

EMDR and the Art of
Psychotherapy With Children

EMDR 應用於 兒童心理治療 之藝術

Robbie Adler-Tapia & Carolyn Settle◎著

鄔佩麗◎校閱

陳麗英、胡甄容、陳美秀、朱品潔◎譯



心理出版社

EMDR 應用於 兒童心理治療之藝術

EMDR and the Art of Psychotherapy With Children

Robbie Adler-Tapia & Carolyn Settle 著

鄔佩麗 校閱

陳麗英、胡甄容、陳美秀、朱品潔 譯

EMDR 應用於兒童心理治療之藝術／

Robbie Adler-Tapia, Carolyn Settle 著；

陳麗英等譯.--初版.- 臺北市：心理，2013.06

面；公分.--（心理治療系列；22138）

譯自：EMDR and the art of psychotherapy
with children

ISBN 978-986-191-544-9（平裝）

1.創傷後症候群 2.心理創傷 3.心理治療

178.8

102007703

心理治療系列 22138

EMDR 應用於兒童心理治療之藝術

作 者：Robbie Adler-Tapia、Carolyn Settle

校閱者：鄔佩麗

譯 者：陳麗英、胡甄容、陳美秀、朱品潔

執行編輯：高碧嶸

總編輯：林敬堯

發行人：洪有義

出版者：心理出版社股份有限公司

地 址：台北市大安區和平東路一段180號7樓

電 話：(02) 23671490

傳 真：(02) 23671457

郵撥帳號：19293172 心理出版社股份有限公司

網 址：<http://www.psy.com.tw>

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

駐美代表：Lisa Wu（Tel：973 546-5845）

排 版 者：臻圓打字印刷有限公司

印 刷 者：正恒實業有限公司

初版一刷：2013年6月

I S B N：978-986-191-544-9

定 價：新台幣400元

■ 有著作權・侵害必究 ■

【本書獲有原出版者全球中文版出版發行獨家授權】

EMDR and the Art of Psychotherapy With Children

**Robbie Adler-Tapia, PhD
and
Carolyn Settle, MSW, LCSW**

Copyright © 2008 by Springer Publishing Company, LLC, New York, New York 10036. All Rights Reserved. The original English language work has been published by Springer Publishing Company, LLC. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise) without prior permission from the publisher.

Complex Chinese Edition Copyright © 2013 by Psychological Publishing Co., Ltd.

作者介紹

Robbie Adler-Tapia 博士是一位具有證照的心理學家，她為受創傷的兒童及其家庭服務已超過 25 年。Adler-Tapia 博士是眼動減敏與歷程更新（Eye Movement Desensitization and Reprocessing，簡稱 EMDR）國際學會認證的治療師、諮詢師，也是 EMDR 機構的倡導者、EMDR 人道主義救援組織（EMDR HAP）的訓練講師及其在紐奧良協助的志願工作者。Adler-Tapia 博士曾接受相當廣泛的發展心理學訓練，也和許多零至三歲的幼童工作。Adler-Tapia 博士受聘為數個非營利組織的臨床工作主持人，目前則在亞利桑納州的 Tempe 地區從事實務工作，並於研究所教授諮商與諮詢課程，同時為亞利桑納兒童保護服務方案轉介而來的兒童及家庭提供心理治療服務，她與當地的警察部門合作以提供諮商服務，並在她於 Tempe 的私人工作室提供 CISTD 服務。Adler-Tapia 博士對創傷兒童的心理治療提供國際性訓練，包括曾於 EMDR 國際學會研討會中多次發表 EMDR 之特定創傷治療方案，她也針對年幼孩童之 EMDR 治療進行研究。Adler-Tapia 博士和她的同事 Carolyn Settle, MSW, LCSW 一起合作，是《EMDR 治療指導手冊：兒童治療範本》（*EMDR Treatment Manual: Children's Protocol*）這本書的共同作者，並共同發表數篇以 EMDR 對兒童進行心理治療之研究。

