



To Be an Anchor in the Storm

親密風暴中的船錨

——受虐婦女親友的角色與行動——

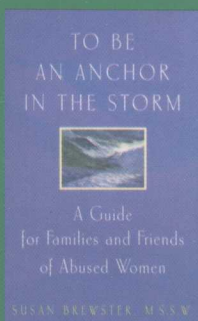


Susan Clark Brewster／著
劉慧玉／譯

大眾心理學叢書／吳靜吉博士策劃

根據估計，約有20%的婦女曾受到家庭暴力的傷害。你很可能知道某個女性曾遭受虐待，你也可能認識某個正處於暴力威脅下的女性，甚至，某個你非常關切的人目前就處在這樣一種情況中。假如你所擔心的是事實，那麼，你可以確定她的世界就好比一艘在狂風暴雨中顛簸的小船；而就像船需要安全的錨，她可能正迫切需要一個讓她能好好整理自己、重新認識自己、重建自信心的支持者。

本書作者是一名精神治療師，接觸過無數的受虐婦女及虐待她們的伴侶，還有那些焦急痛心卻使不上力的朋友親人，其專業及親身經歷正足以為受虐者親友提供明確而實用的指引。藉由本書，可以驗證你的疑慮、選擇你所扮演的角色，也可重塑你與你所關懷的受虐女子之間的關係，讓你有機會給她真正的幫助。而在學習作為一名船錨的同時，你將發現自己的生命也獲得了成長。



蘇珊·布魯斯特 (Susan Clark Brewster) 是取得執照的精神治療醫師，接觸過無數受毆打虐待的婦女，以及虐待她們的伴侶與其他家人。她具有社會工作碩士學位，過去十八年來曾在不同的單位輔導成人與幼童，包括在為受虐婦女及其伴侶、孩子成立的扶助中心擔任精神治療醫師，也曾任庇護所的醫療主任，還曾主持講授警察如何妥善因應家庭暴力事件的訓練課程。

ISBN 957-32-3706-7 (548)



9 789573 237068

A3218

NT\$200

國家圖書館出版品預行編目資料

親密風暴中的船錨：受虐婦女親友的角色與行動／

Susan Clark Brewster作；劉慧玉譯．-- 初版．

-- 臺北市：遠流，1999〔民88〕

面；公分．-- (大眾心理學叢書；218)

譯自：To be an anchor in the storm: a guide for
families and friends of abused women

ISBN 957-32-3706-7(平裝)

1·受虐婦女 2·婚姻暴力 3·家庭暴力 4·心理
輔導

548.143

88003378

吳靜吉博士策劃

大眾心理學叢書

每冊都包含你可以面對一切問題的根本知識

218

親密風暴中的船錨

To Be an Anchor in the Storm

Copyright © 1997 by Susan Clark Brewster

Chinese translation published by arrangement with The Ballantine Publishing Group, a division of Random House, Inc. through Big Apple Tuttle-Mori Agency, Inc.

Chinese translation copyright © 1999 by Yuan-Liou Publishing Co., Ltd.
All rights reserved

大眾心理學叢書 218

親密風暴中的船錨——受虐婦女親友的角色與行動

作者——Susan Clark Brewster

譯者——劉慧玉

策劃——吳靜吉博士

主編——林淑愼

責任編輯——簡旭裕

發行人——王榮文

出版發行——遠流出版事業股份有限公司

臺北市汀州路3段184號7樓之5

郵撥/0189456-1

電話/2365-1212 傳真/2365-7979

香港發行——遠流(香港)出版公司

香港北角英皇道310號雲華大廈4樓505室

電話/2508-9048 傳真/2503-3258

香港售價/港幣66元

法律顧問——王秀哲律師・董安丹律師

著作權顧問——蕭雄淋律師

1999年4月16日 初版一刷

行政院新聞局局版臺業字第1295號

售價新台幣 200 元 (缺頁或破損的書, 請寄回更換)

版權所有・翻印必究 Printed in Taiwan

ISBN 957-32-3706-7 (英文版 ISBN 0-345-41719-4)

