



宣教士的心理測驗與心理咨商

陳彰儀

臺灣國立政治大學心理系教授

在宣教士全方位的關顧過程中，不論是在裝備期間（如甄選過程）、工場期間及回歸期間，最好能為宣教士施測心理測驗，究竟心理測驗有何用途？心理測驗與心理咨商又有何關連？本文將就以上各點作一些說明。

為何要做心理測驗？

心理測驗的主要用途有以下幾種：

一・評估是否適任

許多測驗可以幫助我們了解申請人適任宣教士與否，可作為排除不適任者的參考依據，例如情緒嚴重困擾、很容易憂鬱、非常缺乏安全感的人。

二・認識強項與弱點

許多測驗可以讓我們了解宣教士的強項與弱點，以便為他們安排適當的職務，例如有些人適合去開拓工場，有些人則較適合延續前人的工作。



三·了解個性

有些測驗能顯示個性、個人風格和特質，讓宣教士與同工們認識彼此的差異，有助於互相合作與團隊建立。

四·評估壓力

有些測驗能展示個人的壓力狀況，可幫助宣教士調整個人的生活形態、步調、做事方法，甚至調整某些信念與價值觀。

五·探視成長歷程

透過某些測驗的結果，可以推測宣教士在成長過程中父母的教養態度、曾否遭遇嚴重的家庭傷害？這些線索有助於深入了解宣教士的成長經歷，是心理咨商的重要參考資料。

心理測驗可靠嗎？

心理測驗不是完全可靠，但卻甚有利用價值，其原因有三：

一·搜集更多資料

透過心理測驗可以在短時間內搜集許多個人資料，例如心理健康狀況、個性、風格、人際行為、價值觀等。

二·資料較具體

透過測驗得到的資料比從其他管道（如面談、推薦函、



觀察) 得來的更科學和有系統，因為心理測驗之編製一般會以發展成熟的心理學理論為基礎，且經過多次的修訂、驗證。另外，測驗結果可以與其他人的狀況作比較。如果我們從面談中感受到應徵者很焦慮，卻無法具體知道他們焦慮的強度，但透過測驗的常模 (norm)，我們可以將對方的測驗結果跟一般人相比 (如：比80%的人還要高)，較精準地評估其焦慮程度。

三·可偵測回答的真實性

許多測驗都設有機制偵測出不太真實的反應，或刻意扭曲的回答，藉以了解受測者是否具有高防衛性，不願意誠實面對某些現況。

雖然測驗結果有相當程度的參考價值，但我們建議不要單憑測驗結果作為篩選或任何人事決策的依據，應輔以其他資料作整體考量。

哪些測驗適用於宣教士？

應用於宣教士的測驗應符合一般心理測驗的學術標準，例如要有信度 (意指具可靠性，即使用同一種工具，對同一事物反覆多次測量，其結果始終一致)、效度 (指測到你想要測的東西)，且是標準化 (無論是施測過程與結果的解釋每次都相同)，常用的測驗有：



一 · 認知能力測驗

認知能力測驗包括智力測驗、性向測驗、推理思考能力、批判思考量表等。宣教士在跨文化環境中，常要學習新的事物與獨立處理許多事務，因此必須具備良好的認知能力。若認知能力太弱，難以分辨人際間的差異，較難跟所接待的人維持良好的人際關係。

二 · 心理健康測驗

常用的心理健康測驗有Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) 以及「健康、性格、習慣」量表，用於測試受測者的心理健康狀況，是否患有憂鬱症、妄想症、強迫症等。如果受測者有較嚴重的精神病症，未來在工場上，因壓力較大，其症狀可能會惡化，對其個人、週圍的人、差會、差派教會都會造成非常嚴重的傷害與困擾。

三 · 人格測驗

人格測驗常用來測量受測者在各種人格層次的狀況，分為較簡易的風格量表，如Myers-Briggs Type Indicator (MBTI)，及較學術和嚴謹的人格量表，如艾德華個人偏好量表 (Edwards Personal Preference Schedule, 簡稱EPPS)、五大人格量表等。

