

全国高等医学院校应用心理学教材

中国高等医学教育学会医学心理学教育分会  
全国中医药高等教育学会中医心理学教学研究会

推荐用书

# 创伤心理学

CHUANG SHANG XIN LI XUE

丛书主编 顾瑜琦 胡佩诚

本书主编 施琪嘉

中国医药科技出版社

全国高等医学院校应用心理学教材

主编 顾瑜琦 胡佩诚

中国高等医学教育学会医学心理学教育分会  
全国中医药高等教育学会中医心理学教学研究会

推荐用书

# 创伤心理学

丛书主编 顾瑜琦 胡佩诚

本书主编 施琪嘉

中国医药科技出版社

## 内 容 提 要

本书系统全面地介绍了创伤心理学的理论知识和临床诊疗,包括创伤心理学的研究历史、定义及最新诊疗技术。

全书内容新颖,有一定的学术价值和实用价值,可供医学院校师生及临床医师参考阅读。

### 图书在版编目(CIP)数据

创伤心理学/施琪嘉主编. —北京:中国医药科技出版社,  
2006.9

全国高等医学院校应用心理学教材

ISBN 7-5067-3501-6

I. 创... II. 施... III. 医学心理学—医学院校—教材 IV. R395

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第100456号

美术编辑 陈君杞

责任校对 张学军

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100088

电话 010-62244206

网址 [www.cspyp.cn](http://www.cspyp.cn) [www.mpsky.com.cn](http://www.mpsky.com.cn)

规格 787×1092mm<sup>1</sup>/<sub>16</sub>

印张 11<sup>1</sup>/<sub>2</sub>

字数 280千字

印数 1—4000

版次 2006年9月第1版

印次 2006年9月第1次印刷

印刷 北京昌平百善印刷厂

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 7-5067-3501-6/G·0532

定价 21.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

- 顾 问** 吕秋云 (北京大学精神卫生中心)
- 主 编** 施琪嘉 (华中科技大学同济医学院武汉精神卫生中心武汉心理医院)
- 副主编** 童慧琦 (美国太平洋心理学研究生院)
- 徐汉明 (华中科技大学同济医学院附属同济医院神经精神科)
- 盛晓春 (上海东方医院心身科)
- 参 编** 谭 红 (湖南长沙第一人民医院)
- 周 娟 (华中科技大学同济医学院武汉精神卫生中心武汉心理医院)
- 王海峰 (华中科技大学同济医学院附属同济医院神经精神科)
- 张宜宏 (华中科技大学同济医学院附属同济医院神经精神科)
- 熊亚敏 (华中科技大学同济医学院附属同济医院神经精神科)
- 陈 静 (华中科技大学同济医学院武汉精神卫生中心武汉心理医院)
- 黄晶晶 (华中科技大学同济医学院附属同济医院神经精神科)
- 吴 江 (华中科技大学同济医学院附属同济医院神经精神科)
- 杨 灿 (华中科技大学同济医学院附属同济医院神经精神科)

# 全国高等医学院校应用心理学教材 编写委员会

主 编 顾瑜琦 (华中现代健康科学研究所)  
 胡佩诚 (北京大学医学部)  
 副 主 编 刘克俭 (华中科技大学同济医学院)  
 张 颖 (陕西中医学院)  
 樊富珉 (清华大学)  
 苗丹民 (第四军医大学)  
 游旭群 (陕西师范大学)  
 杜文东 (南京中医药大学)  
 秘 书 长 张 颖 (陕西中医学院)

(按姓氏笔画排序)

