情緒。或許我們身邊也會遇見信徒或朋友，出門一定帶著行李箱，或是握著「什麼東西」不放……，這些也可能是焦慮的一種表現。焦慮不一定只來自與母親的分離，當與最親近或重要之人產生摩擦或衝突後，也可能頓時失去信任感與安全感，從而產生出焦慮情緒。

關心與溝通

面對精神障礙的信徒時，或許同靈們皆有顆熱忱的心，但卻不知如何溝通或表達關心。以下提出幾個重點作為參考：

第一，應向主耶穌禱告求主加添愛心。愛是不論斷或批評，與該信徒溝通時，可以待之如同一般信徒，平常地與對方問安、打招呼，然後再積極傾聽他的生活狀況。

第二，認識精神障礙的症狀。有精神障礙的信徒，會出現重複性的抱怨或生活內容，往往使人不敢再進一步關心而逃避，這表示同靈不認識精神障礙的症狀，所以關心流於形式或毫無果效。精神障礙症者由於內在的不安全感，因此對於特定主題會產生重複性的描述，我們可在每次傾聽後邀他一起禱告，讓神親自引導、幫助，不需要為此擔心而造成壓力。

第三，不必給予任何意見分析或判斷，只要藉著禱告讓神動工帶領即可。因為主吩咐：「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神」（腓四6）。

第四，恆久包容與恩慈地對待該信徒。《哥林多前書》第十三章，是聖經中對於愛最完整的詮釋，每當想起這些精神受苦的信徒正孤單或是無助時，若我們能像主耶穌憐憫那些被排斥的癲瘋病人或患了12年血漏的婦女那般，使我們成為神貴重的器皿來服事這些精神障礙的同靈，神必定喜悅。

結論

主耶穌要我們愛人如己，若是能愛看得見的弟兄姐妹，必能愛那看不見的神。真信徒不單只是聽道理，更是要把道理行出來。經上說：「虛浮的人哪，你願意知道沒有行為的信心是死的嗎？人若知道行善，卻不去行，這就是他的罪了」（雅二20，四17）。神已經先愛我們，愛裡沒有懼怕（約壹四18），因此面對患有精神障礙症的信徒，也是一個實踐愛人、行道的機會啊！