Carolyn Settle, MSW, LCSW 是一位 EMDR 國際學會認證的治療師、諮詢師、EMDR 機構的倡導者，也是 EMDR 人道主義救援組織（EMDR HAP）的訓練講師。Carolyn 推廣 EMDR 治療已經超過 11 年，一直在日本提倡 EMDR，並為紐奧良人道主義救援組織成員之一，同時在匹茲堡大學為精神科住院醫師提供協助，她對於應用 EMDR 在治療兒童上提供特別的訓練，將之發表於 EMDR 國際學會的研討會中，並在歐洲將 EMDR 應用於兒童治療工作。Carolyn 是一位臨床社工師，與兒童工作有 30 年的經驗，在亞利桑納州 Scottsdale 地區的實務工作中，專門治療創傷後壓力症候群

（posttraumatic stress disorder，簡稱 PTSD）、憂鬱症、焦慮症、恐懼症、注意力缺陷過動症（attention-deficit/hyperactivity disorder，簡稱 ADHD）以及資優的兒童、青少年和成人。她和她的同事 Adler-Tapia 博士共同主持一個對十歲以下兒童進行 EMDR 的真實性研究。

校閱者介紹

鄔佩麗

學歷

國立政治大學心理學系理學士

國立台灣師範大學輔導研究所碩士

美國紐約州立大學（水牛城）諮商心理哲學博士

美國聖地牙哥州立大學訪問學者

現任

國立台灣師範大學教育心理與輔導學系教授

台灣眼動減敏與歷程更新治療學會創會暨現任理事長

中華民國社區諮商學會創會暨現任理事長

行政院公共工程採購標案審查委員

國防部海軍總司令部官兵權益保障委員會委員

新北市青少年輔導計畫專業督導教授

財團法人犯罪被害人保護協會台灣台北分會委員

台北地院家事法庭諮詢服務暨計畫總籌

司法院少年暨家事法庭程序監理人

台北市婦女會諮詢委員

台北市執業諮商心理師

曾任

國立台灣師範大學教育心理與輔導學系副教授

國立台灣師範大學兼任學生輔導中心主任

國立台北護理學院兼任教授

國立台灣大學兼任副教授

東吳大學兼任講師

輔仁大學兼任講師

光武工專講師

中華民國社區諮商學會理事長

行政院青年輔導委員會委員

教育部輔導工作協調諮詢委員會召集人

教育部性別平等教育委員會委員

內政部家庭暴力目睹兒童輔導小組委員

台北市政府教育局青少年輔導計畫諮詢顧問

台北市政府教育局校園事件諮詢小組委員

台北縣勞工局性騷擾申訴審議委員會委員

台灣板橋地方法院性侵害案件審判諮詢工作之專家

著作

1. 以性別平等教育觀點編製中小學學生心理測驗之參考原則。教育部委託研究案。2012。
2. 輔導原理與實務。台北：雙葉書廊。2011。
3. 危機處理與創傷治療。台北：學富文化。2008。
4. 諮詢的理論與實務（與黃兆慧合著）。台北：心理出版社。2006。
5. 輔導與諮商心理學。台北：東華。2005。
6. 高級中學公民（合著）。台北：三民。2000/2005。
7. 建置校園危機關懷系統輔導手冊——以SARS防疫為例（與翟宗悌等合著）。教育部編印。2003。
8. 性別與諮商——女性主義者的治療觀點。載於潘慧玲編，性別議題導論，第六章。台北：高等教育。2003。
9. 危機與契機——校園問題行為輔導手冊。台北：幼獅。2000。
10. 性侵害防治專責人員工作手冊（編）。行政院內政部性侵害防治委員會編印。1999。
11. 兒童性侵害防治教師手冊（編）。行政院內政部性侵害防治委員會編印。1999。

