**美國牧師認為他們最大的需要 美南浸信會 Greatest Needs 研究**

**儘管壓力增加，但很少牧者離開教會**

**孤獨的牧者- Barna 「堅韌牧師」的研究**

**牧者的孤單帶來事工受損 - 牧師如何結交朋友**

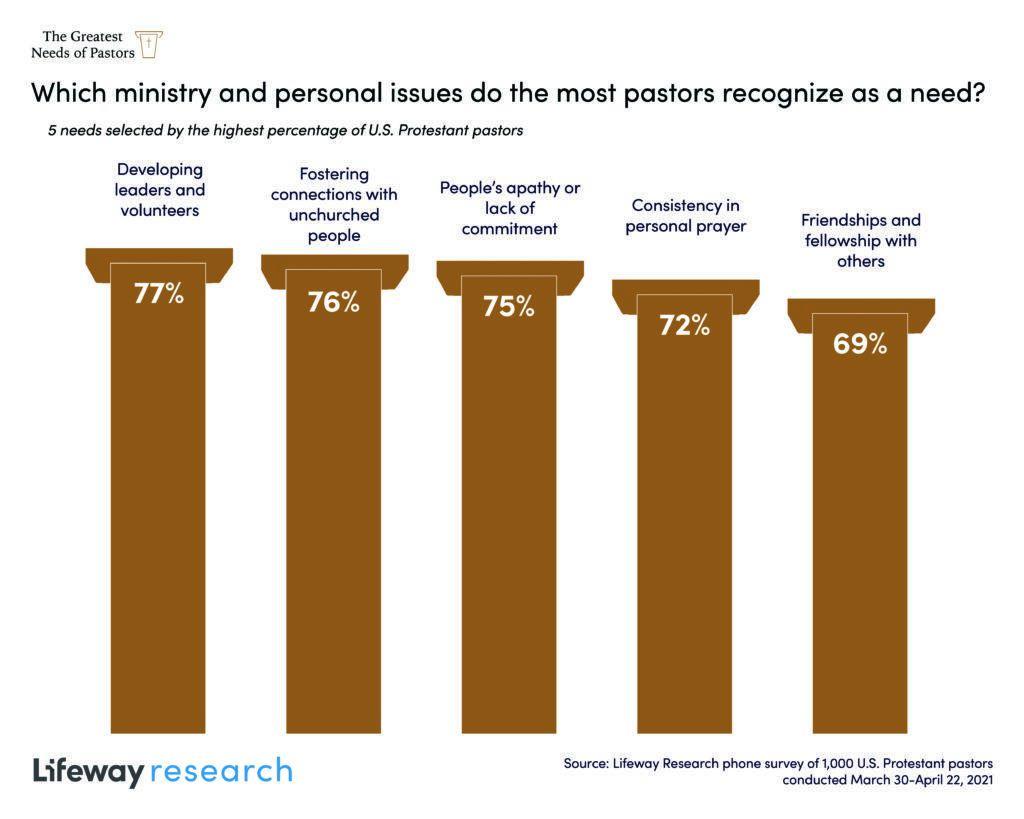
**美南浸信會全職主任牧師的薪酬**

**美國牧師認為他們最大的需要**

**美國牧師認為他們最大的需要**

牧師面臨其職業固有的獨特困難,但他們最大的需要是什麼?牧師們自己說,他們最關心的就是看到教會成員在靈命上成長,並與教會外的人建立聯繫。

在直接與牧師交談以瞭解他們對事工和個人挑戰的看法之後,Lifeway Research調查了1000名美國牧師,進行2022年牧師最大需要研究,以發現他們認為哪些是最迫切的問題。



### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### U.S. Pastors Identify Their Greatest Needs

Pastors face unique difficulties inherent in their career, but what are their greatest needs? Pastors themselves say they’re most concerned about seeing their churchgoers grow spiritually and making connections with those outside of their churches.

After speaking directly with pastors to gather their perspectives on their ministry and personal challenges, Lifeway Research surveyed 1,000 U.S. pastors for the 2022 Greatest Needs of Pastors study to discover what they see as their most pressing issues.

### 

### **事工困難 Ministry Difficulties**

### 牧師關注培養領袖和接觸外人

### 在思考事工困難時,牧師們說他們最關心的是培養教會內的人和接觸教會外的人。 美國新教牧師說,發展領袖(77%)和與不參與教會的人建立聯繫(76%)是他們兩大最突出的事工需要。Pastors

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### Concerned with Growing Leaders, Reaching Outsiders

When thinking about ministry difficulties, pastors say they’re most concerned with growing the people inside the church and reaching those outside it.

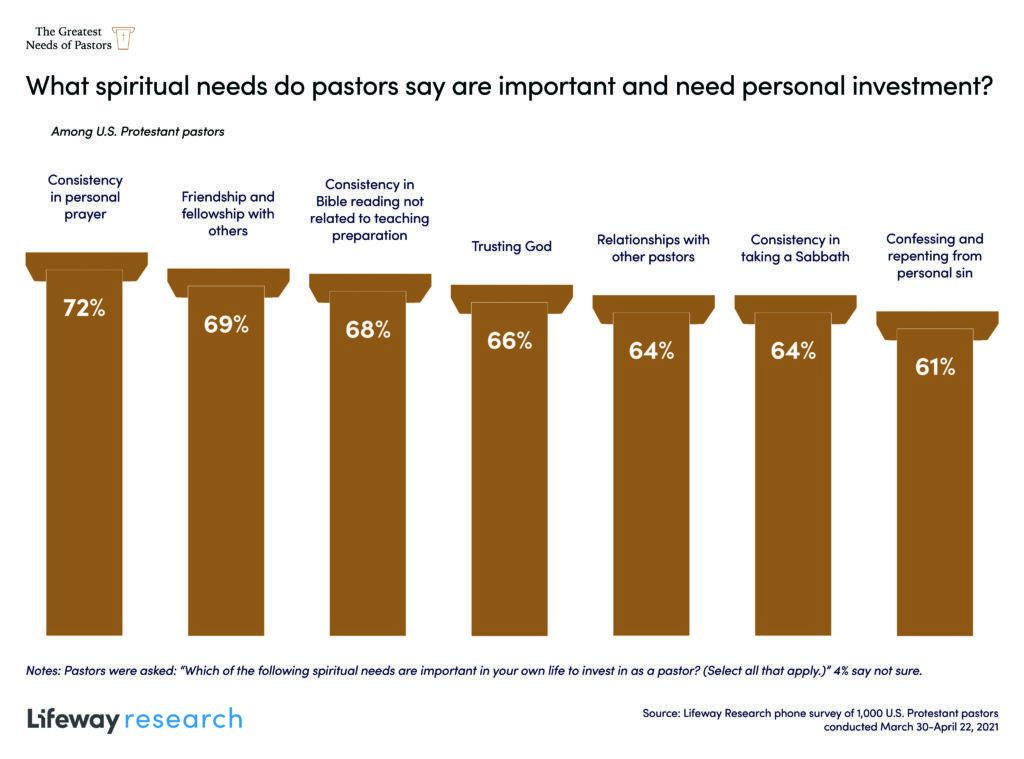
U.S. Protestant pastors say developing leaders (77%) and connecting with people not involved with a church (76%) are their two most prominent

### **牧師確定他們生命和事工的7個屬靈需要**

### 教會成員可能認為他們的教會領袖在屬靈上已經很成熟,但牧師們承認他們仍有成長的空間。

### 在牧師最大需要研究中,大多數美國新教牧師說他們需要個人投資於七個不同的屬靈需要。

### 20分之1的牧師(5%)說他們自己的屬靈需要是對他們最具挑戰性的領域,或者是需要最多關注的領域,與研究中涵蓋的其他六個類別相比。雖然每個其他類別都有更多的牧師說該類別對他們來說今天最具挑戰性,但屬靈需要是唯一的一個類別,其中大多數牧師都同意每個提出的問題都是他們需要投資的。

ministry needs.

### 

### 

### 

### 

### 

### Pastors Identify 7 Spiritual Needs for Their Life, Ministry

Churchgoers may think their church leaders have it all together spiritually, but pastors admit they have room to grow.

In the Greatest Needs of Pastors study, most U.S. Protestant pastors say they need to personally invest in seven different spiritual needs.

