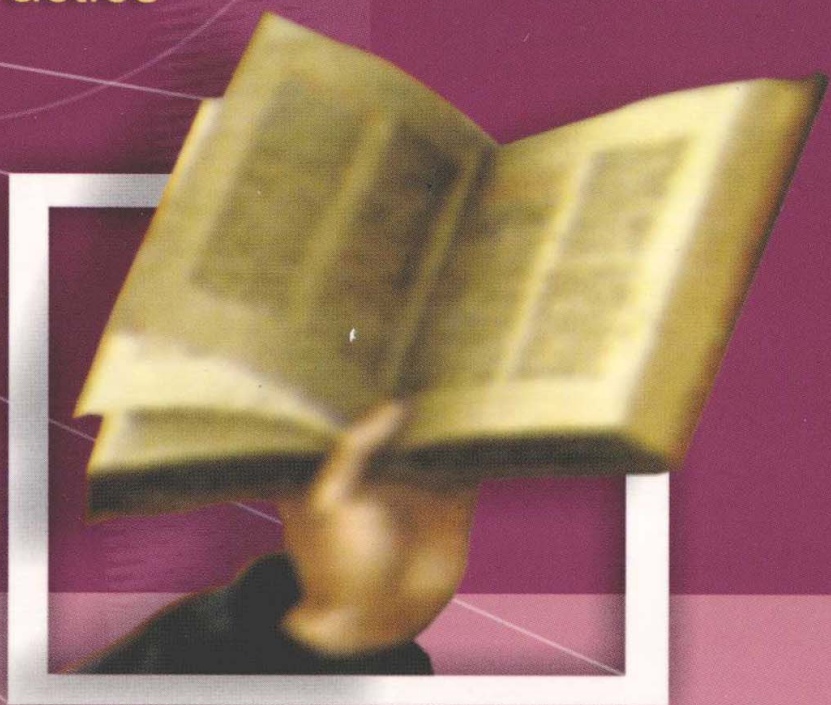


危機介入與創傷反應 理論與實務

Crisis Intervention and Trauma Response:
Theory and Practice



Barbara Rubin Wainrib & Ellin L. Bloch ◆ 著
黃惠美、李巧雙 ◆ 譯

危機介入與創傷反應

理論與實務

黃惠美・李巧雙 譯

國家圖書館出版品預行編目資料

危機介入與創傷反應：理論與實務／
Barbara Rubin Wainrib, Ellin L. Bloch 作；
黃惠美, 李巧雙譯.--初版.--臺北市：心理, 2001 (民 90)
面； 公分.-- (輔導諮商；36)
參考書目：面
譯自：Crisis Intervention and trauma response:
Theory and practice

ISBN 978-957-702-425-1 (平裝)

1.心理輔導

178.3

90002093

輔導諮商 36

危機介入與創傷反應：理論與實務

作 者：Barbara Rubin Wainrib & Ellin L. Bloch

譯 者：黃惠美、李巧雙

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

社 址：台北市和平東路一段 180 號 7 樓

總 機：(02) 23671490 傳 真：(02) 23671457

郵 撥：19293172 心理出版社股份有限公司

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

網 址：www.psy.com.tw

駐美代表：Lisa Wu tel: 973 546-5845 fax: 973 546-7651

登記證：局版北市業字第 1372 號

電腦排版：臻圓打字印刷有限公司

印刷者：翔盛印刷有限公司

初版一刷：2001 年 3 月

初版五刷：2008 年 2 月

本書獲有原出版者全球中文版出版發行獨家授權，請勿翻印

Copyright © 2001 by Psychological Publishing Co., Ltd.