英文原著中譯本之主編

1. A. Robbie & S. Carolyn's *EMDR and the art of psychotherapy with children*. (陳麗英等譯, 2013。EMDR 應用於兒童心理治療之藝術。台北：心理出版社。)
2. Francine Shapiro's *Eye movement desensitization and reprocessing: Basic principles, protocols, and procedures*. (翟宗悌等譯, 2011。EMDR：基本原理、範本及程序。台北：學富文化。)
3. Gong Shu's *Yi Shu: The Art of living with change—integrating traditional Chinese medicine, psychodrama and the creative arts*. (許家璋等譯, 2007。易術：傳統中醫、心理劇與創造性藝術之整合。台北：心理出版社。)
4. William P. Erchul & Brian K. Martens's *School Consultation: Conceptual and empirical bases of practice*. (邱獻輝譯, 2002，學校諮詢：理論與實務。台北：學富文化。)
5. S.D. Rose's *Group therapy with troubled youth: A cognitive-behavioral interactive approach*. (翟宗悌譯, 2001。青少年團體治療——認知行為互動取向。台北：學富文化。)

專題研究

1. 史氏心理健康評量表 (SOS-10) 之修訂及其信效度研究。2012。
2. The Use of EMDR to the Middle-Aged Men in Taiwan: A Case Study. Poster presented at the 2011 EMDRIA Conference. August 24-28, California: Orange County. 2011.
3. Individual and Family Resilience—Resources for surviving stress in immigrant families. 2006.
4. The Comprehensive Crisis Intervention Model in Taiwan: The integration of school-based and community-based program. 2006.
5. 性侵害被害人保護方案之初探研究。行政院內政部家庭暴力與性侵害防治委員會委託計畫。2002。

6. 家庭暴力處遇模式研究計畫。行政院內政部家庭暴力與性侵害防治委員會委託計畫。2001。
 7. 青少年心理發展與適應之整合性研究——教師與學生家長之合作關係與諮詢角色之研究。國家科學委員會 NSC86-2413-H-003-007-G10。1999。
 8. 性侵害被害人心理重建輔導人員訓練方案發展研究。行政院內政部家庭暴力與性侵害防治委員會委託計畫。1998。
 9. 從失落經驗看單親家庭因應策略之研究。教育心理學報，第三十卷，第一期，第 23-50 頁。1998。
 10. 校園暴力行為之預防及處理策略模式研究。教育心理學報，第二十九期，第 137-176 頁。教改叢刊 BB28。1997。
 11. 校園暴力行為之診斷與處理策略研究。教育心理學報，第二十九期，第 177-214 頁。教改叢刊 BB28。1997（與洪儷瑜共同發表）。
 12. 禪坐的時間及省察度與個人自我覺知、自主性的關係研究。輔導與諮商學報，第一期，第 79-98 頁。1993。
- （餘不列舉，詳見筆者網站 <http://web.cc.ntnu.edu.tw/05017/>）

榮譽

- | | |
|-----------|--|
| 2011 | 獲得 2011 EMDRIA Conference 的 poster winner。 |
| 2006/2008 | 獲得台灣師大出國論文發表補助。 |
| 2005~2006 | 獲得傅爾布萊特研究學者赴美獎助。 |
| 2004 | 獲得行政院三等教學服務獎章。 |
| 2003 | 獲得教育部頒發協助 SARS 防治方案有功人員獎。 |
| 2003 | 受邀於總統府擔任志工訓練講座。 |
| 2002 | 受邀於總統府講授「危機管理與預防」（與國際危機處理專家邱強博士共同發表）。 |
| 2000 | 獲得教育部頒發九二一震災有功人員獎。 |
| 1999 | 獲得國家科學委員會甲種研究獎勵。 |

