

## 战胜受虐心理之二：受虐倾向的形成—朱如月老师

### 一、受虐倾向形成的根本原因

产生受虐倾向，是因为人的思维定势使得他们感到无力改变。他们往往拒绝承担医治和成长的责任。

1. **错误的观念：**“我的过去不堪回首，我没有能力改变。我不像别人那么有能力，我十分害怕被发现自己是个失败者。”

2. **正确的观念：**“我是神的孩子，基督住在我心里，赐给我能力改变自己。我要把对失败的惧怕交给他，担负起战胜过去的责任。神是信实的，必能成就这一切！”彼后 1: 3 指出，“神的神能已将一切关乎生命和虔敬的事赐给我们，皆因我们认识那用自己荣耀和美德召我们的主。”

### 二、在情感上的墙垣

1. **绝望：**“我倒霉透了”“生活没有什么盼头了”。圣经说：“我若不信在活人之地得见耶和华的恩惠，就早已丧胆了。”（诗 27: 13）

2. **莫须有的罪疚感：**“这都是我的错”“我不能说出去，否则会有麻烦”。圣经说：“你所喜爱的是内里诚实；你在我隐密处必使我得智慧。”（诗 51: 6）

3. **羞耻感：**“我有毛病”“我是个坏蛋”。圣经说：“我要称谢你，因我受造奇妙可畏。你的作为奇妙，这是我心深知道的。”（诗 139: 14）

4. **不饶恕：**“我绝不饶恕他们”“他们真该死”。圣经说：“你们站着祷告的时候，若想起有人得罪你们，就当饶恕他，好叫你们在天上的父，也饶恕你们的过犯”（可 11: 25）。

5. **惧怕：**“如果我的秘密被人发现了会怎样？”“如果别人再伤害去我怎么办？”圣经说：“我曾寻求耶和華，他就应允我，救我脱离了一切的恐惧。”（诗 34: 4）

6. **苦毒：**“我真希望自己没有生在这个家庭”“要是我能成为别人该多好”。圣经说：“又要谨慎，恐怕有人失了神的恩，恐怕有毒根生出来扰乱你们，因此叫众人沾染污秽。”（来 12: 15）

7. **自我中心：**“我从不能像其他人一样开心或者享受生活”“我怎么这么倒霉”。圣经说：“耶和華说：我知道我向你们所怀的意念，是赐平安的意念，不是降灾祸的意念，要叫你们末后有指望。”（耶 29: 11）

### 三、在灵里的墙垣

1. **怪罪神：**“都是神的错！”“神不公平！”圣经说：“他是磐石，他的作为完全，他所行的无不公平，是诚实无伪的神，又公义，又正直。”（申 32: 4）

2. **不信任神**：“神不可靠”“神不值得信任”。圣经说：“你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明”（箴 3：5）。

3. **惧怕神**：“我害怕神”“我要离开神远远的”。圣经说：“耶和华是我的亮光，是我的拯救，我还怕谁呢？耶和华是我性命的保障，我还惧谁呢？”（诗 27：1）

4. **怨恨神**：“神怎么能让我受这些苦？”“神根本不关心我”。圣经说：“耶和华在他一切所行的，无不公义；在他一切所作的都有慈爱。”（诗 145：17）

5. **怀疑神的慈爱**：“神根本不爱我”“我不配被神所爱”。圣经说：“古时耶和华向以色列显现，说：‘我以永远的爱爱你，因此我以慈爱吸引你。’”（耶 31：3）

文章参考：

琼·亨特著。张宇栋等译。《和谐：建立美好的人际关系》，心灵希望丛书。海口：海南，2010。

欢迎来信辅导部 [cc@liangyou.net](mailto: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” / “下载资料”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。