马绍斌	马建辉	马海燕	万承龙	于洪尧	巴 莺	凤林	方 新
毛雪琴	王效道	王浩	王丽	王庆华	王庭照	王燕	王 鹏
王汉荣	王五荣	王高华	王瑞	王学碧	王伟	王 伟	王 凌
王旭东	王延松	王颖	王刚	王健	王有	王 家	王 生
王梦欣	王海峰	王蓓	王庆	王孟	王顺	王 建	王 小
付菊芳	付文波	古茂盛	王兰	王卢	王 顺	王 乐	王 申
田克俭	叶沐瑶	叶旭峰	叶瑞	安 芹	卢 娟	江 玲	吕 虹
刘德祥	刘照蓉	刘莹	刘练	刘 旺	关建	刘 娜	刘 新
孙凤	孙金雅	孙云峰	孙志	齐建	任忠	任 慧	孙 红
孙永进	陈晶	陈元梅	孙建	陈列	任 平	任 霞	朱 艳
何金彩	何立新	何华	邹金	邹建	陈秋	陈 静	陈 安
李明德	李琦	李虹	李 焰	李武	李 明	李 茹	李 涛
李彦章	李长瑾	李红	李 苏	李改	李 爱	李 玉	李 任
吴彦文	吴旭东	吴江	吴均	吴桂	汪 萍	肖 玮	肖 德
杨世秀	杨余冰	杨克	杨志	杨敬	杨 健	杨 国	杨 少
杨 勇	张秀莉	张宜	张重	张颖	张 奇	张 印	张 华
张志宏	张万英	张岗	张健	张曼	张 颖	张 力	张 群
张丽廉	张鄂	张军	张官	张金	张 宇	张 发	张 实
林大	林榕	苗丹	郑立	郑 红	郑 燕	罗 静	林 刚
孟莉	孟宪璋	屈榆	岳文	易春	易 净	周 晓	周 娟
周指明	周强	周艳	柏鲁	费俊	洪 峰	洪 青	胡 佩
胡丽萍	胡维琼	胡一文	胡卫	郝 志	侯 宏	侯 晶	姜 乾
荆春燕	施琪	姚建	胡碧	祝卓	高 月	高 林	赵 建
赵静	钟 慧	钟天	顾瑜	高 琦	钱 英	郭 芹	郭 试
郭丽	郭红	陶金	倪 芳	钱 恒	陶 来	涂 雷	唐 汉
唐俊	徐勇	徐克	徐 菊	徐建	徐 雪	徐 珍	曹 明
徐斌	黄三	黄晶	黄 程	黄 雪	黄 董	黄 永	曹 方
曹成	梁继	梁盛	程 杰	储 刚	董 游	答 凡	黄 耀
康星	蒋亚	蒋雷	童 鹤	谢 刚	蔡 泰	曾 雄	曾 智
靳宇	解管	雷静	路 玲	谢 刚	蔡 红	曾 雄	曾 智
蔡昌	黎 玉	潘 芳	廖 美	阙 蓓	薛 卫	戴 晓	蔡 亚
樊富			霍 黄	霍 莉			鞠 承
珉 玮							祖

## 全国高等医学院校应用心理学教材 顾问委员会

**特邀顾问** 李建华 (解放军总后卫生部)  
 陈学诗 (北京安定医院)  
 刘貽德 (皖南医学院)  
 张厚粲 (北京师范大学)  
 李心天 (中国科学院心理研究所)  
 龚耀先 (中南大学湘雅二医院)

**顾 问** (按姓氏笔画排序)

王 栋	王效道	刘华山	刘福源	刘庆生	刘筱娴	朱 琪	陈达光
陈世蓉	李 荫	李国成	李鸣皋	李恢樵	吴振云	杨菊贤	杨德森
杨治良	张志鸿	欧阳仑	岳文浩	周 梅	郑日昌	皇甫恩	胡德辉
姜乾金	赵耕源	徐 斌	徐天民	徐俊冕	夏文家	曹承虔	黄希庭
黄光英	黄南康	梁浩材	梁宝勇	崔以泰	彭京宜	曾洪文	蔡焯基
蔡雄鑫	臧德馨						

## 全国高等医学院校应用心理学教材 审定委员会

**主任委员** 胡佩诚 (北京大学医学部)

岳文浩 (山东大学医学院)

**副主任委员** 徐 斌 (苏州大学医学院)

姜乾金 (浙江大学医学院)

樊富珉 (清华大学)