One in 20 pastors (5%) say their own spiritual needs is the area most challenging for them or the one that requires the most attention compared to the six other categories covered in the Greatest Needs of Pastors study. While each of the other categories has more pastors who say that category is the most challenging for them today, spiritual needs is the only category in which most pastors agree every issue raised is one that’s important for them to invest in.

### **技能發展 Skill Development**

### 牧師說他們需要發展門徒訓練和科技技能

### 門徒訓練是每個牧師的首要呼召,大多數人都認識到這是他們作為教會領袖應該繼續發展的一項技能。

### 根據牧師最大需要研究,美國新教牧師說,門徒訓練和技術是他們最需要投資的兩個領域,以幫助他們成為更好的牧師。

### “這些發現出現在牧師感到自己的領導能力受到關注的時節,”Lifeway基督教資源公司總裁兼首席執行官Ben Mandrell說,“他們越來越誠實地承認自己的不足。許多牧師擔心在某些時候他們認為的缺點會暴露給他們的群羊看到。”

### 

### 

### Pastors Say

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### They Need to Develop Disciple-Making, Technology Skills

Disciple making is the primary call of every pastor, and most recognize this as a skill they should continue to develop as church leaders.

According to the Greatest Needs of Pastors study, U.S. Protestant pastors say disciple making and technology are the two areas of skill development they most need to invest in to help hem be better pastors.

“These findings come in a season when pastors feel a spotlight on their ability to lead,” said Ben Mandrell, president and CEO of Lifeway Christian Resources. “They’re getting more honest about how inadequate they feel. Many pastors fear at some point their perceived shortcomings are going to be on display for their flocks to see.”

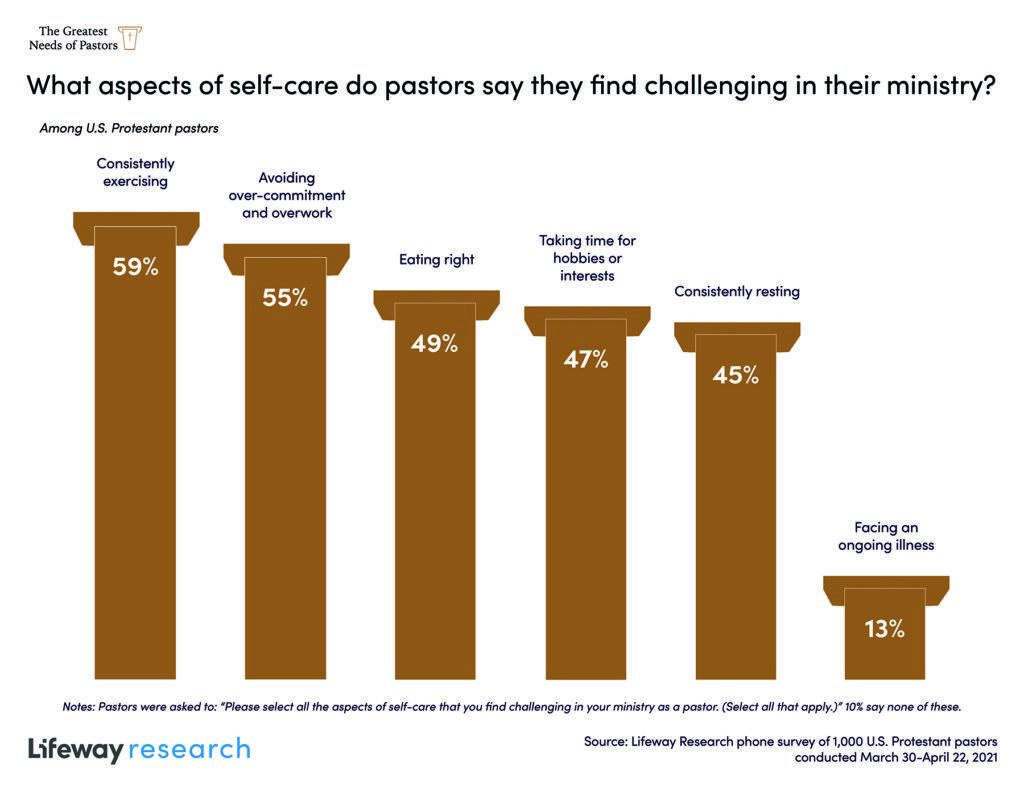
**自我照顧 Self-care**

牧師報告在時間管理和承諾過度上掙扎

牧師在個人生活中面臨的主要需要,集中在他們如何處理時間和工作。一半(51%)的人說時間管理是今天需要關注或投資的一個方面,而43%的人特別指出需要在工作和家庭之間建立平衡。

較少的美國新教牧師說他們需要直接專注於孩子(29%)、婚姻(26%)、照顧年邁的父母(23%)或財務壓力(18%)。接近6分之1(17%)的人說這些都不是需要具體投資的領域。

“牧師沒有被問及這些個人生活領域是否重要。他們被要求指出哪些領域今天需要額外關注,”Lifeway Research執行董事Scott McConnell說,“沒有比個人生活更有可能的,因為牧師把注意力放在其他地方,所以對牧師來說出現了需要。工作和家庭之間只有這麼多的時間,找到正確的平衡很重要。”



### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### Pastors Report Struggling with Time Management, Over-Commitment

The primary needs pastors face in their personal lives focus on how they handle their time and work. Half (51%) say time management is an aspect that needs attention or investment today, while 43% specifically point to developing a balance between work and home.

Fewer U.S. Protestant pastors say they need to devote additional attention directly to their children (29%), marriages (26%), caring for aging parents (23%) or financial stress (18%). Close to 1 in 6 (17%) say none of these are areas in need of specific investment.

“Pastors were not being asked if these areas of personal life matter. They were asked to indicate those areas that need additional focus today,” said Scott McConnell, executive director of Lifeway Research. “Nowhere is it more likely than personal life, for a need to emerge for a pastor because they are giving attention elsewhere. There are only so many hours to split between work and home, and finding the right balance is important.”

### 

**個人生活 Personal life**

牧師報告在時間管理和承諾過度上掙扎

牧師以照顧他人需要為職業,承認他們經常需要關注照顧自己。 10名美國新教牧師中就有9名指出自我照顧類別中至少有一個領域是他們的需要,而14%的人說自我照顧類別對他們來說最具挑戰性。

超過一半的牧師說,在事工中,他們發現經常鍛煉(59%)和避免承諾過度和超負荷工作(55%)具有挑戰性。略少於一半的人說他們在正確飲食(49%)、從工作中抽出時間進行愛好或其他興趣(47%)和經常休息(45%)方面掙扎。極少數人說他們面臨持續的疾病(13%),而10%的人說這些都不是困難領域。

“牧師承擔著包括他人期望和自我要求的沉重負擔,” Lifeway基督教資源公司總裁兼首席執行官Ben Mandrell說,“在先前發布的牧師最大需要研究中探討的信靠上帝之間存在相關性,以及找到工作與生活的平衡的能力。”

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### Pastors Report Struggling with Time Management, Over-Commitment

Pastors, who make a career of caring for the needs of others, admit they often need to give attention to caring for themselves. Nine in 10 U.S. Protestant pastors point to at least one area in the self-care category as a need for them, and 14% say the category of self-care is the most challenging for them.

More than half of pastors say they find consistently exercising (59%) and avoiding over-commitment and overwork (55%) to be challenging in their ministry. Slightly less than half say they struggle with eating right (49%), taking time away from their job for hobbies or other interests (47%) and consistently resting (45%). Far fewer say they face an ongoing illness (13%), while 10% say none of these is an area of difficulty.

“Pastors carry heavy burdens that include expectations of others as well as self-imposed demands,” said Ben Mandrell, president and CEO of Lifeway Christian Resources, “There is a correlation between trusting in God—as explored in a [previous release of the Greatest Needs of Pastors study](https://research.lifeway.com/2022/03/22/pastors-identify-7-spiritual-needs-for-their-life-ministry/)—and ability to find work-life balance.”

