

0614_2009 溝通中的問題歸屬(1)

加 6:4-5 各人應當察驗自己的行為；這樣，他所誇的就專在自己，不在別人了，因為各人必擔當自己的擔子。

箴 14:14 心中背道的、必滿得自己的結果。善人必從自己的行為得以知足。

自己該負的責任，別人無法幫你扛。自己的行為，將來要向神交帳得賞賜。

勿措人家的猴子

1. 當別人的感覺, 問題, 或行為使你感到焦慮, 以致於你把對方的責任搶過來扛, 你就是措了他的猴子.
2. 父母-子女, 上司-下屬, 老師-學生, 屬靈領袖-會友, 這些關係有特例
3. 溝通中, 要分辨何者為我的責任? 代禱者也要分清楚代求的界限
4. 有時候, 對方想要把他的責任丟給你, 甚至製造罪惡感要控制你, 讓你非得去幫助他

扛別人的責任的可能行為—A 型行為

1. Anxious 焦慮
2. Answer Expert 無所不知
3. Always Available 隨時可以為人效勞
4. Anger 憤怒

得醫治的處方—Rx

1. Relinquish 放手, 你可以拒絕 say no
2. Receive 接受, 別嘗試去改變對方
3. Relax 放輕鬆, 對方須要成長的空間

處境—我那 16 歲女兒老是把功課拖到最後才要寫, 還要我熬夜幫他打字, 我第二天早上八點公司還要開會, 真是氣人….

不扛別人的責任的理由

1. 並非不愛對方或不願幫助對方, 而是要有智慧地幫助他長大
2. 乃是不被過分的依賴, 例如行善捐款, 救濟扶貧

應用

1. 不要奪去別人成長的機會, 讓他扛起自己該付的責任, 有時候有暫時性的痛苦, 但卻是必須在愛的原則下進行, 同時也保護了自己沒有 4A 型行為, 不被過分的依賴
2. 分清楚責任歸屬, 也是給予對方的尊重
3. 自己該負的責任, 別人無法幫你扛。自己的行為, 將來要向神交帳得賞賜。