**委 员** (按姓氏笔画排序)

马维祥	马渝根	马绍斌	马建青	马海燕	于 雷	巴莺乔	王效道
王启全	王高华	王景洪	王有权	王 颖	王 生	王家同	邓明昱
白学军	冯正直	古茂盛	卢 莉	卢祖洵	叶挺生	毕希铭	江光荣
刘晓虹	刘德贵	刘 丹	刘新民	刘克俭	刘爱书	吕秋云	齐宝全
任景慧	孙公凯	许秀峰	朱长虹	陈 力	陈汝岗	陈映玲	陈树林
陈 洋	陈祉妍	陈荣安	杜文东	李殊响	李占江	李建明	李巧兰
李凌江	李倬珍	李政江	李永安	邱鸿钟	余双好	宋 霖	吴均林
吴汉荣	吴爱勤	吴任钢	吴绪康	吴江皓	吴和鸣	吴 挥	汪 勇
沈瑞莲	肖会军	余毅震	杨大国	杨凤池	杨鑫辉	杨克敌	邹典定
郑晓边	张 颖	张树峰	张伯华	张仲华	张曼华	张重安	张印德
张 佼	张国民	张国辉	张黎明	张丽云	林金洪	罗 健	孟 莉
孟宪璋	苗丹民	岳桂林	周永学	洪 炜	郭 宏	郭志海	郭 丽
郝 志	施琪嘉	俞承谋	姚树桥	赵旭东	赵惠源	柴 多	顾瑜琦
高定国	钱 明	桑志芹	陶功定	陶芳标	唐俊琪	唐其柱	唐 彤
夏东民	徐震雷	徐晋南	徐建平	徐焕章	徐汉民	曹 水	黄光英
黄 晨	黄怀钧	黄尚珍	渠淑坤	戚玉才	章军健	崔俊南	董湘玉
葛慧坤	韩布新	景生保	彭晓辉	解亚宁	游旭群	曾奇峰	曾 颖
甄中科	蔡荣泰	静 进	熊承良	熊盛道	樊富珉	潘 芳	霍莉欽
戴秀英	瞿 玮						

振興中國心理學  
事業任重而道遠

韓啓德題



全国人大常委会副委员长韩启德院士为“全国高等医学院校应用心理学教材”  
和“全国高等医学院校应用心理学教学参考丛书”题词（2004年）

加強應用心理學學術研究  
為人類健康造福

錢信忠

二〇〇四年元月

原衛生部部長錢信忠為“全國高等醫學院校應用心理學教材”  
和“全國高等醫學院校應用心理學教學參考叢書”題詞



# 序 言

科学技术的日新月异，给人类带来了富裕与文明，也给人们带来了心理压力，也易产生精神性疾病。据 WHO 统计，在 10 种造成社会沉重负担的疾病中，心理（精神）疾病就占了 4 种。不仅如此，由于人们长期处在紧张、焦虑之中，高血压病、冠心病、癌症、糖尿病等也已成为常见病、多发病，它们被称为“心身疾病”，是一类当今危害健康最严重的疾病。

健康的定义，不仅身体上没病，而且必须保持身体、心理、社会适应的完好状态。所以，要达到健康，必须保持身体和心理、社会适应的完好状态，仅有生物医学手段是不够的，心理学工作者的介入非常重要。

从美国等经济发达国家的心理学发展情况来看，心理医生有着很高的社会地位。在实际应用方面，不少国家的综合性医院里设有心理科，在临床疾病的诊断与治疗中，都会邀请临床心理学家联合会诊，并为病人做心理调整。在美国，每 2000 人中就有 1 个心理工作者，澳大利亚的比例是 4000:1，以色列投巨资修建一所超豪华儿童医院，给每个病房都配有一名儿童心理学家。而在我国，目前情况很不乐观，据一项统计，我国每百万人口中仅有 2.4 个心理工作者，不能满足社会的需要。

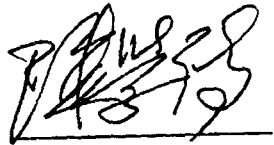
基于此，卫生部在其下发的行政文件中将“设立心理咨询科室”作为等级医院（三级甲等、二级甲等）建设的一项硬性评估指标，有关部委也已在全国范围内试行“心理治疗师”、“心理咨询师”资格考试制度及职业资格认证工作，这些举措对加强我国心理学工作的职业化，规范其市场，以提高人民身心健康水平和生活质量将起到巨大的推动作用。