譯者簡介

陳麗英

學歷 國立台灣師範大學教育心理與輔導所諮商組碩士

國立台灣師範大學教育心理與輔導學系

現任 台北市立龍門國民中學輔導組長

經歷 台北市立萬芳高中輔導組長、導師

台北地方法院家事法庭家庭心理諮詢師、程序監理人

台北市立聯合醫院仁愛院區精神科實習諮商心理師

胡甄容

學歷 國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士

國立台灣師範大學教育心理與輔導學系

現任 中興大學諮商中心兼任諮商心理師

彰化師範大學學生心理諮商與輔導中心兼任諮商心理師

彰化師範大學社區心理諮商及潛能發展中心兼任諮商心理師

經歷 台北市立重慶國民中學輔導教師、資料組長

大葉大學專任諮商心理師

性侵害暨家庭暴力防治中心兼任諮商心理師

家扶中心兼任諮商心理師

台北地方法院家事法庭家庭心理諮詢師、程序監理人

陳美秀

- 學歷** 國立台灣師範大學教育心理與輔導所諮商組碩士
國立台灣師範大學教育心理與輔導學系
- 現任** 高雄市立正興國民中學教師兼輔導組長
- 經歷** 新北市積穗國民中學輔導教師、輔導組長
台北地方法院家事法庭家庭心理諮詢師
台北市立聯合醫院中興院區精神科全職實習諮商心理師
私立天主教輔仁大學兼職實習諮商心理師
高雄市立獅甲國民中學專業輔導人員

朱品潔

- 學歷** 國立台灣師範大學教育心理與輔導所諮商組碩士
國立台灣師範大學教育心理與輔導學系
- 現任** 新北市教育局學生輔導諮商中心學校心理師
- 經歷** 國立中壢高中代理輔導老師
台北地方法院家事法庭家庭心理諮詢師、程序監理人

校閱者序

我於 2008 年前往東京近郊的岐阜市參加日本 EMDR 學會年會時，在搭乘快速列車的車廂結識了 Carolyn Settle。在我依照票根指示走到我的座位時，Carolyn 已經坐在我鄰座位上了。我試著跟她打招呼以示禮貌，她也跟我回禮。過一會兒，她問我到岐阜市站要多久，我根據我所得到的資訊告訴她，並對她說我來自台灣，第一次搭此車，我跟她說我也要來岐阜市參加會議。交談一會兒，發現我們要去參加同一個活動，只是我是參加研討會的會員，而她是工作坊的講師。我們就說好到站之後一起搭車前往會場。她說她從美國來，所以有時差，需要小睡一下，她請我在到站時叫醒她，此次的巧遇也開啟了我們相識的機緣！在此次研討會中，Carolyn 主持了兩天的工作坊，我因為要趕飛機返台，所以提前兩個小時離開會場。我跟 Carolyn 相約日後來台灣做工作坊，然後互道再見。

在 2008 年的眼動減敏與歷程更新治療國際學會（EMDRIA）研討會中，我看到 Carolyn Settle 與 Robbie Adler-Tapia 合作出版的 *EMDR and the Art of Psychotherapy With Children* 一書就愛不釋手，並想著要如何讓台灣的實務工作者也能從中得到啟發，於是我再度（我們曾於 2011 年將 Francine Shapiro 的經典之作 *Eye Movement Desensitization and Reprocessing: Basic Principles, Protocols, and Procedures* 翻譯出版）開始詢問有意將此書翻譯出來的夥伴。胡甄容和陳麗英首先表示可以接收這個挑戰，其後陳美秀與朱品潔也加入翻譯工作的行列。如今，此書得以在台灣以中文的形式出版，相信可對實務工作者帶來新的視野，以提升專業上的能力。

從該書兩位作者的前言中，讀者將可獲知她們都是因為投入在兒童 EMDR 的工作時，深切地感受到 EMDR 對兒童心理治療的特殊貢獻，所以，很願意將她們長年的經驗與其他實務工作者分享，以幫助更多的孩童能從心理治療中獲益。因此，讀者將會發現到，在整本書裡，無處不見她

們對受苦孩童的憐惜與關懷。換句話說，她們不僅展露了她們在EMDR方面的專業技巧，更傳達了身為治療師應有的人性關懷態度。從書中可見，她們處理個案的過程中，心思極為細膩，也為實務工作者做了非常好的示範。或許正因為如此，我很樂意將 Carolyn 與 Robbie 所寫的這本書向我們國內的實務工作者廣為介紹的原因吧！