Ylib 遠流博識網

<http://www.ylib.com.tw>

E-mail: ylib@yuanliou.ylib.com.tw

親密風暴中的船錨

劉慧玉 譯

To Be an Anchor in the Storm

Susan Clark Brewster

《大眾心理學叢書》

出版緣起

王榮文

一九八四年，在當時一般讀者眼中，心理學還不是一個日常生活的閱讀類型，它還只是學院門牆內一個神秘的學科，就在歐威爾立下預言的一九八四年，我們大膽推出《大眾心理學全集》的系列叢書，企圖雄大地編輯各種心理學普及讀物，迄今已出版達二百種。

《大眾心理學全集》的出版，立刻就在台灣、香港得到旋風式的歡迎，翌年，論者更以「大眾心理學現象」為名，對這個社會反應多所論列。這個閱讀現象，一方面使遠流出版公司後來與大眾心理學有著密不可分的聯結印象，一方面也解釋了台灣社會在羣體生活日趨複雜的背景下，人們如何透過心理學知識掌握發展的自我改良動機。

但十年過去，時代變了，出版任務也變了。儘管心理學的閱讀需求持續不衰，我們仍要虛心探問：今日中文世界讀者所要的心理學書籍，有沒有另一層次的發展？

在我們的想法裡，「大眾心理學」一詞其實包含了兩個內容：一是「心理學」，指出

叢書的範圍，但我們採取了更寬廣的解釋，不僅包括西方學術主流的各種心理科學，也包括規範性的東方心性之學。二是「大眾」，我們用它來描述這個叢書「閱讀介面」，大眾，是一種語調，也是一種承諾（一種想為「共通讀者」服務的承諾）。

經過十年和二百種書，我們發現這兩個概念經得起考驗，甚至看來加倍清晰。但叢書要打交道的讀者組成變了，叢書內容取擇的理念也變了。

從讀者面來說，如今我們面對的讀者更加廣大、也更加精細(sophisticated)：這個叢書同時要了解高度都市化的香港、日趨多元的台灣，以及面臨巨大社會衝擊的中國沿海城市，顯然編輯工作是需要梳理更多更細微的層次，以滿足不同的社會情境。

從內容面來說，過去《大眾心理學全集》強調建立「自助諮詢系統」，並揭發「每冊都解決一個或幾個你面臨的問題」。如今「實用」這個概念必須有新的態度，一切知識終極都是實用的，而一切實用的卻都是有限的。這個叢書將在未來，使「實用的」能夠與時俱進(update)，卻要容納更多「知識的」，使讀者可以在自身得到解決問題的力量。新的承諾因而改寫為「每冊都包含你可以面對一切問題的根本知識」。

在自助諮詢系統的建立，在編輯組織與學界連繫，我們更將求深、求廣，不改初衷。這些想法，不一定明顯地表現在「新叢書」的外在，但它是編輯人與出版人的內在更新，叢書的精神也因而有了階段性的反省與更新，從更長的時間裡，請看我們的努力。

編輯室報告

那是一個難忘的大年夜。第一次在南台灣過年。

原以為是迎春的鞭炮聲將自己從睡夢中驚醒，不一會兒，女人的哭嚎、男人的怒罵聲接踵傳來；其中不時挾雜著重物被擲落的巨響，以及小孩的哭叫聲。約莫過了十分鐘，似乎有兩輛摩托車急駛而至。