加强专业人才培养，离不开好的专业书籍。这套由中国高等医学教育学会医学心理学教育分会和全国中医药高等教育学会中医心理学教学研究会推荐的，由国内一些长期奋斗在医学与心理学领域中的专家教授参与编写的全国高等医学院校应用心理学教材与教学参考丛书，填补了我国在这一领域的空白。这套丛书有四大特点：一是“大气”，一套包括了 26 个单本的系列丛书在我国尚属首见，足以表明其气势之大；二是“全面”，涵盖的面较广，不仅有可作为教材使用的系列专著，还附有相关练习册及心理学英汉辞书；三是“新颖”，全书汇集了大量的国内外最新研究资料，反映了当代应用心理学的现状及其发展趋势，并阐释了应用心理学的新概念、新理论、新思想、新经验、新方法；四是“实用”，本系列丛书选题切合实际，既可作为与应用心理学专业配套的教材和教学参考书，又可作为各种心理学资格认证

(如心理咨询师、心理保健师、心理辅导师、心理治疗师等)考试的辅导用书,为各类考生提供科学、规范、准确、有效的复习资料,帮助考生顺利通过心理学考试。从这一点说,也是在同类书籍中前所未有的。

此外,全套教材和参考丛书语言流畅、引证有据,具有较高的理论水平和专业修养。可供在校心理学专业学生、教师、心理学工作者,以及有志于从事心理咨询与治疗的各界人士使用。

本套教材和参考丛书的出版发行必将为加速应用心理学在我国的发展起到重要作用,同时,对加深我们对新的医学模式的认识、促进医学模式转变、促进心理学工作职业化进程,对我国整个医学研究和实践都将起到一定的推动作用。



2004年1月28日

## 丛书主编的话

随着社会的发展，健康理念的进一步深入人心，心理卫生工作如雨后春笋般在我国蓬蓬勃勃地开展起来。为加强心理卫生工作的职业化，提高人民身心健康水平和生活质量，国家有关部委已在全国范围内试行“心理治疗师”、“心理咨询师”、“心理保健师”、“心理辅导员”资格考试制度及职业资格认证工作。卫生部也在其下发的行政文件中将“设立心理咨询科室”作为等级医院建设的一项硬性评估指标。为配合国家的这一系列重大举措，各地纷纷举办各种形式的培训班，许多医学院校（包括综合大学的医学院）更是将心理学专业人才的培养纳入其办学计划中，如北京大学医学部、浙江大学医学院等院校设立心理咨询与治疗专业博士点和硕士点，南京中医药大学、华北煤炭医学院、陕西中医学院等国内数十所医学院校已相继在其本科培养计划中开办了应用心理学（医学心理学）专业（或方向），系统培养心理学应用型高级人才，还有许多医学院校目前正在筹办此类专业。

加强心理学专业人才培养，离不开好的专业书籍。受相关部门的委托，我们从2002年开始筹备，并召集国内医学心理学界的专家学者汇聚海南，就有关“为广大读者奉献一套什么样的心理学专业书籍”进行了研讨。经过充分酝酿与论证，最终确定该系列丛书定位在既是能反映当今心理学相关领域最新学术研究水平的专业著作和教材，又可作为与诸多教材相配套的辅助用书，同时也兼顾到社会上各种心理学资格考试的有关内容。并组成了“全国高等医学院校应用心理学教材编写委员会”，组织和邀请了国内心理学界和医学心理学领域中著名的专家、学者，共同承担《全国高等医学院校应用心理学教材和全国高等医学院校应用心理学教学参考丛书》（以下简称“丛书”）的编撰工作。为了给系列教材的编撰工作把握方向，保证质量，还设立了丛书“顾问委员会”和“审定委员会”，动员并邀请德高望重和著名的老一辈心理学专家和目前国内心理学界的著名的学者及有关方面的专家参与其中，他们既担当某本教材的主编，又应邀为其他教材担任审定或顾问。