定價：新台幣 300 元 ■有著作權・侵害必究■

ISBN 978-957-702-425-1

Crisis Intervention and Trauma Response

Theory and Practice

Barbara Rubin Wainrib, EdD

Ellin L. Bloch, PhD

Copyright © 1998 by Springer Publishing Company,
Inc., New York 10012

本書將獻給我所鍾愛而懷念的「祖母艾達」：

艾達·高芙曼·巴爾曼

只要有一位充滿愛心、願意傾聽的大人，便可以救活一個小孩。

此外，同時要紀念這麼一位女士，她在被遺棄的地方得救：

亞歷山卓·席蒙茲博士

這個世界傷害了每一個人……然而之後，有些人在他受創的部位反而更加強壯。

——海明威《戰地春夢》

芭芭拉·魯賓·韋恩瑞伯（B. W.）

通往真理的房子只有一扇門，那就是經驗。

——拜亞·泰勒

謹獻給我的雙親，

感謝他們教導我如何去傾聽、去記憶；

並獻給愛德華·米勒，

他將真實故事提供給我；

以及

克里斯多福·阿曼多·赫那德茲，

他的故事現在仍在被講述中。

當生命中發生某件不尋常的事件……

當一項危機發生而使得每一件事都變得重要時，

那時人們會希望能參與其中，因為這就是教導。

——蘇倫·克爾克蓋爾德

艾琳·布羅契（EB）

不要以為那些想要安慰你的人是活得無憂無慮的，雖然那些簡單而沉著的話語有時確實對你有幫助。事實上，通常他自己的生命是充滿困難與哀傷的，否則，他將無法說出這些貼切的話語。

——瑞娜·瑪利亞·瑞爾凱

即使你拒絕沒有必要的創痛，創傷與痛苦仍然會找上你。如果創痛的益處對你而言似乎只是一種假設，甚至是可笑的無稽之談，你倒是可以問問自己，你是否在生命中最平順的時期學到最多而且成長最快，或者是在逆境時期產生了極大幅度的自我覺察。大多數的人會承認，在逆境中使一個人成長得最快。

——麥可·賴那《治療方式的抉擇》

作者簡介

Barbara Rubin Wainrib

Barbara Rubin Wainrib，人文科學碩士，教育學博士，她是一個臨床心理學家，並在蒙特婁執業擔任心理治療師。她也是 McGill 大學教育和諮商心理學研究所兼職的副教授，而她也在這裡教授危機介入／創傷反應，以及社會心因腫瘤學，曾在加州專業心理學學校透過工作坊教導成人教育，她同時也擔任美國心理學組織中獨立執業部門的危機介入及創傷反應委員會的主席。

Wainrib 博士長久以來一直對人對於危機創傷的反應，以及性別的話題非常感興趣，這二項興趣的結合也培養出她對於與性別有關之攸關生死的疾病的研究熱忱。除了出版過許多專業的文獻，Wainrib 博士也撰寫了下列的書籍：《生命輪盤中的性別話題》（Gender Issues Across the Life Cycle），由 Springer 出版公司所出版，已成為行為科學書籍選集中的精選之一；她也有貢獻於由 Sandra Haber 博士所編輯，同樣也由 Springer 出版公司所出版的《乳癌——心理學上的治療手冊》一書；而她的另一本書——《射腺癌——給女人及她所愛的男人之指引》一則是與 Haber 博士一起寫的，於一九九六年出版。

Wainrib 博士於一九五九年取得了 McGill 大學的臨床心理碩

士學位，並隨後在 McGill 大學的示範醫院中任職十五年之久，並在一九七六年取得了麻塞諸塞大學諮商心理的博士學位，她曾在美國及加拿大的許多組織與團體中擔任顧問的角色，由她所主辦的針對專業人士及業餘大眾的技能培養活動，也已服務了數百人次之多。

Ellin L Bloch

Ellin L Bloch 博士目前擔任加州專業心理學學院洛杉磯分校之專業領域訓練部門的教學長及客座教授。在此之前，她曾擔任辛辛那提大學醫學院家庭醫學系行為科學組的副教授及系主任，她也是美國心理學會心理治療部門第一個在創傷反應及研究中事變的影響力組的聯同主席之一。她的臨床工作將焦點放在危機及創傷反應的治療，而她也擔任如律師、公司及工廠、專業組織，以及和創傷事件有關的媒體的顧問。由於她在致力於群體創傷介入上的成績，她也獲得了美國心理學會的會長獎，以及辛辛那提心理學會的傑出心理學家獎。

譯者簡介

黃惠美

學 歷：國立臺灣大學心理學研究所 碩士

國立臺灣大學心理學系 學士

曾 任：經國管理暨健康學院

學生輔導中心主任

（負責第一至四章）

李巧雙

學 歷：輔仁大學應用心理系

經 歷：格致中學輔導老師、心動力企管顧問公司口譯

經國管理暨健康學院「心輔志工社」的指導老師

義務「張老師」、愚人戲團團長

喜歡將心理學應用在生活之中，讓人生更有貢獻，也更精采。翻譯書籍也是其中之一，期待將一本好書的精髓及所有的內容，藉由自己的英文能力，國學造詣及本身具備的心理學知識，

