

对质的定义

对质 (confrontation)，又可以叫面质。对质是属于高层次的同理心表达，是用来了解受辅者，并帮助他们在一些矛盾讯息表达上，提供自我觉察、改变信念与行为的辅导技巧。人在面对自己问题的时候，心理方面会有不同的反应和表达，对质就是可以帮助澄清问题的一种辅导技巧。要进行或接受对质，必须先清楚认识对质的定义。

一、对质的要素

1. 从字面来理解“对质”的意思，“对”是面对面，“质”是质问。所以，“对质”就是当面质问，重点在于揭露错误和澄清事实。请不要误会“对质”只是一种负面行动，有攻击对方、甚至是隐藏了愤怒情绪，与别人斗争的意味在其中。
2. 从信仰角度看“对质”，它可以助人认识真理、使人认罪归正，并使生命可以发生改变。

二、神对对质的心意

对质不是随意、虚伪地指责别人的错误，而是让对方认识到改正错误的必须。真理能够使人得释放、得自由，使人回心转意，并且迈向正确的轨道。神有时候也会使用对质，将人从错误中挽回，返回正确的道路上重新开始。

对质的两极意义：

1. 积极对质

神的圣灵与不信的人对质，指出人的罪，这“对质”是为要让人认罪、悔改、并最终得到救赎。同样地，圣灵与信徒对质，责备他们的罪，也是为了让信徒认罪、悔改，生命有成长，学效基督的样式。

在神的爱的基础之中，积极的对质会达成神以下的一些心意：

- a. 神藉着圣灵与信徒的对质，为要指出人的过犯；
- b. 神让信徒与人对质，是要帮助人与基督建立亲密的关系；
- c. 神指出我们的过犯，是要我们像他一样圣洁，可以和别人和睦相处；
- d. 神用他的话语指出我们的过犯，是要装备我们。

2. 消极对质的危险

当对质的动机和方式都是以自我为中心、为自我服务，对质就失去了帮助和医治的功效，对质的结果就会变成伤害和敌对。

要运用对质这种高层次同理心，必须先清楚对质的意义，也要谨慎，免得存在消极对质的意念，在帮助别人的时候，反把受辅者带进更痛苦的地步。

三、对质的 4 种类型

面对冲突，人往往想打消与人对质的念头，因为对质会带来尴尬的局面，也会给人带来很大

的人际关系张力，甚至会破坏彼此亲密的关系。下面分析 4 种对质的类型。

1. 被动方式：用沉默或不确定的语言来表达需要和想法，这种方式是间接的对质。

采取被动式对质是出于人的惧怕，想避免直接的与人交锋，希望对方猜出或者知道自己想要什么。采取被动式对质的人，是希望通过避免对质来保护自己。逃避对质，只是把问题暂时放下或隐藏，问题没有处理好，只会为日后引发更大的问题。

2. 攻击方式：为要让自己占上风，公开攻击对方品格。

缺乏安全感的人，会不计代价地用威胁和逼迫方式来攻击别人，高抬自己，并且随意侵犯他人的权利，最终想透过强制的手段来获得权力和控制。攻击式的对质只能在短期内解决问题，而处理问题的方法，容易出现伤害别人、树立敌人的情况。

3. 被动攻击方式：是采用暗地里伏击对方。

人出于惧怕和不甘心于被欺压，会暗地里作攻击的反应，也会采用讽刺和攻击性的言语攻击别人。起初只想发泄不满和愤怒情绪，但表达以后，却因一些真实或想像而来的傲慢情绪，渐渐形成报复的心态。

4. 正面方式：直接陈明事实，指出对方需要改变。

人用直接、具体的言语来表达事实，在表达过程中，人会尊重别人的意见和感情来直接对质。对质的目的，是要讲出事实从而解决存在问题，达至改正错误和改变行为的结果。正面对质为存在的问题提供有效的解决出路，也能建立人与人长期的信任和尊重。

这 4 种对质方式，只有正面对质是唯一真正能够解决问题，也是辅导中需要采用的正确方法和技巧。在遇到问题的时候，能够有智慧和勇气，本着神的爱作为基础去实践正面对质的技巧，才能解决和面对人际关系上的问题。

欢迎来信辅导部 cc@liangyou.net，回应讨论话题。学员如需要接受辅导服务，请填写在良院网站的“表格下载区”的“辅导申请表格”，辅导部会按着个别情况和需要，安排电话约谈时间。