从编写内容上来讲，该系列丛书依据全国高等医学院校（含综合大学医学院、药学院）心理学专业教学纲要、国家心理咨询师、心理保健师、心理辅导员、心理治疗师资格考试培训纲要及执业医师资格考试医学心理学部分培训纲要，以心理学专业系列教材、心理咨询师与心理治疗师培训教材及执业医师考试辅导教材为蓝本组织编写。两套丛书共26本单册，包括《医用基础心理学》、《生理心理学》、《社会心理学》、《实验心理学》、《神经心理学》、《人格心理学》、《创造心理学》、《发展心

理学》、《健康心理学》、《职业心理学》、《女性心理学》、《创伤心理学》、《变态心理学》、《护理心理学》、《实用心理测验》、《心理咨询学》、《心理生理障碍——心身疾病》、《心理治疗》、《中医心理学》、《军事医学心理学》、《英汉汉英心理学词汇实用手册》、《催眠术——理论与临床》、《国家心理治疗师考试学习纲要与习题集》、《〈医学心理学考试题解集〉国家执业医师资格考试应试参考用书（供临床医师、公卫、口腔医师用）》、《〈医学心理学考试题解集〉国家助理执业医师资格考试应试参考用书（供临床助理医师、公卫、口腔助理医师用）》、《国家心理咨询师考试复习题解集》等书籍。

在该系列丛书的编撰过程中，我们坚持“内容新颖、重点突出、资料翔实、便于操作”等原则，力图突出如下特点：

1. 科学性与权威性。科学性是本套丛书的灵魂。书稿从内容到文字都强调其科学性，力求做到内容科学严谨，立论正确，语言表达准确，资料翔实，数据可靠。选用的参考文献，多为国内外权威期刊上发表的文章，或是大型出版社出版的科学专著。在人员组成方面，力邀国内心理学与医学界一批顶尖级人物担当该丛书顾问。主审和各书主编也均具备深厚的理论功底和修养，多是在心理学教学与研究方面有造诣的专家。

2. 新颖性与前瞻性。该系列丛书力求突出“新”。各书作者积极关注国内外心理学领域的研究动态，运用其最新资料，力图反映该领域教学与研究的新成果，阐述新见解，介绍新概念、新理论、新思想、新经验、新方法，把握当代相关心理学领域的理论和实践前景、研究水平和发展方向。

3. 综合性与针对性。该系列丛书既是全国高等医学院校（含综合大学医学院、药学院）应用心理学专业的配套教材和教学参考书，也是心理咨询师、心理保健师、心理辅导员、心理治疗师等相关资格考试的辅导用书。其内容丰富，涉及面广，资料充实，基本囊括了作为临床心理学及心理卫生工作者必须具备的心理学知识体系，并将其深化，做到点面结合，有重点又兼顾整体，这对把握该领域的总体发展脉络，对反映其分支领域的具体发展态势均具有积极的影响。并且对于普及心理学知识，科学、正确地看待心理学，运用心理学，具有重要意义。在编写上力图贴近学生，贴近教学，启发读者思考，培养其发现问题、解决问题的能力，充分发挥其参考辅导的作用。同时还兼顾到各种心理学资格考试的相关内容，最大程度地满足了读者的需要。从编写体例上讲，丛书的形式多样，不仅有可作为教材使用的系列教材和专著，还附有相关练习册及英汉汉英心理学词汇实用手册，方便读者学习和牢固掌握相关知识结构。

4. 实践性和应用性。实践性和应用性是应用心理学最重要的特色，也是该系列丛书的精髓。临床心理学工作与心理卫生工作均具有较强的实践性，这就要求该系

列丛书在内容上必须理论联系实际，重实践、重应用。各书稿在内容的安排上，选题切合实际，应用性强，重点阐述了与实际应用密切结合、尤其是当前该领域的热点和焦点问题。书稿中还列举了大量实例，层层进行分析，有理有据，有方法，有步骤，具有较强的可操作性。有助于实际工作者学习新思路、新方法，探索高效率、高效益的途径。可供多种职业尤其是在校心理学专业学生、教师、心理学工作者，以及有志于从事心理咨询与治疗的各界人士使用。

全国人大常委会副委员长韩启德院士和原卫生部部长钱信忠在得知全国著名专家在编撰本套丛书时，欣然命笔题词：“振兴中国心理学事业任重而道远”、“加强应用心理学学术研究，为人类健康造福”。他们的题词是对我们编写工作的殷切期待，更是对我们极大的鼓励与鞭策！