MBTI測量受測者在四個層面的傾向，四層面為（一）心理



能力的走向：外向 / 內向；（二）認識外界、世界的方法：辨識性（sensing） / 直覺性（intuition）；（三）依據甚麼方法做決定：理性（thinking） / 感性（feeling）；（四）生活方式與處事態度：果斷性（judging） / 熟思性（perceiving）；再根據此四層面的傾向組合成十六種人格類型。測驗有助了解個人及同工們的人格類型，並可藉此了解為何與某些同工較易相處（類型較相似），而與另一些同工則較難相處（類型差異較大）。

EPPS所測的有成就（achievement）、順從（deference）、秩序（order）、自主（autonomy）、支配（dominance）等十五個人格變項，五大人格量表是測量神經質（neuroticism）、外向性（extroversion）、開放性（openness）、親和性（agreeableness）以及勤勉審慎性（conscientiousness）等五個人格變項。了解受測者的個性，可以協助其認識性格上的優、缺點，並如何加強較弱的部份，避免弱點令事工的果效大打折扣，例如：若該受測者的秩序分數很低，表示其不善於保存檔案、文件，同工應提醒其妥善存放重要文件，以免因尋找不到文件而耽誤很重要且緊急的行程。

四 · 其他

根據不同需要，有時也會用到個人價值觀量表、文化適應性量表、興趣量表、語言性向測驗等。



心理測驗結果如何應用於甄選與關顧 宣教士？

若心理測驗結果與深入訪談的結果都顯示有值得顧慮之處，心理測驗結果可發揮以下作用：

一・作為拒絕錄取的依據

如果候選人的心理測驗結果顯示其有幻聽、幻覺，此刻一定不能接納該候選人。候選人需要接受治療，等治療一段時間後再重新評估，不過這種狀況往往難以完全復原。

二・延遲接受

有些候選人雖然沒有嚴重的精神問題，但人格上有嚴重的缺陷，如人際關係技巧非常薄弱、心理很容易受傷，應該要求候選人藉此機會好好改善這些弱點後再考慮接納。

三・工作安置與調動

測驗結果有助了解宣教士的特點，從而為其安排適當的工場、任務及配搭的同工，例如有些人適合被派去民風較熱情的地區，有些人則較適合前往人們感情較內斂的地區。另外，個性較急的人宜配搭個性較慢的人。



若宣教士在工場或任職期間接受心理評估，測驗結果顯示其精神狀況異常，如憂鬱或有自殺傾向，差派的單位應暫時安排宣教士返回原居地，以免在跨文化情境中承受壓力，等狀況改善再考慮回到工場。

四·訓練與成長

從認知能力、人格測驗等結果可了解宣教士的弱點，差會或教會可針對這些弱點為宣教士提供適當的訓練課程，或安排適當的輔導員加以教導與咨商，有助宣教士發揮其潛力與成長。

進行心理測驗應注意事項

心理測驗要慎重地進行，以下列出六點值得注意的事項：

一·由專業人員進行

許多心理測驗的施測與解釋都非常專業，應由受過專業訓練的人員來進行。

二·測驗須輔以面談

除了解釋心理測驗的結果外，應跟受測者作深入的面談，以了解受測者回答題目時的狀況、心情、對測驗的看法，藉此釐清測驗結果的可靠性。面談中應與受測者討論測驗結果的意義，探討某些特點常衍生出的困擾、應如何調整及這些特點的成因等，



藉著重新檢視這些因素而達致改善，例如：若受測者的母親凡事力求完美，要求苛刻，便會引致受測者的自我概念很差，心理專業人員可試著用一些美好的具體事例肯定其價值。解釋結果的過程，讓受測者反省或回顧是否成長於功能不全的家庭、曾否受過家庭的傷害或被性侵犯等。若有不快的成長經歷，常會造成空虛感，較難與人建立良好的關係，情緒與靈命較易出現問題。