〔002〕危機介入與創傷反應：理論與實務

完整的表達出來，並將這份用心送到讀這本書的人的手中。

（負責第五至七章）

誌 謝

有人問我們，為什麼能夠忍受聽取所有個案們所訴說的痛苦經驗。我們認為，如果那些案主們能夠度過這些經歷，而且有勇氣向我們傾吐，我們當然也能夠傾聽。因此，最值得我們感謝的，便是那上百位多年來與我們分享生命中的危機與創傷經驗的人們。由於他們的經歷，增強了我們個人對人類心靈力量的堅信。

我們兩人共同深信，對生活危機與創傷的瞭解及因應是非常重要的，於是，透過彼此在這方面的分享後，我們便展開本書的合著工作。在合作的旅程中，我們雖然相隔 3,000 哩之遙，卻建立了極為深厚的關係。

我們要感謝美國心理學協會（APA）第廿九組（心理治療）及第四十二組（獨立開業），他們發動第一支先遣部隊，進行創傷與危機的研究工作，使得我們在協會中被賦予主席的特權。我們也要感謝那些提供專業協助的同事們：紐約州立災難回應廣播網主席 Elizabeth Carll 博士；創傷壓力協會的 Dan Abrahamson 博士與 Laurie-Ann Pearlman 博士；以及美國心理學協會前任會長 Jack Wiggins 博士。而 APA 第四十二組的主席 Sandra Haber 博士，亦是一位對本工作網絡持續給予支持的重要人物。

至於 Jon Perez 博士，則是長期以來一直給予我們專業及個人的支持。Jon 使我們對意外狀況下救援服務的傳送更加地瞭解，

她在這方面的初始貢獻均在本書中一一呈現。

此外，我們要向 **Charles Wainrib** 致上謝忱，不僅是因為他扮演了技術上的超級英雄，為我們從電腦記憶體中取回大部份遺失的原稿，也因為他盡其可能地對 **Barbara Wainrib**（本書作者之一）的大部份生活提供各方面的支援。

Bishop Yarian 一路引領我們，在洛杉磯加州州立專業心理學學院（**CSPP-LA**）開設一系列延續教育工作坊，藉以將我們部份的研究成果在其間加以應用。我們要同時感謝參與這些課程的學員，以及那些 **McGill** 大學教育與諮商心理學系和 **CSPP-LA** 研究討論會中的學生。這些參與者的互動與熱忱，使我們在研究工作中受到挑戰、鼓舞及增強。

Barbara Wainrib 亦想感謝 **Andy Hum** 博士，於一九七八年受他之邀，得以在 **McGill** 大學講授危機介入的課程；以及，**Rachelle Keyserlingk** 副院長和教育與諮商心理學系系主任 **Bruce Shore** 博士，他們持續支持 **Barbara** 在該學系裡的教學工作。我在本書中所寫的內容，有許多是得自準備此課程時所蘊釀出來的。

Ursula Springer 與 **Bill Tucker** 一開始便對我們兩人和此項合作計劃充滿了信心。他們那令人意外的耐心確實值得喝采。

我的孩子 **Jeannine** 和 **Andrew Wainrib**，以及我的女婿 **Victor Afriat** 和孫女兒 **Rachel Wainrib Friendly**，是他們為我奠定了「生存在這個世界上」的重要基礎。我的 **Rubin** 家族以及 **Wainrib** 家族，都在我的生命中佔有特殊的地位，而我的摯友 **Elaine R. Goldstein** 亦是如此。在此必須特別一提的是，發生在我自己家庭中的浴火鳳凰現象，我的兒子 **Andrew** 曾經是洛杉磯地區在短期間

內所發生的三大創傷事件中的受害者：政局不安定，摧毀了他的事業；Malibu 山林大火，奪走了他的家園，並危及他的生命；以及 Santa Monica 大地震，毀滅了他其餘的支持媒介。然而在至親好友的支持下，使他具備了令人訝異的勇氣，而能夠以全新的觀點與希望繼續面對每一天。

Ellin Bloch 想要感謝 Hannah Bloch、Edward H. Miller 博士，以及 Patrick Mullahy。身為一個作者的我，面對許許多多的賀禮，心目中最珍愛的是那些由他人所陳述的實例。我的女兒 Hannah 便是不時地對我的著作發出令人振奮的鼓勵話語，並且確信書中字裡行間相當具有說服力。Edward H. Miller 博士則是教導我如何在其他的受害者身上，聽到我很幸運地從他那兒所學到的東西。至於對我的老師 Patrick Mullahy 的感謝則是延遲了許久，當年他長時間坐在廚房的工作臺旁撰寫他自己的著作時，便已為我在早期豎立了一個忍耐的專業典範；而也由於他的激勵，促使我將參與觀察法（participant-observation）的真正精神應用在我的研究當中。