書中除了介紹 EMDR 的理論與實作之外，同時也試圖將 EMDR 實際運用在孩童時需要調整之處做說明，同時就有關兒童心理治療可使用的輔助工具做非常明確的介紹。此舉對於打算將 EMDR 使用在兒童心理治療工作中的夥伴們，提供一個有力的指引。此書另一個吸引讀者之處在於，能針對有特殊需求的孩童（如罹患拔毛症、解離症、面對父母離婚的孩童等）提供實例，以使讀者能透過作者的闡述，對孩童的心理機制有更深一層的認識，而使實務工作者在兒童心理治療工作上更上一層樓。

總而言之，本人認為此書實在值得每一位對兒童心理治療有興趣的個人、助人工作者參考。因為，兩位作者豐富的實務經驗將帶領我們能更貼近孩童的內心世界，讓我們能用更細膩的心去讀懂孩子的語言；而翻譯此書的四位譯者，在她們多年來與孩童進行心理治療與諮商的經驗下，她們在翻譯此書時更能掌握到兩位作者寫此書的用心，因此整本書讀來很能反映出作者的本意，殊為可貴！也期待每一位讀者都能在閱讀此書時，使自己的內心因豐盈而被滋養，進而成為更能照顧孩童需求，願意用成熟的態度來看待需要心理治療的病患之成人。由於出版在即，疏漏難免，尚祈讀者不吝指正。

鄔佩麗 謹識

2013 年 5 月於台灣師範大學

譯者序

繼譯者們投入 Shapiro 的經典著作《EMDR：基本原理、範本及程序》（*Eye Movement Desensitization and Reprocessing: Basic Principles, Protocols, and Procedures*）的翻譯工作之後，由 Robbie Adler-Tapia 與 Carolyn Settle 所合著的《EMDR 應用於兒童心理治療之藝術》是由台灣 EMDR 學會（TEMDRA）理事長——鄔佩麗教授所極力推薦的第二本 EMDR 系列書籍。本書兩位作者同時配合此書內容編寫了一本《兒童 EMDR 心理治療手冊》，此手冊未涵蓋在此次譯書考量之範圍，在本譯書中有時會以《治療手冊》簡稱，在此稍做說明。

譯者們雖非翻譯專業，憑藉著對 EMDR 學習的熱忱和長期與兒童、青少年工作的豐富經驗，再次合力投入此書的翻譯工作以饗中文讀者。尤其每當台灣 EMDR 學會舉辦工作坊時，每每總有學員詢問如何應用 EMDR 於兒童、青少年族群。相信此譯作的出版，除能提供方針、指引外，更有益於 EMDR 於台灣的推廣工作。

譯者們除各自有其專職工作，亦分散於北、中、南各地。特別感謝麗英協助翻譯工作的分配與最後的校稿、統籌，在大家翻譯量相差不多的狀態下，又多出了不少工作量與出版社溝通往返。佩服美秀於懷孕、帶小孩期間尚能最早完成分內任務（附註：當書要出版時，美秀老二已經出生了呢！）。品潔年紀雖最小，但其論文即以 EMDR 為主題，並自告奮勇參與此書之翻譯工作。專業旅程中，能有如此志同道合的好夥伴同行，真是夫復何求！

最後感恩台灣師大鄔佩麗教授的校閱與帶領。鄔老師總是能以最精準的眼光提供晚輩們在專業學習上之方向，並給予有力且溫暖的支持、鼓勵。心理出版社林敬堯先生、高碧嶸女士於出版編輯上所付出之心力，在此亦一併致謝。

胡甄容 謹識

2013 年 5 月

前言

我很榮幸受邀為《EMDR 應用於兒童心理治療之藝術》一書寫序，此書堪稱為兒童與青少年 EMDR 治療的黃金準則。作者們以其研究者和心理健康人員兼具的才賦，將 Francine Shapiro 博士提出之標準範本的所有階段與步驟予以整合，並以適應性訊息處理（Adaptive Information Processing，簡稱 AIP）模式為立論基礎，精心設計了適用於各年齡層的語言及形式以運用 EMDR 於年幼當事人。她們清楚且明白地提供了 A 至 Z 的步驟，並對特殊族群所採行的 EMDR 做逐步說明，其中包括嚴重受創的複雜案例。