「大過年的，你又打她做什麼？」

「真後悔當初還勸我媽媽把妹妹嫁給你……都是我的錯。」女人的姊姊哽咽地自責。
「大身大命，竟然呷伊打呷全身軀流血！」（台語）顯然母親也聞訊趕來。

「離婚！」「離婚！」「離婚！」……

摩托車的引擎聲再度響起，急速地呼嘯而去。被虐打的婦女似乎已被帶離。
夜，突然又是一片死寂。徒留我這名「異鄉人」無限錯愕。

*

顯然，那名婦女並不是第一次遭丈夫毒打，就連她身懷六甲也未能倖免。這使我聯

想到不久前，因不堪丈夫虐待而攜子自殺的社會悲劇。原來這類事件不斷在不同角落重複上演，只是嚴重程度不一，有的婦女得到了拯救、有的仍舊躲在暗處獨自飲泣。

這個號稱文明的世代，仍有許多男人將女人視爲自己的私有物，可以隨時加以「教訓」，而法律仍舊無法有效率地制止身邊的男人隨便動粗。那麼，站在一個受虐者親友的立場，你該怎麼辦呢？

誠如事件中受虐女子的姊姊，許多關心受虐者的親友很容易將責任往自己身上攬。然而，作爲一名受虐婦女的親友，你大可不必如此加罪於己。因爲出手打人的，不是你！如果你關心她，你所要做的是扮演好船錨的角色——在她有需要的時候，提供一處可以歇腳的地方，讓她好好地整理自己：重新認識自己的長處、體會自己的感受、了解自己的需求、恢復自信，爲自己做出最妥善的決定。

本書作者是一名精神治療師，接觸過無數的受虐婦女及虐待她們的伴侶和家人，其專業及親身經歷正足以爲受虐者親友提供明確而實用的因應之道。書中包括：如何跨越傳統賦予受虐婦女「罪有應得」的迷思；你與受虐婦女之間可能存在的距離；如何學習觀察受虐婦女身上透露出來的訊息；說明隔岸觀火者、拯救者及船錨之間的差別，及釐清身爲一名船錨的責任；如何運用良好的溝通技巧，主動表現出船錨的作爲；當受虐婦

女找你時，你應有的對應方式；探討施虐者的性格、行為模式及控制手段；教導你如何做好安全措施，防範施虐者的報復行為。另外，附錄還提供了一些你可能遇到的特殊狀況及可資利用的專業機構。

沒有誰有權力虐待別人，更沒有誰應容許自己任人欺凌。不卑不亢，才能展現生命的尊嚴。作為受虐者的船錨，最終目的也就是要幫助她恢復自己的尊嚴。企圖以拯救者的姿態來解救受虐者，不但無法達到預期的效果，反而更打壓了她的自信。閱讀本書，你將了解到，事實上你只需表達關懷之情，提供一處讓她療傷復元的地方，使她重建自信，重拾對生命的熱情。當你學會了作為一名船錨，表示你已懂得如何傾聽他人、尊重他人，在此同時，你將發現自己在這個過程中也獲得了成長。

（簡旭裕執筆）

親密風暴中的船錨

目錄

《大眾心理學叢書》出版緣起

編輯室報告

專文推薦／路迢迢——雙手一掬受虐婦女的辛酸淚 李瑞玲

前言

第一章 付出關懷：跨越疑慮及迷思／三一

你的角色非常難當！／她的角色非常難做！／如果她不離開，「那她活該！」／其實那非常危險／你所面臨的挑戰

第二章 了解你必須跨越的鴻溝／三九

她的距離／你的距離／你淡化問題／你的無知與抗拒／自我防禦的武裝競賽／如何停止這場武裝競賽？／你們經歷的過程是獨一無二的

第三章 開始學習：基本資訊／七一

用新的眼光看她／虐待的徵兆：權力與控制／關於孩子
／另一個徵候：暴力周期／暴力周期對受虐婦女精神面
造成的影響／回答你可能有的疑問

第四章 隔岸觀火者、拯救者、船錨／九九

隔岸觀火者／隔岸觀火毫無建樹／如何得知你是不是個
隔岸觀火者／拯救者／拯救無法發揮作用／如何得知你
是不是個拯救者／船錨／你能成為她的船錨嗎？／船錨
的責任／那對我有什麼好處？／你準備好了嗎？