我也要向我的好友兼同事，Lisa Porche'-Burke 博士與 Patrick H. DeLeon 博士二人表達極大的感謝，因為他們多年來對我的專業成長一直抱持著堅定不變的興趣與支持。而另一位好友兼同事，Roy M. Whitman 博士，則使我受惠良多，因為我們花費了許多的時間一同工作，試圖為受創病患照亮他們所處的黑暗。

至於我那位能幹且熱心的助理 Cher Berry，當我自己生疏的電腦技能無法派上用場時，是她來擔負起這類技術性的工作；她同時也為此項工作收集了相當多重要的資料。在此，謹將我永恆

〔006〕 危機介入與創傷反應：理論與實務

的感謝獻給她。

芭芭拉・魯賓・韋恩瑞伯 博士

(Barbara Rubin Wainrib, EdD)

於蒙特利爾

艾琳・布羅契 博士

(Ellin L. Bloch, PhD)

於洛杉磯

1998 年 2 月

譯者序

決定為這本書進行翻譯大約是兩年半前的事情。當初，吳總編在沒有任何合作經驗的情況下，願意給我這樣一個難得的機會接觸本書，令我非常感動。然而在欣喜之餘，未曾衡量當時行政與教學的工作量已超乎個人身心負荷，且其間，個人事實上亦經歷幾樁危機與創傷事件，致使譯著工作進度嚴重落後，心中萬分愧疚，然而吳總編竟能全然體諒，更是教我備感溫馨。而正當我幾乎無法繼續此項工作之際，忽然福至心靈，想到一位極佳的合作人選——巧雙，她是由其他老師介紹，為我指導學生成長團體與心輔志工培訓課程的老師。在合作期間，我不僅欣賞她帶領成長團體方面的功力，更深知其具有英文的說寫長才，因此在徵得吳總編的同意之後，便將本書第五章至第七章的部份交予巧雙，由她接棒完成。事實上，由具有多年實務經驗的巧雙老師來負責後三章的翻譯，對本書著重理論與實務的精神而言，無疑是一件「巧」妙的「雙」人組合。

本書是由兩位在理論研究與實務工作上均有豐富經驗的學者（Barbara Rubin Wainrib 博士與 Ellin L. Bloch 博士）所合著而成，她們在本書中，首創將「危機介入（crisis intervention）」與「創傷反應（trauma response）」二者加以整合，提出「一般性危機反應（General Crisis Response）」的概念；並編入適用於個人演練或在課堂中進行的練習，使有志於學習助人技能的讀者，在體驗式學

習的過程中，增進自助助人的知能。

本書作者提出了許多頗值得助人者引以思考，並在自己的助人工作中進行檢視的觀點。她們認為，危機與創傷對任何性格特質的人，或多或少都會造成心理上的困擾，而遭遇危機與創傷事件的人本身大多是具有功能且運作正常的人，只是這些正常的人目前面臨到具有破壞性的不尋常狀況，他們需要的是有人能夠協助他們發掘出自己潛在的能量，若能善於運用這項內在資源，他們通常能夠自己走出傷痛，重新迎向未來的日子，猶如書中所描述的「浴火鳳凰」。因此，助人者必須謹記的是，在面對你的個案時，千萬不要將他們視為有待「維修」的「病人」，更切忌一再地安慰他們不要難過、不要哭，其實個案的反應只是一個過程，甚至是必要的過程，而不是「病狀」；助人者並不會有專門的「解藥」，對於他們個人的狀況，你不會有答案，你也不能告訴他們該怎麼做，但是，你可以做的是，利用你的專業知能，幫助他們激發出內在的能量，重獲生命力，再以最適合自己的方法從黑暗中走出來，將「生活危機」轉為「生機」。作者提到，遭受危機與創傷的人身旁通常會有至少一位「很會安慰人」的善心人士，不斷地說一些「體貼」或「鼓舞人心」的話語，然而他們在另一方面已經不自覺地漠視了受害者的傷痛，同時也以無心的方式在要求受害者在他最困難的時刻忽視自己的傷痛。作者引用一位精神科醫師的研究：在他追蹤調查多位罹難者的親屬後發現，他們大多數過得很好，至於那些過得不好，或是發展出精神疾病的人，多是因為他們未能經歷一個完整的傷痛過程。我們或許可以想想，究竟是什麼原因使得這些人不能好好地大哭一場或