### **心理挑戰 Mental Challenges**

### 壓力高居牧師面臨的心理挑戰之首

### 在當前快節奏、高壓力的美國文化中,牧師們承受巨大壓力,他們知道這需要改變。

### 根據Lifeway Research 2022年牧師最大需要研究的最新發布,在美國新教牧師面臨的所有心理挑戰中,壓力高居其餘各項之上。在牧師事工中的心理挑戰方面,分心和失望也是重要的因素。

### 大多數牧師將壓力指為他們在事工中面臨的心理挑戰(63%)。近一半的牧師說失望(48%)和分心(48%)是事工中的心理挑戰,而不到三分之一的牧師指出孤獨或缺乏友誼(28%)、抑鬱(18%)或缺乏滿足(17%)。另有14%不確定或說這些都不是他們的心理挑戰。

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### Stress Tops Mental Challenges Pastors Face

In the current fast-paced, high-pressure American culture, pastors are stressed, and they know that needs to change.

According to the latest release in Lifeway Research’s 2022 Greatest Needs of Pastors study, of all the mental challenges U.S. Protestant pastors face, stress stands out above the rest. Distractions and discouragement are also significant factors for pastors when it comes to mental challenges in ministry.

Most pastors point to stress as a mental challenge they are facing in ministry (63%). Nearly half of pastors say discouragement (48%) and distraction (48%) are ministry mental challenges, while less than one-third of pastors point to loneliness or lack of friendship (28%), depression (18%) or lack of contentment (17%). Another 14% aren’t sure or say none of these are mental challenges for them.

### **人際動力 People dynamics**

### 教會中的冷漠對牧師影響重大

### 四分之三的美國新教牧師(75%)說冷漠或缺乏承諾是他們在會眾中發現具有挑戰性的人際動力。在牧師確定的所有44個問題中,只有發展領導人和志願者以及與非教會人士建立聯繫的問題,有更多牧師說他們認識到這是一個需要。

### 接近一半的牧師說,在他們的事工中,處理人們對非必需事項的強烈意見(48%)、教會變革的阻力(46%)以及人們的政治觀點(44%)具有挑戰性。大約三分之一的人指向人們對牧師的不現實期望(35%)和過分關心人們的認可或批評(32%)。少於十分之一(8%)的人說這些都不會對他們作為牧師構成挑戰。

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### 

### Apathy in churches looms large for pastors

Three in 4 U.S. Protestant pastors (75%) say apathy or lack of commitment is a people dynamic they find challenging in their congregations. Among all 44 issues pastors identified, developing leaders and volunteers and fostering connections with unchurched people are the only issues more pastors say they recognize as a need.

Close to half of pastors say they find it challenging in their ministries to deal with people’s strong opinions about non-essentials (48%), resistance to change in the church (46%) and people’s political views (44%). Around a third point to people’s unrealistic expectations of the pastor (35%) and caring too much about people’s approval or criticism (32%). Fewer than 1 in 10 (8%) say none of these are challenging for them as a pastor.

**儘管壓力增加，但很少牧者離開教會** 

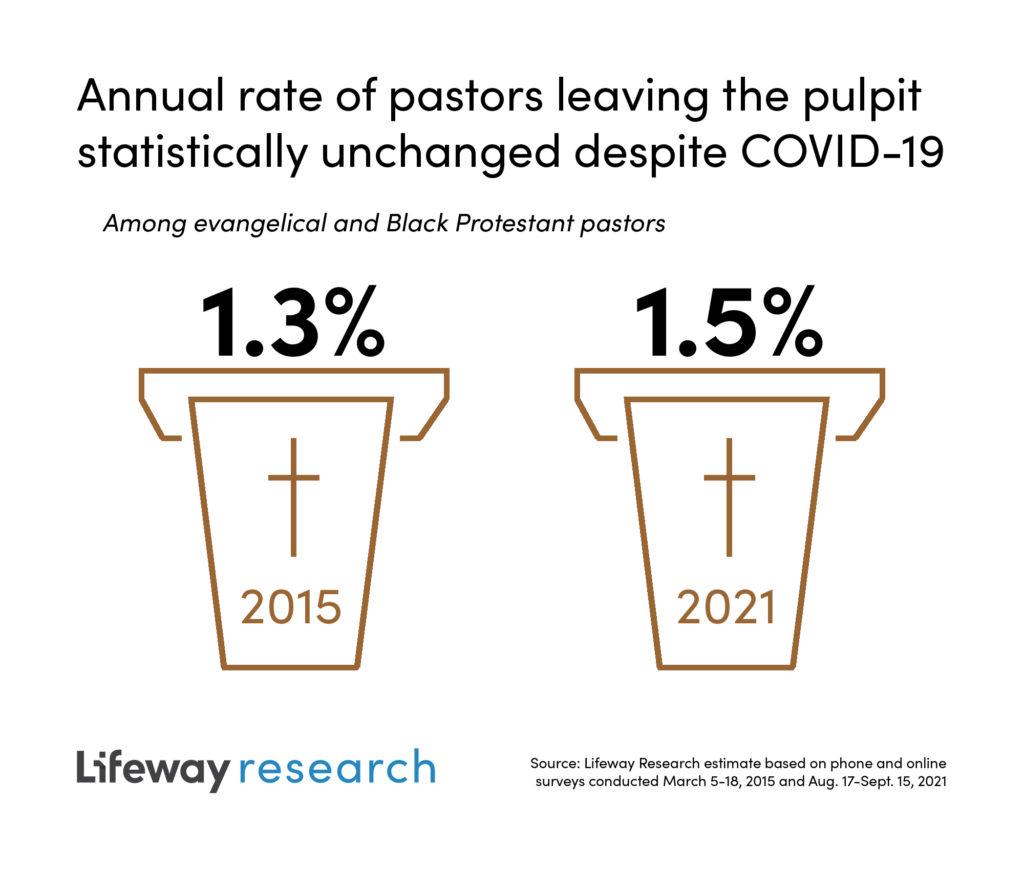
Few Pastors Left the Pulpit Despite Increased Pressure

牧師觀點| Lifeway Research/| 2021 年 10 月 25 日

作者：亞倫‧厄爾斯 Aaron Earls

在 COVID-19 大流行期間，牧師們面臨更大的壓力，因為教會經常被迫在一夜之間進行適應。 莫爾有時覺得自己的角色壓倒性的，但近年來很少有牧師決定真正離開事工。

總部位於納許維爾的 Lifeway Research 的一項新研究發現，每年有近 1% 的福音派和歷史上的黑人新教主任牧師放棄牧會，這一比例與 2015 年 Lifeway Research 研究的統計數據沒有變化。

Lifeway Research 執行董事 Scott McConnell 表示：“對於牧師來說，COVID-19 既不是小事，也不是短暫的壓力源。” 「許多人猜測牧師因此選擇退出牧師職位。 事實並非如此。 他們仍然忠於自己的號召，其程度與大流行前相似。”

這項2021 年8 月至9 月的研究由休士頓第一浸信會教堂和理查德·多金斯(Richard Dockins) 博士贊助，調查了在福音派和傳統黑人新教教堂服務的1,500 多名牧師。

許多人猜測，牧師們因 COVID-19 而選擇退出牧師職位。 事實並非如此。 他們仍然忠於召喚，其程度與大流行之前相似。

大約六分之一的牧師 (17%) 在 2020-2021 年疫情期間開始在目前的教會工作。 面臨新冠病毒 (COVID-19) 帶來的事工劇變的主任牧師中有一半是新角色，其中 51% 是在他們的第一個教會中擔任主任牧師。

超過三分之一的牧師 (37%) 表示，他們 10 年前是教會資深領袖。 在2011年更換牧師的教會中，大多數以前的牧師現在要么退休（30%），要么牧養另一間教會（28%）。

據現任牧師稱，在這段時間內，有些人離開講壇去擔任不同的事工角色（13%），或從事非事工職位（8%）。

**綜合起來，退休前離開牧師職位的兩組人的牧師年度流失率約為 1.5%。**

「COVID-19並不是牧師面臨的唯一壓力，也不是十年前牧師不再牧師的最可能原因，」麥康奈爾說。 “嬰兒潮一代牧師即將達到退休年齡，雖然許多人在之後繼續牧養多年，但退休仍然是 2011 年牧師十年後不再牧養的最常見原因。”