三·夫妻同時接受心理測驗

若夫妻同為宣教士候選人，最好讓夫妻同時接受心理測驗。解釋結果時，要考慮雙方的特性，及此特性可能造成的衝突和干擾，並要彼此表達知道對方測驗結果後的感想與看法。

四·保障隱私權

測驗的詳細結果（包括每一題、每一個向度的分數）只應告訴受測者本人。委託單位（教會或差會）中最直接的聯絡人（如差會負責人、教會差傳部負責同工）所收到的報告，應只包含向度的分數及綜合的結果，且絕對不假手他人傳送報告，也務必請看到報告的人保密。

五·經常檢視受測者的最新心理狀況

若受測者某些特質跟一般人較為不同，最好隔一段時間再跟進。一般宣教士最好每隔幾年就要再施測，以確實掌握心理狀況之變化，因此宣教士在述職期間或再出發之前最好要做心理測驗。



六· 尊重專業的價值，應合理付費

許多宣教士候選人或宣教士希望能免費做心理測驗或接受咨商，但培養專業人材相當不容易，應建立使用者付費及專業有價的觀念，才可能有足夠專業人士長期提供良好的服務。

為何需要心理咨商（counseling）？

每個人因原生的家庭不夠健全、成長過程的挫折、自我了解不清楚，都會在人際關係、處理事情上出現一些問題。心理咨商專業人員能輔導我們釐清一些狀況，使我們在短時間內多了解自己 and 別人，也能知道如何改進自己，甚至有助提升自己的動機。

宣教士到跨文化地區宣教，承受的壓力是過去在原居地之兩至三倍。他平時待人處事的困擾，在宣教工場會更突顯、更嚴重，不只個人會身心受創，家庭生活、社交生活、宣教事工也會受到影響。

因此宣教士如果發現壓力愈來愈大，心理咨商師可以在很短時間內，幫宣教士一起探索出最重要的壓力來源，是思想模式、感覺、行為的哪一部份產生偏差，如太要求完美、太悲觀、太在乎別人看法……咨商師會針對不同的問題提出一些改善的方法與策略，問題如果盡早解決，便能大大減少宣教士提早離開工場的



機會，尤其是情緒低落、有傷害自己的傾向者，格外需要專業咨商人員來協助，及早避免悲劇發生。

跨文化環境下問題延遲越久，對個人、當地同工、當地教會、家庭、差會、差派教會傷害都很大，因此宣教士應在問題逐漸呈現時，及早尋求心理咨商的幫助，使傷害降到最低。

心理測驗與心理咨商的關係

上面提到心理咨商師，可以針對宣教士的思想模式、感覺、行為加以輔導，但咨商師要如何知道宣教士的狀況？當然他可以透過深入晤談來了解，但要完全了解一人，需要晤談的時間很長，因此咨商師一般會讓宣教士先做一些心理測驗，透過心理測驗結果就可以很快知道該宣教士在很多方面的狀況，並可與其他人的情況比較。藉著測驗結果，不單可以了解受測者的狀況，更可以追溯狀況的成因，探究某些行為表現的深層意義，並個人對某些現象的看法、價值觀。此外，測驗結果亦可以偵測出受測者可能刻意隱瞞的部份，幫助有效界定問題、找出問題。因此，咨商時如能配合心理測驗的施測，不只達到事半功倍的效果，且使咨商的基礎更精準、更具科學性及系統性。

宣教是一項任重道遠的大使命，必須由差會、差派教會及宣教士協力達成，若差會、差派教會能更深入、全面地關顧宣教士，



非但可促進宣教士對自我的了解及覺察，更能使差會、差派教會與宣教士建立更緊密和深入的關係。整體而言，在關顧宣教士的過程中，透過心理測驗與心理咨商，一·可讓宣教士更多認識自己、面對自己、調整自己，促進個人成長；二·加深同工彼此認識，讓團隊合作更順利；三·有助差會、教會訂立協助宣教士的方向與重點，使宣教事工產生最大的果效！

世界華福中心
C C C O W E