第五章 主動表現出船錨的作為／一三一

做苦功階段／建立聯繫／運用良好的溝通技巧／良好溝
通的原則／船錨與受虐者對話範例／貫徹到底！／向她
提出敏感問題／回答你可能有的疑問

第六章 當她找你時，你要像個船錨／一五七

一則以喜，一則以憂／當親友向你求援時，伸手幫助她
／幫助的原則／什麼時候可以自行代她採取行動／回答
你可能有的疑問

第七章 關於施虐者／一八七

施虐者的一般行為難以辨識／不要太計較「怎麼會這樣」／施虐者究竟是什麼樣子？／施虐者的行為模式／施虐者的控制／勿以貌取人

第八章

安全第一／二〇五

你的安全／她的安全／防範動作與事後反應的準則／船錨與施虐者對話範例／如果他們都是你所關心的人／協助施虐者／回答你可能有的疑問

第九章

整體評估／二三五

賈姬、凱蒂和黛安今在何處？／至於我／如何得知你已成為船錨／我的任務何時完成？／現在，你該做什麼？

附錄一

義務奉獻／二四九

附錄二

尋求適當的專業協助／二五一

附錄三

如果你關切的受虐婦女有精神上的疾病／二五五

附錄四

如果她酗酒或吸毒／二五八

附錄五

兒童虐待與冷落／二六〇

附錄六

國內社會資源簡介／二六五

〈專文推薦〉

李瑞玲

路迢迢——雙手一掬受虐婦女的辛酸淚

亞洲第一部家庭暴力防治法將於今年六月底在台灣正式施行，內政部於三月中旬甫通過「家庭暴力防治法施行細則草案」，並計畫設立家庭暴力防治委員會。未來婚姻暴力受虐婦女或子女可以依法向法院聲請保護令，共同保護婦女的心身安全並輔導進一步之生涯規劃。

多少暗夜飲泣的婦女，包括妻子、同居人、戀愛中的女人，飽受親密愛人的拳打腳踢或精神恐嚇，法律似乎很遙遠，親人似乎很忙碌，何處是安身庇護所？本書作者以一個受虐婦女過來人的痛和專業心理醫生助人者的心，現身說法，娓娓指點我們如何仔細察覺受虐婦女包裝過的傷痕，如何陪伴她們度過揭穿創口至重見陽光的漫漫長路。

從民國七十七年台灣大學人口中心出版《台灣婚姻暴力的狀況與治療策略研究》（陳若璋、李瑞玲著）伊始，學術界、社工、心理諮商治療、警、法、醫等各界在媒體協助

下，開始戮力發掘台灣婚姻暴力的真相，援助蜷縮在各個家庭角落的被害婦女。尤其清大陳若璋教授研究、奔走不遺餘力，出版眾多的研究及書籍，並力促台北市社工局成立全台第一個專門受理受虐婦女申訴的「康乃馨專線」，台灣受虐婦女終於在許多有心人努力下獲得第一個撥雲見日的窗口。

這類受虐婦女的問題和諮商策略有其特殊主題，如人身安全、經濟壓力、法律規章、子女安頓等迥異其他婚姻困擾的複雜性。全省各地康乃馨（或類似機構）之社工督導、法律顧問、義工必須學習一套處理親密暴力主題的策略模式。本書作者以親身受虐體驗及十數年援助經驗提出「做她們的船錨」，破除一般受虐婦女親友擅長扮演拯救者、抗拒者或隔岸觀火者的迷思，協助親友做一名稱職的陪伴者，讓受虐婦女可以停泊安歇，並進一步拓展自己的天空，得出適合她們的解決之道。

做她們的船錨其實是受虐婦女親友很大的挑戰，親友的一生甚至可能為之改觀。本書引述受虐婦女的兄姊或父母，從拯救者「妳立刻離開那個混蛋！」到隔岸觀火者「妳別告訴我妳的痛苦！」的各種角色，伸援者均遭遇自我挫折、傷心和憤怒的煎熬。直到親友自己學習以同理心反映，以平等地位提供討論解決方案，尊重受虐者的意願和天空，親友才體會「船錨」的艱難和可貴，自己從內到外也蛻變更新，最後不只受虐者受惠