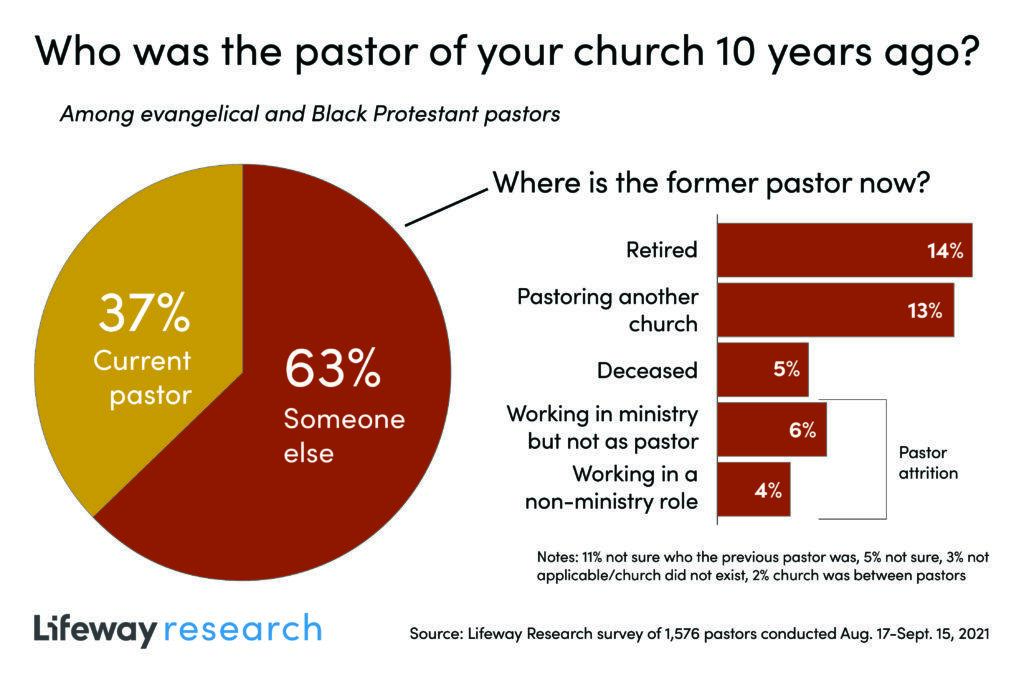
考慮到他們的前任牧師在牧師職外工作的情況，現任主任牧師最有可能說前任牧師離開是因為呼召改變（32%）、教會衝突（18%）、倦怠（13%） 、與教會格格不入（12%）或家庭問題（10%）。 很少有人指出道德或倫理問題（8%）、疾病（5%）、個人財務（5%）或缺乏準備（3%）。

無論前任牧師如何離開，絕大多數牧師都對自己的職位充滿信心。 十分之九 (90%) 的牧師表示，他們確信只要願意，他們就可以留在目前的教會，其中 60% 的牧師強烈同意。

**教會衝突**

雖然十年前只有 15% 的牧師離開了牧師職位，只有不到六分之一的牧師表示衝突導致牧師離開牧師職位，但許多牧師在教會中都經歷過衝突。

在受訪的曾牧養過另一間教會的牧師中，近一半（47%）表示，他們離開上一家教會是因為他們已經盡力了。 另外三分之一（33%）表示他們的家庭需要改變。 四分之一的人表示教會內有衝突（25%）。 超過五分之一的人表示教會不接受他們的教牧事工方式（22%）或對他們抱有不切實際的期望（21%）。 另外18%的人承認他們不適合教會。 很少有人說他們被重新分配（14%）或被要求離開教會（10%）。

十分之七的牧師表示，他們在先前的教會處理過衝突，其中 39% 的牧師表示，他們經歷過嚴重的人身攻擊。

即使衝突沒有導致他們離開上一個教會，大多數牧師（69%）表示他們在那裡處理過某種類型的衝突。 超過三分之一的人表示，他們經歷過嚴重的人身攻擊（39%），對提議的變革有衝突（39%），或與外行領導發生衝突（38%）。 超過四分之一的人對牧師的角色（28%）或他們的領導風格（27%）的期望有分歧。 因教義差異（12%）或政治（8%）而經歷衝突的人較少。

「教會是由一群人組成的，即使是志同道合的人也並不總是相處融洽，」麥康奈爾說。 「如果認為教會不會出現分歧，那就太天真了。 重要的是教會在處理這些分歧時是否保持團結和彼此相愛，或者像許多牧師所經歷的那樣進行人身攻擊。”

他們之前的經歷五分之四（80%）的牧師預計，他們未來將不得不在目前的教會中面對衝突。 作為準備工作的一部分，十分之九的人表示，他們一直在傾聽教會中衝突的跡象（90%），並投資於流程和行為來預防衝突（89%）。

**事工與家庭的壓力**

與去教會的人的直接衝突並不是牧師在事工中面臨的唯一問題。 作為個人，他們常常感到工作過度、負擔過重，並擔心工作可能會對家庭造成損失。

大多數牧師表示，他們每天 24 小時待命（71%），而且他們的角色往往是壓倒性的（63%）。 一半（50%）的牧師表示，他們的工作要求往往超出了他們的承受能力。 許多人表示，他們感到孤立（38%），並面臨教會不切實際的期望（23%）。 五分之一的牧師（21%）承認他們經常對教友感到惱火。

麥康奈爾說：“疫情的影響可能最明顯的是，牧師們越來越一致地認為牧師的角色往往是壓倒性的，這一比例從 2015 年的 54% 躍升至今天的 63%。” 「但一些牧師對他們工作的看法也發生了轉變。 同意自己必須每天 24 小時「待命」的牧師越來越少，從 84% 下降到 71%。 也許更能說明問題的是，大多數牧師 (51%) 在 2015 年強烈同意這一期望，而今天只有三分之一 (34%) 強烈感受到這一義務。”

與 2015 年相比，今天的牧師更有可能表示他們的角色經常是壓倒性的（63% 至 54%），但不太可能表示他們必須每天 24 小時「待命」（84% 至 71%）。

幾乎所有福音派和黑人新教牧師都已婚（95%），他們作為配偶（通常是父母）的角色可能與他們作為教會領袖的角色發生衝突。 然而，大多數人認為從事職業事工對他們的家庭有好處。

超過十分之九的牧師表示，他們的配偶對他們的婚姻非常滿意（96%），並且對共同事奉生活充滿熱情（91%）。 類似的比例 (94%) 總是保護與家人相處的時間。 大多數牧師去年能夠與家人一起度過一週的假期（83%），並計劃每月與配偶約會之夜（66%）。 因此，很少有人表示他們的工作阻礙了他們與家人共度時光（31%），而較少人認為他們的家人不滿教牧事工的要求（19%）。

儘管如此，五分之二的牧師表示，他們經常擔心家庭的財務安全。

**對牧師來說，擔心自己的財務狀況比報告教會的奉獻減少更為常見。** — @smcconn

麥康奈爾表示：“越來越少的牧師擔心家庭的財務安全——如今這一比例為 41%，而 2015 年這一比例為 53%。” 「因個人財務壓力而感到壓力的牧師人數減少，可能是由於教會更加慷慨或政府的財政刺激支票所致。 對於牧師來說，擔心自己的財務狀況比報告教會的奉獻減少更為常見。”

**教牧鼓勵**

雖然家庭可能會給牧師帶來一些額外的壓力和責任，但他們也是鼓勵和支持的來源之一。 它們也是會眾可以照顧牧師的管道。 九成（90%）的牧師表示，他們的家人從教會得到了真正的鼓勵。

近十分之九（86%）的人認為，他們的教會讓他們在面對不切實際的期望時可以自由地說不。 雖然很少人表示他們的教會有計劃讓牧師定期休假（32%），但幾乎十分之九的人表示他們有一天可以從牧師工作中解脫出來，每周至少休息一次（86%） 。

「牧師面臨的困難時刻和季節需要持續投資於他們的精神、身體和心理健康。」 — @smcconn

牧師們也依靠其他人的支持和鼓勵。 大多數人表示，他們每月至少一次與配偶（82%）、密友（68%）或另一位牧師（66%）公開分享自己的掙扎。 其他人則表示，他們能夠與教會中的平信徒領袖 (42%)、導師 (40%)、另一位工作人員 (35%)、教會中的聖經學習小組 (23%) 或輔導員 (9 %）。