配合本書所撰寫的《治療手冊》（*Treatment Manual*），藉由提供案例和指導語來闡述 Shapiro 所有八階段的模式、並附有詳盡說明的表格以幫助組織和對當事人形成個案概念化，以及詳盡可以應用於孩童身上的每個 EMDR 步驟，來提供治療師一個清楚可依循的藍圖。

此外，由 Adler-Tapia 和 Settle 兩人所進行的研究可知，對嚴重受創的孩童來說，運用 Shapiro 標準範本的每一步驟都能產生療效，而其結果則整理成《兒童 EMDR 標準治療手冊》（*EMDR Fidelity Treatment Manual for Children*）且發表於 EMDR 人道主義救援組織上（見 www.emdrhap.org 的 HAP 商店）。

當我見到校園裡有孩童正苦於課業與人際問題，卻無法從學校系統得到情感上的協助而感到沮喪時，我有幸與 Shapiro 博士結識。藉由 EMDR 的處遇，這些孩童就能重新喚回他們的自尊；控制住他們的衝動；調整他們在學校的行為；改善他們與同儕、老師以及家人間的人際關係；重建他們的生活；而最重要的是，他們對自己不再存有負面的評價。在每一次的會晤中，每個孩子都會往正面成長的階梯踏上幾階（有時會一次跳好幾階）。毋庸置疑的，我開始鍾情於 EMDR 的方法，並深信此法在治療孩童和青少年時有其潛在的力量。

幾年之後，EMDR 的治療師已經發現，EMDR 能夠處理的兒童議題已經跨越了原本所瞭解的範圍。發展遲緩、自閉症、唐氏症和 ADHD 的孩童都能對 EMDR 治療有正向的反應。一旦他們的害怕和困惑經過歷程更新，他們就能夠改變在他們自我價值背後的行為和信念。身為治療師，我曾經處理一位九歲發展遲緩的孩童，經過 EMDR 的治療之後，她學習到能在資源教室裡更適當地表現自己，並克服了晚上尿床的習慣。我也幫助過一名叫班恩的唐氏症兒童，運用 EMDR 來協助其處理被幼兒園老師性侵害的事件。班恩的媽媽也是位受過 EMDR 訓練的治療師，在後續追蹤的晤談中，班恩的媽媽告訴我，班恩會在覺得沮喪和躁動的時候，請媽媽輕敲他的手（雙側刺激）來使其平靜下來。

1989 年，學習 EMDR 是我專業生涯裡的一個轉捩點，也是一種高峰經驗。在當時，我尚未預見 EMDR 對我和全世界數百萬人的生命所帶來的影響。雖然 Francine Shapiro 博士的卓越才華與創意啟發了我，我卻小覷了她的全球性意圖和意義深遠的眼光。引述一位 EMDR 機構訓練師在回應 Shapiro 博士於訓練師會議結論時之評論所說的話：「您打算要承擔整個世界的治療工作。」對我們大多數人而言，這似乎是個崇高且遙不可及的目標，但這個不可能的任務，卻未曾打消 Shapiro 博士想要將 EMDR 傳播到世界上更遠的角落，有意將暴力和受苦的循環打斷的念頭。目前她的書已經翻譯成義大利文、法文、德文、塞爾維亞文、西班牙文、法蘭德斯文、日文、韓文、中文、葡萄牙文和俄文。

透過 Shapiro 博士以及很多投入 EMDR 訓練之治療師的勤奮努力，EMDR 已經在全世界被八十多個國家運用於家庭與孩童。EMDR 人道主義救援組織派遣志工訓練團隊，前往那些未受到政府充分關心的地區和那些在天災人禍之後亟待復原的區域，不分國內外。這些記載在 EMDR 人道主義救援組織網站（www.emdrhap.org）裡的功績，顯示 EMDR 的力量已經超越了種族和文化間的藩籬。EMDR 人道主義救援組織已經促進了其他非政府組織的結合，一同來回應大規模的災難，特別是那些服務於未開發國家孩童的組織。當前，Shapiro 全球性療癒的遠見業已實踐，EMDR 也已經