本套丛书的出版，也非常有幸地得到解放军总后卫生部部长李建华将军的大力支持与热忱指导。李建华部长是一位学者型的首长，对医学心理学、军事心理学有很深的造诣。历年来一直十分重视心理卫生工作，曾对军队的心理卫生工作做过许多重要的指示和决策。早在几年前，我们主编第一本本科生《健康心理学》教材时，李部长就亲自安排总后防疫局李鲁滨局长组织军医大学的教授参编。这次又应邀担任本套丛书的特邀顾问，对我们的工作提出了许多有益的指导性的意见，我们深为感谢。

该系列丛书的出版，得到了特邀顾问和顾问委员会、审定委员会各位专家的鼎力相助。许多老专家对心理学的教学与研究投入了毕生的精力与心血，他们对医学院校中应用心理学专业的诞生难抑兴奋之情，对该套丛书投入的深情关爱是难以用言语表述的。中国心理卫生协会的创始人陈学诗教授以九十多岁的高龄为本套丛书作序。许多老前辈和老专家们对丛书的选题、名称的确定、书稿的撰写以及出版发行等诸多问题均给予了极大的关注，提出许多中肯的意见和建议。在此，我们对各位前辈和专家的工作表示深深的敬意与谢忱。

为保证该系列丛书如期完稿，在2年多的撰写过程中，众多作者克服困难，放弃假日，夜以继日，辛勤投入；编委会与作者间相互信任，精诚合作，表现出了团结、协作的精神风貌；华中现代健康科学研究所办公室胡娟、俞美丽、刘洁、陈莺等同志为本套丛书也做了许多工作，终于使这套丛书得以早日与广大读者见面。

然而对于该系列丛书的编写来说，由于涉及的问题多，内容庞大，加之其他原因，我们虽然尽了最大的努力，还是难免挂一漏万，存有诸多瑕疵。因此，在丛书面世之际，我们不仅满怀喜悦之情，同时也内心忐忑。衷心希望各位同行能不吝赐教，以使其臻于完善，我们将不胜感激。

顾瑜琦 胡佩诚

2005年3月

# 序 一

创伤的心理治疗与危机干预在我国近几年来受到重视。1994年12月新疆克拉玛依特大火灾后，我第一次介入重大灾难的心理干预，没有经验，没有教科书，也没有人教过如何做灾难后的心理干预，凭借精神科医生的经验，运用心理治疗的基本原则（耐心倾听、准确共情、无条件积极关注和真诚）陪伴受难者度过难关。我们帮助居丧者认识、面对、接受丧失的事实，不加评价地倾听居丧者表达出各种想法。帮助居丧者发现、接受和表达悲哀过程中的各种复杂情感，我们常常会有无能为力的感觉，恨自己无回天之力，但我们意识到我们存在的本身就是对居丧者的一种给予。告诉他们应激反应是怎么回事，帮助居丧者了解自身的悲哀过程，帮助他们了解将要面临的问题。虽然痛苦，他必须面对和经历居丧过程，回避和试图绕过这一阶段是不现实的。

后来我们又经历了张北地震(1998~1999)、长江流域大洪水(1998~1999)、洛阳12.25特大火灾(2000~2001)、大连5.7空难(2002)、北大山难(2002)、非典型肺炎(2003)、车祸、幼儿园事件等等，经验丰富了，但是更加渴望系统了解创伤的心理治疗与危机干预的理论和知识。这本《创伤心理学》为我们提供了这方面的知识。

1942年波士顿椰子园音乐厅(cocoanut grove melody lounge)大火烧死492人，Lindemann(1944)发现那些没有经历正常悲痛过程或痛苦工作(crier work)的居丧者，将发展严重的精神病理。痛苦工作包括：为失去亲人悲痛、从丧失亲人的不幸中体验到痛苦、接受丧失亲人的现实、适应没有心爱人存在的生活。鼓励人们经历正常悲痛过程可预防丧亲危机所致的负性后果。