「牧師面臨的困難時刻和季節需要對他們的精神、身體和心理健康進行持續投資，」麥康奈爾說。 「大多數牧師和教會都有以這些方式幫助牧師的做法，但常常錯過鼓勵、建立和避免誤解的機會。”

**美南浸信會全職主任牧師的薪酬**

https://research.lifeway.com/2022/08/25/sbc-pastor-pay-stuck-at-same-level-since-2018/

美南浸信會全職資深牧師的薪酬在過去四年保持不變，而完整的牧師薪酬套裝卻有所下降。

據 Lifeway Research 與 GuideStone 及浸信會州會進行的研究發現，南方浸信會全職資深牧師的薪酬在過去四年保持不變，而總薪酬套裝卻有所下降。

儘管消費者價格指數從 2018 年至 2022 年跳升了 17.6%，但南方浸信會教會全職資深牧師的薪酬（包括薪水和住房）在同一時期僅增加了 0.2%。他們的薪酬套裝（包括薪酬以及任何退休或保險福利）下降了 2.1%。此前 Lifeway Research 對美國新教牧師的一項研究發現，41% 的人表示他們擔心家庭的財務安全。此外，五分之一的新教牧師（18%）表示財務壓力是他們在事工中最大的擔憂之一。

自 2018 年以來，南方浸信會教會的其他全職工作人員的薪酬和薪酬套裝均有所增加，但與通貨膨脹不成比例。非資深牧師的全職工作人員在過去四年中看到了 7.5% 的薪酬增加和 7.1% 的薪酬套裝增加。

辦公室全職人員是唯一一類南方浸信會教會員工，其薪酬和薪酬套裝增加幅度與消費者價格指數接近。自 2018 年以來，他們的薪酬增加了 17%，而他們的薪酬套裝增加了 18%。

南方浸信會教會平均將近一半的預算（46%）用於員工薪酬和福利。隨著教會規模的增大，這一比例略有增加。出席人數少於 50 人的最小型教會，將 45% 的預算用於人事支出。出席人數在 50 至 99 之間的教會花費了 46%。平均每周出席人數在 100 至 249 之間的教會投入了 48%，而出席人數超過 250 的教會則花費了 50% 的預算用於員工薪酬和福利。

牧師薪酬增加的因素

各種因素影響了南方浸信會牧師獲得更高薪酬的可能性。平均而言，對於每增加一位教會居民成員，牧師每年多賺 14 美元。對於每位額外出席者，他們的薪水平均增加了 33 美元。

經驗也影響著薪酬。平均而言，每多一年的事工經驗，牧師的薪酬就多賺 382 美元。對於每留在教會的一年，南方浸信會牧師的薪酬平均增加了 124 美元。然而，對於每增加一歲，牧師通常會少賺 635 美元。

擁有學士學位和碩士學位的人的收入相似。教育程度較低的人則薪酬較低。平均而言，最高學歷僅為高中或以下的牧師比擁有四年制學位或更高學歷的牧師少賺 6,736 美元。擁有副學士學位的人少賺 7,206 美元，而有些大學學分的人比擁有至少學士學位的人少賺 4,800 美元。擁有博士學位的南方浸信會牧師平均比擁有學士或碩士學位的同行多賺 9,794 美元。

南部和西部的牧師收入相似，但中西部的南方浸信會教會的牧師收入較少 4,765 美元，而東北部的牧師收入則較多 21,511 美元。

規模較大的教會，福利較多

大多數的南方浸信會教會並不為他們的牧師提供醫療保險，但隨著教會規模的增加，牧師獲得額外福利的可能性也隨之增加。

總體上，59% 的南方浸信會教會不提供醫療保險，18% 提供給牧師及其家人，14% 提供給牧師及其妻子，9% 只提供給牧師。

在平均出席人數少於 50 人的教會中，69% 的牧師沒有醫療保險。幾乎 3/5 的南方浸信會教會（58%）平均崇拜人數在 50 到 99 人的牧師沒有醫療保險。一半（49%）平均出席人數在 100 到 249 的教會的牧師沒有提供健康保險。對於平均出席人數為 250 人或以上的教會，有 1/4 的牧師（26%）未從教會獲得醫療保險。

「教會愛護他們的牧師作為人和牧者，」GuideStone 主席 Hance Dilbeck 說。「展現這份愛和承諾的一個具體方式是為他們提供適當的薪酬和福利。在確定薪酬和福利時，可以智慧地參考社區中具有相似學歷、資格和責任的其他專業人士，包括退休金、健康和其他保障。這有助於建立他們的財務安全，增強他們面對財務、健康和其他挑戰時的韌性。」

較少的教會提供人壽和/或意外保險（24%）、殘障保險（20%）、牙科保險（18%）或視覺保險（9%）。同樣地，出席人數少於 50 人的教會更不太可能提供這些保障，而出席人數為 250 人或以上的教會更有可能提供。

「人們迅速討論了大流行後牧師的心理健康問題，但願意討論他們的財務健康問題者卻遠少於此。」—

與薪酬相似，影響牧師度假天數的因素有很多。全職資深牧師每年平均度假約 14 天。規模較大的教會給予他們的牧師稍微更多的度假時間。每增加 309 名出席者，牧師平均多休假一天。此外，牧師在當前教會任職時間越長，他們獲得的度假時間也越多，平均每六年增加一天。

「人們迅速討論了大流行後牧師和傳道人的心理健康問題，但願意討論他們的財務健康問題者卻遠少於此，」McConnell 說。「政府在 2022 年並未向牧師發放刺激支票。現在是教會給予他們的牧師和工作人員加薪的時候，以幫助他們度過這個通貨膨脹時期。」

**孤獨的牧者- Barna 「堅韌牧師」的研究**

在身體、心理、情感和整體健康等福祉關鍵指標方面，牧師在過去七年中嚴重下降，特別是在擁有真正朋友方面，Barna Research的一份新報告顯示。

引用他們在2015年至2022年進行的「堅韌牧師」研究所收集的數據，這家福音派民意調查組織顯示，當被問及如何評價自己感覺（優秀、良好、普通、低於平均、糟糕或不知道）時，牧師在福祉的各個領域都出現了顯著下降。

2015年的數據是在當年4月至12月之間收集的，基於對美國新教主任牧師的901次訪談。2022年的數據則是在2022年9月6日至16日收集的，基於對美國新教主任牧師的585次線上訪談。

就擁有真正朋友而言，數據顯示，2022年有20%的牧師認為自己在這方面低於平均，而2015年這一比例為10%。另外，2022年有7%的牧師認為自己在交友方面糟糕，而2015年這一比例僅為2%。在2015年，有34%的牧師認為自己在擁有真正朋友方面優秀。而這一比例在2022年下降到了17%。

牧師也表示，他們的身體健康在2015年至2022年間出現了顯著下降。在2015年，僅有7%的牧師將自己的身體健康評為低於平均或糟糕。七年後的2022年，這一比例已增至22%，其中有18%報告其狀況低於平均。僅有9%的牧師認為自己在2022年的身體健康方面優秀，而2015年這一比例為24%。

將他們的心理和情感健康評為低於平均的牧師比例從2015年的3%增至2022年的10%。同時，將他們的心理和情感健康評為優秀的比例也從2015年的39%下降至2022年的11%。

參加了「夏季休假」網絡研討會的部分事工領袖，例如「堅韌牧師」成員莎倫·霍迪·米勒指出，那些花時間休息、補充自己並更加關注整體健康的牧師在這些指標上表現更好。

米勒表示：「休假不是關於度假，而是關於反向形成以及我們文化以一種有損上帝和基督形象的方式對我們進行了形成。實行安息日、休假就是我們反抗這種形成的一種方式。」

這些數據呼應了Barna先前的一份報告，該報告發現2022年比起前一年，有更多的牧師考慮過辭去他們的工作，原因是壓力和孤獨。

超過一半（56%）考慮過辭去全職事工的牧師表示，“工作的巨大壓力”是他們考慮的一個重要因素。除了這些一般的壓力因素外，有兩成牧師（43%）報告說“我感到孤獨和孤立”，還有38%表示“目前的政治分歧”讓他們考慮放棄講壇。

加州哥斯達默岸羅克港教會的主任牧師格倫·帕基亞姆敦促教會為他們的領袖優先考慮休假，將之視為“預防性醫療”。牧師在過去七年中在身體、心理、情感和整體健康等方面的福祉出現嚴重下降，尤其是在擁有真正朋友方面。根據Barna Research所收集的數據，牧師在各個領域的福祉都出現了顯著下降。其中，擁有真正朋友的比例下降，而對身體健康和心理情感健康的評價也有所下降。一些事工領袖指出，花時間休息、補充自己並更加關注整體健康的牧師在這些指標上表現更好。這些數據呼應了Barna先前的報告，顯示有更多的牧師考慮辭去工作，原因是壓力和孤獨。格倫·帕基亞姆主任牧師呼籲教會優先考慮休假，將之視為“預防性醫療”。

美國新教牧師感到孤獨並交友不多的原因可能包括：

1. 工作壓力：牧師可能因為工作壓力而感到孤獨，無法與他人分享這些壓力。

2. 社交限制：牧師的職責可能導致他們在社交上有限制，難以建立深厚的友誼。

3. 心理負擔：處理信徒的心理需求可能使牧師感到心理負擔，進而影響他們的社交生活。

4. 職業特性：牧師的工作性質可能使他們難以尋找和保持真誠的友誼，因為他們需要維持一定的專業距離。

這些因素可能共同導致美國新教牧師感到孤獨並交友不多。

**孤獨的牧者，事工受損 - 牧師如何結交朋友**

https://www.desiringgod.org/articles/loneliness-limits-ministry

親愛的牧師,

在我牧會生涯的早期,我專注於工作,努力不懈。我很有使命感,盡責任。雖然我有一些親密的朋友,也不是孤僻或反社會的,但我對事工的專注傾向於讓其他值得追求的事物(如參加會議、發展合作關係和建立友誼)被邊緣化。

此後的歲月裡,有時是在我無意中, 上帝允許我體驗到了一種更好的方式。我在作為一個朋友方面還有很多要學習和改進的地方,但因 上帝的恩典,我已經嘗試到了真正友誼的養精蓄銳、抑制罪惡、活躍事工的本質。我意識到,未能優先並培養友誼不僅讓我失去重要的歡樂和新鮮思路,也會導致孤獨和妒忌,並增加我犯罪的脆弱性。當我被朋友們圍繞時,我會成為一個更好的牧師。

曾幾何時,我認為使徒保羅是一個堅韌不拔、專注於傳福音和建立教會的開拓者。直到我讀聖經多年之後,我才開始認真思考他其實有多少朋友和合作伙伴。

一位新約學者指出,保羅在他的信件中認同了65多個人是他的事工同伴或當地教會的成員。這與我之前想像的保羅截然不同。這個保羅被人們圍繞著,他知道他們的名字;他生活在與他所愛之人的關係網絡中。不僅如此,他正在積極地在這些友誼中服事。保羅信件的末尾最終成為我最喜歡的部分,讓我得以一瞥與保羅共事福音事工的男女們。

**牧師為什麼沒有朋友**

鑑於投資友誼的好處,為什麼許多牧師覺得難以建立友誼呢?原因很多,其中許多與牧師無關。像其他人一樣,我們非常忙碌,專注於工作、家庭、家居改造項目和本地社區。我們獨立自主,不感到迫切需要培養深厚的關係。一天結束時,我們感到疲憊,想要回家舒舒服服地待著。我們中有些人本質上就是內向的,比起與他人在一起,更喜歡獨處。我們中也有些人缺乏安全感,不太知道如何培養友誼。

我們的一些原因可能更具有牧師的獨特身份。牧師經常自行安排時間表,大部分工作都是獨自完成的,這有可能導致變成孤獨者。我們可能不願在教會內發展密切的友誼,擔心別人會認為是偏袒,或者擔心我們與教會中部分人的脆弱會在以後傷害我們。作為教會的牧者,我們需要隨時待命,這可能會扼殺互惠的友誼,在這些友誼中,我們自己也會被人所認識、愛戴和鼓勵。此外,與教會以外的其他牧師建立友誼對我們來說可能也很困難,如果我們與他們競爭,在教義上有分歧,或者妒忌他們的事工成功。

**牧師為什麼應該有朋友**

雖然建立友誼面臨許多障礙,但找到方法克服這些障礙非常重要。牧師應該有朋友,因為牧師也是人,人都應該有朋友。 上帝讓我們與彼此建立關係。我們通過深入的個人聯繫在智力、情感和精神上得到成長。我們與他人共享的歡樂是我們自己無法獲得的。

牧師應該有朋友,因為牧師也是基督徒,基督徒都應該有朋友。我們重生於團契中。每個基督徒都需要屬靈的兄弟姐妹提供鼓勵,幫助防範罪惡(來3:12-13; 10:24-25)。 雖然牧師選擇教會內的知己要謹慎,但我們與教會中其他成員一樣是基督的身體。我很感謝我小組中的友誼,也感謝我教會其他長老與我眼神交流、心心相印的勸誡和鼓勵。我與教會中比我年輕二十歲的人是朋友,也與比我年長三十歲的人是朋友,當然還有許多與我年齡相近的人。

**領導者是寂寞的**

牧師應該有朋友,因為牧師也是領導者,領導者都應該有朋友。帶領是寂寞的,因為人們在老闆面前會有不同表現。領導者需要顯示出堅強和自信,這會與其他人產生隔閡。此外,帶領可能會激發驕傲。牧師站在前面、高調、設定議程,這有時會讓我們自高自大。近幾年,一些知名的基督教領袖在事工上慘烈失敗,一個反復出現的主題就是缺乏真誠的友誼,這些友誼本可以提供支持,並允許仔細檢查他們的生活。

**體現我們所宣講的**

保羅書信問候語中的重複詞組“在基督裡”和“在主裡”,展示了保羅的關係植根於基督新生命中。這使得羅馬書16章的問候語不僅僅是客套話,而是保羅在書信前面所動人講述福音的具體表達。

這對牧師的啟示是:我們以基督為中心的友誼,是最能體現和表達我們所宣講福音的方式之一。我認識的一位牧師定期與一群二十年前與他一起畢業的神學院同學聚會。他們中有一個正在掙扎,這個小組是他的屬靈生命線。另一個在事工上蓬勃發展,成為著名作家,對他來說,能受到早在出名之前就一直關心他的朋友們的愛,是非常珍貴的。這些牧師所享有的關係,體現了福音之愛的謙卑、真誠和堅持。

**牧師如何擁有朋友**

當我們看耶穌和保羅這兩位忙碌和重要的人時,我們看到他們深深地嵌入在親密的友誼圈子中。教會歷史上果實纍纍的基督徒領袖也都是如此。只要閱讀約翰·牛頓的信件,或者回想C.S. 路易斯(C.S. Lewis)的墨水怪小組(Inklings)。與其說這些最富有成果的領袖太忙沒時間交友,不如說他們投資真誠友誼的做法往往有助於事工的喜樂、效率和長久。

那麼忙碌的牧師如何擁有朋友呢?首先,在認識到友誼的重要性並真誠渴望擁有朋友之後,我們可以求神賜給我們一些朋友。祂是一切美善禮物的施予者(雅1:17),這當然包括友誼。所以,我們應該祈求。

保羅提醒羅馬的基督徒，馬利亞「為你們勞苦了」（羅馬書 16:6）。

發展友誼的最好方法之一就是一起進入事工的戰壕，一起服事他人，一起犧牲。 保羅稱他的一些朋友為「與我同囚的」（羅馬書 16:7），稱其他朋友為「同工」（羅馬書 16:9, 21）。 關鍵是，他們肩並肩地一起服務和犧牲。

**我們最真實的地方**

我喜歡保羅毫不掩飾地表達他的愛。 他提到了他的「心愛的以帕尼托」（羅馬書16：5）、「我心愛的斯塔基斯」（羅馬書16：9）和「我心愛的波西斯」（羅馬書16 ：12）。 他稱安普利多為「我在主裡所親愛的」（羅馬書 16:8）。 推基古是「親愛的弟兄」（歌羅西書4:7），阿尼西母是「我們忠心、親愛的弟兄」（西4:9），路加是「親愛的醫生」（歌羅西書4 :14）。