居丧者经历痛苦后得到恢复，我们心理工作者经历痛苦工作后得到成长。正像斯拉比(A.E.Slaby)所讲：“不论危机是什么原因引起的，

我们面临的挑战之一是利用危机所提供的机会促进个体的成长和自我实现。假若没有危机，这种成长与发展是不可能的。”

中国心理卫生协会理事

中国心理咨询与心理治疗专业委员会主任委员

吕秋云

2006年5月

## 序 二

### 心灵注定要在创伤中前行

在高倍显微镜下，人类受精卵形成的那一瞬间极其壮观。精子仿佛是一条巨龙，用头部冲破卵子的外壁，并且留下了一个巨大的创口。在精子进入之后，这个创口自动愈合，一个伟大的生命就开始慢慢生长了。

我们无法得知精子给卵子造成的“创伤”会对每一个个体的心理造成什么影响，我们只知道，不管从事实还是从象征层面上来说，这一过程都显示，生命是从创伤开始的。

但大多数人认为生命是从出生开始的，因为他们会在每一年的生日庆祝，而不会去纪念阴阳之精华相遇的那个事件。即使是这样，生命也是从创伤开始的，因为生产对母体和胎儿都是巨大的创伤，子宫壁上的创面、婴儿腹部上的伤疤和殷红的鲜血就是明证。某些心理学派用特殊的方法可以让人回忆起出生时经过狭窄产道的挤压感和恐惧感，这更是纯粹的心理的创伤了。

这还仅仅是开始。从子宫温暖、安全的环境中来到这个冷暖不定、灾祸莫测的世界上，创伤简直就是家常便饭。成长的每一步都是由创伤伴随的。或者说，没有创伤就不会有成长。

生命从创伤开始，也会以创伤结束。在肉体的生命的灰烬上，精神的生命也化为一缕青烟而去，世界又回到了没有这一生命出现过的从前；当然也不完全是这样，这一生命也许并没有真正离去，因为他或者她至少部分地会以创伤的形式永远地留在亲友的心中。

与成长伴随的心理的创伤是不可避免的。这是人类的命运，是所有想以生命的形式在这个世界上走上一遭的所有的生物的共同命运。这些创伤本身不一定会制造疾病，我们甚至可以说，经历这些创伤还是形成健康心灵的必要条件。无法想像，完全没有经历创伤的生命会是多么地幼稚、软弱和变态。

但还有一些创伤却是应该被消除和避免的。因为那些创伤会制造疾



病。比如人格上不成熟的父母无意中对孩子的伤害，这样的伤害会在家族的系列中制造一代又一代的不幸；还比如不恰当的社会规则对个体的伤害，这样的伤害直接制造了集体的悲剧。生命本身注定的创伤倒也罢了，命运之外的额外创伤竟然可以更加地无情和惨烈，直教人生不如死甚至不如不生。

能够减少和修复人类命运之外的创伤的良方有很多，其中最重要的一种就是知识，关于创伤的知识，或者说关于在创伤中成长的知识，或者说关于减少创伤的不良后果的知识，说到底，是关于爱的知识。因为真正的爱不仅不会制造创伤，而且还是疗伤的妙药。爱的知识会教会我们如何去爱。

这本《创伤心理学》的教科书，是施琪嘉、童慧琦与其他参编人员怀着博大的悲天悯人的情怀编写而成的。编书的艰辛本身就可以是创伤，更何况是编创伤的书。在书写了如此之多的关于创伤的文字之后，编写者的心灵该会有很多的成长吧。

而读这本书的人呢？相信读这本书的人会是人的心灵为工作对象的人。读完之后，他们该会更懂得如何保护和修复一颗颗破碎的心灵。

我是在电脑上读完这本书的电子文档的。读完之后我关掉了 Word 编辑器的窗口，露出了台式电脑的桌面。桌面上是一幅童话般美丽的图画，整个画面白雪皑皑，一个少女身着冬装，牵着一只狗向前走着，在她们身后的雪地上，留下了两串如创伤般刺眼的深深的脚印。

大自然制造的季节在给我们启示：既然创伤不可避免，那就把它们留在身后。读这本《创伤心理学》，我们就有可能把创伤留在书中提到的理论和操作之后。

是为序。

中国精神分析学组秘书长

曾奇峰

2005 年冬于武汉