我承認我花了一段時間才習慣我的朋友告訴我他們愛我，但我開始意識到這是多麼符合聖經，而且是多麼深刻的肯定。 所以現在我也對他們這麼說。 我認為，如果我們都足夠了解其他人，告訴他們我們愛他們，而不顯得奇怪，那麼牧師在精神上會更健康、更快樂。

我曾經聽過安德魯彼得森說過，他相信當我們知道自己被愛時，我們就是最真實的自己。 就在那時，他的好朋友拉塞爾·摩爾（正在採訪他）說：“這就是為什麼我總是在你家！” 我們這些嚐過在彼此接受敬虔友誼中所滋生的深深的喜樂和自由的人清楚地知道他們在說什麼。 哦，但願更多的牧師能夠透過忠誠的友誼的禮物體驗到上帝的愛和歡迎。 讓我們投資朋友，向他們學習，並以他們為樂。 我們的生活會更加甜蜜，我們的心靈會更加豐富，我們的事工會更加深入、更加持久。

史蒂芬‧威特默（Stephen Witmer）是麻薩諸塞州佩柏雷爾基督教團契的牧師，也是戈登康威爾神學院新約聖經的兼任教授。 他是小鎮高峰會（Small Town Summits）的共同創辦人，該組織為鄉村教會和牧師提供服務，並著有《小地方的大福音》（A Big Gospel in Small Places）。 他和妻子艾瑪育有三個孩子。

# **角色扭曲靈魂：牧師家庭的心靈渴求**

# When Role Eats Soul: The Spiritual Needs of the Pastor’s Family

<https://fullerstudio.fuller.edu/theology/when-role-eats-soul-the-spiritual-needs-of-the-pastors-family/>

**牧者的家庭生活**

在她年輕時，安妮·傑克森發誓永遠不會全職從事牧師事工。她在牧師家庭長大，親眼見證了教會如何虐待她的父親，目睹了他從那些被他們視為兄弟姐妹的人那裡遭受的言語虐待。她的父親辭去了那個職位，轉而到一個看起來健康得多的教會去了。

但在新職位上任三年後，另一場危機即將來臨。她的父親一直鼓勵教會成員與鄰居分享福音。教會中一個有影響力的派系對此提出異議，認為他是被付錢去傳福音給社區的人，而不是他們。他們堅持認為，他教導其他人參與外展工作，就是怠工。不久之後，在一次商務會議上，她的父親大聲宣讀了辭職信。一些教會成員感到震驚。有些人為他及其對福音宣揚的立場辯護。然而，他的反對者趁機而起，甚至威脅他的家人，如果他不辭職就會遭受後果。

年輕時的安妮就在那次會議上。她憤怒地站起來打斷了會議。手持聖經，她責備他們一直以來以非基督徒的方式爭吵。然後她怒氣沖沖地離開了，重重地關上了門，讓震驚的教會在原地。

受傷和精疲力竭，她的父親完全退出了牧師事工，試圖找到另一份工作。家人很少再去教會。安妮自己也受到創傷，她的生活失控，試圖用各種方式麻痺自己痛苦的情緒。多年後，當她去教堂聽朋友演奏音樂時，她似乎發生了一次焦慮發作：“當我踏進教堂時，我的心開始怦怦跳動，我的胃收縮成一團不舒服的小球。我無法呼吸。我開始出汗。”

然而，儘管這一切，安妮從未完全放棄上帝。她很快發現自己全職在那個教堂工作，盡管害怕再次受傷害。好消息是她喜歡這份工作並全身心投入其中。壞消息是一年後，她身心俱疲。用她自己的話說，她必須自己學會“與上帝同在”的區別和“為上帝做事”的區別。

如果牧師事工文獻有任何指示的話，她並不是唯一需要學會這一課程的人。牧師必須關注自己的屬靈生活，保持與上帝的關係的活力。一直存在的誘惑是以行為取代存在、以廣度取代深度，匆匆忙忙地試圖讓教會中的每個人都高興。這不僅對牧師本人有負面的個人後果，對他們的家人也有負面影響，他們可能只在一天結束時得到牧師剩下的時間、精力和關注。因此，在本文中，我將簡要描繪牧師壓力的整體情況，然後得出對牧師家庭屬靈生活的影響。

**牧者的疲憊與耗盡**

目前，人們普遍認識到教會對領袖的要求很高，如果這些要求無法得到良好的管理，牧師可能會面臨疲憊和情感耗盡的威脅。牧師自己對職業的不斷發展感覺和教會對牧師“應該”做什麼的期望之間可能存在持續的緊張，教會內部的期望也可能存在矛盾。牧師必須扮演多種角色，被迫擔任各種角色，而這些角色可能幾乎沒有接受過培訓。他們可能被教導解釋聖經，但卻不知道如何管理員工；他們可能充滿熱情地講道，但在處理衝突時感到迷茫。

教會內部的衝突很不幸地非常普遍。在一項研究中，只有五分之一的受訪牧師報告說他們的教會在過去六個月內沒有發生衝突。然而，整整61%的牧師報告說有一些輕微的衝突，另外19%報告說有重大衝突，而幾乎一半的重大衝突案例導致教會成員或員工的離職。如果這樣的數字有一定代表性，那麼教會內部的一些衝突可能是常態而非例外。因此，許多牧師面臨疲憊、精疲力竭以及心理和精神健康方面的困難。

當有一個不斷增長的長長事項清單需要為上帝和教會做時，牧師可能會讓自己與上帝的個人關係變得淡化。正如一位牧師所說，“我們不能因為我們所擁有的位置就假定我們與上帝有聯繫。”唐納德·R·漢茲和韋恩·L·費爾寫道，

從上帝中疏遠被牧師對“上帝之事”的沉浸所掩蓋 - 教學、講道、探訪病人、與他人一起禱告、主持禮儀。這種真誠的活動可以與對上帝幾乎完全缺乏私人、個人存在共存。

不幸地，根據巴納集團的報告，44%的牧師至少覺得“在自己的靈性發展上有些困難”，另有9%覺得“非常困難”。看來，大約一半的牧師在這方面都很困難。

像傑克遜一樣，露絲·海利·巴頓是另一位成年後進入事奉並處於疲憊邊緣的牧師之子。在與朋友無意識地交談時，她驚訝地聽到自己說：“我厭倦了幫助其他人享受上帝；我只想自己享受上帝。”同樣，芭芭拉·布朗·泰勒為她離開教區事工前的悲嘆是，她“忙著照顧上帝的家庭，卻忽略了呼喚我到那裡的那位……只要我餵養他們，我就不感到自己的飢餓痛苦。”或者更簡單地說：“我的角色和我的靈魂正在相互吞噬。”

照顧教會的需求並幫助他們在與上帝的關係中成長：這是良好且神聖的工作。然而，這項工作雖然重要且極具回報，但當牧師和他們的教會沒有建立現實的期望、適當的界限和共同合作在基督中的願景時，這項工作也可能是無休止的要求。這些要求可能會對牧師的身體、情感和精神健康造成影響。正如我們將看到的那樣，這些要求也可能會對牧師家庭的健康產生影響。

**教牧家庭所面臨的外部壓力**

關於牧師的文獻遠多於關於他們的家庭，因此對牧師的孩子（通常被稱為“PKs”）的實證研究相對稀少。儘管如此，一些牧師的孩子已經寫出在牧師家庭中成長所面臨的挑戰。

有些牧師相對較好地應對了事工的壓力，使他們的家庭受益。然而，許多PKs抱怨他們的需求最終被教會成員的需求擺在次要位置：

“有時我覺得自己比事工還不重要。主要原因是時間的投入。大部分的‘事工’都發生在晚上和週末，而這正是家人有最多空閒時間在一起的時候。所有的事工都應該是為神而做，似乎比家庭承諾更重要（家人會‘理解’）。11”

實際上，孩子們是理解的。他們知道事工很重要，並且需要父母大量的時間和精力。然而，他們在情感上需要確切地知道自己被珍惜和重視。父母需要幫助他們的孩子感受到愛和支持。

在一個要求嚴苛的事工環境中，父母設立堅定但靈活的界限以保護家庭共處的時間是很重要的。正如一位感激的PK告訴我的：

“雖然爸爸的日程安排非常繁忙，但他總是抽出時間來陪我們 - 每周休息一天，如果可能的話，用來和家人共度時光。而且無論日程如何，我們總是一家人聚在一起吃晚餐 - 這樣持續到我們青少年時期。12”

就他們而言，許多牧師認識到這種界限的必要性，正如以下來自牧師的評論所暗示的：

“我害怕因為太忙而失去我的家庭。”

“如果我做了我為教會應該做的一切，最終我會因被遺棄而離婚。”

“我需要學會更好地安排我的時間，這樣我才能為神國做更多事工並花更多時間與我的家人在一起 - 確保我不忽略自己作為一名基督徒和領袖的個人成長。13”

牧師也希望教會成員對這些界限更加尊重：

“我希望我的教會對我和家人共處的私人時間表現出更多尊重。這將是一大減壓方式。”

“我希望我的教會認識到我的整個生活並不圍繞在教會周圍，而是我努力實現上帝、家庭、婚姻、孩子、教會、自己和社區之間的時間平衡。”14

然而，教會可能需要幫助認識並接受這種平衡的需要。當共同的教會文化強烈強調犧牲服務並隱含或明示地將所有奉獻的人視為更高地位或榮譽，甚至不顧他們自己或家人的個人健康時，這一點尤其重要。在這樣的環境中的牧師應該做的不僅僅是為他們自己和自己的家庭倡導適當的界限；他們應該倡導教會中所有家庭所需的繁榮。

**牧師家庭的內在壓力**

牧師事工的挑戰不僅僅是來自於時間要求和教會的外部壓力。挑戰也存在內在。人們追求牧師事工的原因多種多樣。在神學或教會上正確的原因是他們感受到了來自上帝的"呼召"，儘管這種呼召的性質和證據可能因傳統而異。然而，這種呼召很難與驅使他們參與牧師事工的更自私的原因分開。可悲的是，正如最近被廣泛報導的教會醜聞所顯示的，這有時可能表現為自戀濫用權力。但對許多進入牧師職位的人來說，其他不那麼極端的自戀需求表現形式也很普遍。我們需要被需要，被讚美，被告知我們為上帝做了偉大的事情（即使我們以謙卑的姿態指向天堂）。

換句話說，有些牧師之所以忙碌，不僅僅是因為有太多事情要做，也是因為他們需要忙碌以淹沒內心的羞愧、無能或失敗的內在喋喋不休。在某種程度上，當然，每個人都喜歡被讚美並害怕批評；每個人都想被喜歡並相信他們的生活有意義。但正如泰勒所說，牧師角色的公開性質可能開始啃食靈魂。教會希望牧師展現自信、令人印象深刻的外表，這給了牧師充分的理由扮演角色，掩蓋在家中可能發生的任何戲劇。正如一位牧師家庭成員所抱怨的：

我父親在講壇上講道愛和尊重，然後回到家裡傷害了我們。我母親希望有完美無缺、不惹麻煩的孩子。我父親也是個酗酒者。人們視他為有史以來最出色的牧師。但在家裡，他酗酒、有時沮喪，經常虐待。母親沒有保護我們。

這是傑克遜故事更加黑暗的對應部分。一方面，牧師家庭成員可能努力理解教會成員的不良行為。另一方面，然而，這種不良行為和虛偽不僅僅存在於教會中，它們也可能存在於牧師家庭本身。

孩子總是試圖理解他們的世界。想像一下從孩子的角度看牧師事工環境和教會關係是什麼樣子。想像一下可能存在的問題，有時甚至是困惑。當你聽到福音被宣講，卻沒有看到它被活出來時，你該怎麼辦？理想情況下，你會去找你的父母，讓他們幫助你理清。但如果你的父母也感到需要維護形象呢？如果你已經內化了這樣的信息：你不應該製造波瀾或說出不方便的真相，以免被排斥？你該去哪裡，向誰求助？你自己的靈性發展、你對上帝和教會的看法又會變成什麼樣子？

**牧師家庭的屬靈和情感需求**

牧師需要關注家庭每一位成員的屬靈和情感需求，包括自己。他們自己的個人屬靈實踐不僅體現了他們的奉獻，還支持他們對壓力和倦怠的抵抗。對於在牧師家庭長大的孩子來說，這樣的實踐模範了門徒生活，為牧師家庭成員自己的屬靈生活奠定了基礎。

然而，屬靈需求無法被從其他社會和情感需求中清楚分離出來。雖然這對任何家庭都是如此，對牧師家庭來說，額外的挑戰在

**牧師家庭的靈性和情感需求**

牧師需要關注家庭每位成員的靈性和情感需求，包括自己。他們自己的靈性實踐不僅體現了他們的奉獻，而且支持他們對壓力和倦怠的韌性。對於在牧師家庭中成長的孩子來說，這些實踐不僅模範了門徒的行徑，還為牧師家庭的孩子奠定了自己靈性生活的基礎。

然而，靈性需求無法從其他社會和情感需求中清晰地分離出來。儘管這對任何家庭都是如此，對牧師家庭來說，額外的挑戰在於角色和靈魂之間的拉扯。需要明確指出，這並不總是虛偽的問題。有時，例如，牧師的角色可能以一種無意間扭曲牧師家庭孩子的靈性發展的方式來佔據父母的角色：

「當我們表現不好時，我父親偶爾會把我們帶到他的房間，要我們讀聖經的經文，通常是關於說謊、打鬥、清潔或脾氣的……那真的讓我困擾，對讀聖經產生了負面情緒。如果聖經只是在譴責，那我對它就不感興趣。」

牧師家庭的孩子不想被說教，好像他們只是需要牧者修正的難以管教的教友。他們希望他們的父母首先是父母，其次才是牧者。

在教會和家庭中，牧師家庭的孩子見證了直接關係到他們信仰的穩定性和真實性的事情。面對虛偽甚至創傷，牧師的孩子需要幫助理解所發生的事情，以及這對每個人所說信仰的意義。潛在風險是上帝是否善良或福音是否可信。

對於牧師來說，對孩子的靈性和情感需求的敏感度可能需要一些誠實的自我檢視。

為此，我提供以下一系列問題，供牧師虔誠地考慮：

你在身體、靈性和情感上有多疲憊？疲憊會使你對家人變得不夠可用，不僅是時間上，還有能量和關注上。

你需要什麼界限來保護你全心全意地投入家庭？保持家庭關係強大需要品質和時間量；親密和團聚不能建立在匆忙中。請記住，在你教會裡所有家庭也是如此，所以請考慮如何在教會裡確立這一共同價值觀。

你處理衝突或異議時感到多舒服？最小阻力的路往往是低調或妥協，以「維持和平」，即使這牽涉到妥協深層的價值觀。這是以靈魂為代價來扮演角色，這樣的「和平」既虛假又暫時。

你如何理解自己的牧師使命，特別是在處理衝突方面？這是上一個問題的延伸。正如一些牧會專家建議的那樣，許多牧師相信他們的工作是讓人們快樂，以盡可能幫助他們避免焦慮和不適。但這樣的信念，再加上個人需要被需要、喜歡或被欽佩，更可能導致在教會成員面前裝作友好，而在家裡卻抱怨的虛偽。

當你的孩子說出讓你自己焦慮的事情時，你有多願意全心全意且富同情心地傾聽？這是建立信任的地方。你不必擁有所有答案。重要的是你表現出你理解和同理心，並願意繼續交談和探索，即使你自己也在努力理解事情。

在牧師的環境中，角色和靈魂之間的張力是典型的，而在這樣的環境中成長的孩子們會觀察他們的父母如何應對這種張力。他們將形成自己對現實與非現實的看法，對信仰是否具有實質內涵或僅僅是一場高風險的社交遊戲。如果允許，他們可能會說出艱難的真相。為了他們的靈性發展，有人需要傾聽。



**Cameron Lee** is professor of marriage and family studies and has been a member of the Marriage and Family Therapy program faculty since 1986. He is a licensed Family Wellness Trainer and a member of the National Council on Family Relations. Dr. Lee is also a teaching pastor and licensed minister in the congregation where he is a member, and he teaches and preaches regularly in church settings. He has authored and edited multiple articles and books, most recently including *Marriage PATH: Peacemaking at Home for Christian Couples*, *Preparing Couples for Love and Marriage* (coauthored with Jim Furrow), and *That Their Work Will Be a Joy* (coauthored with Kurt Fredrickson).