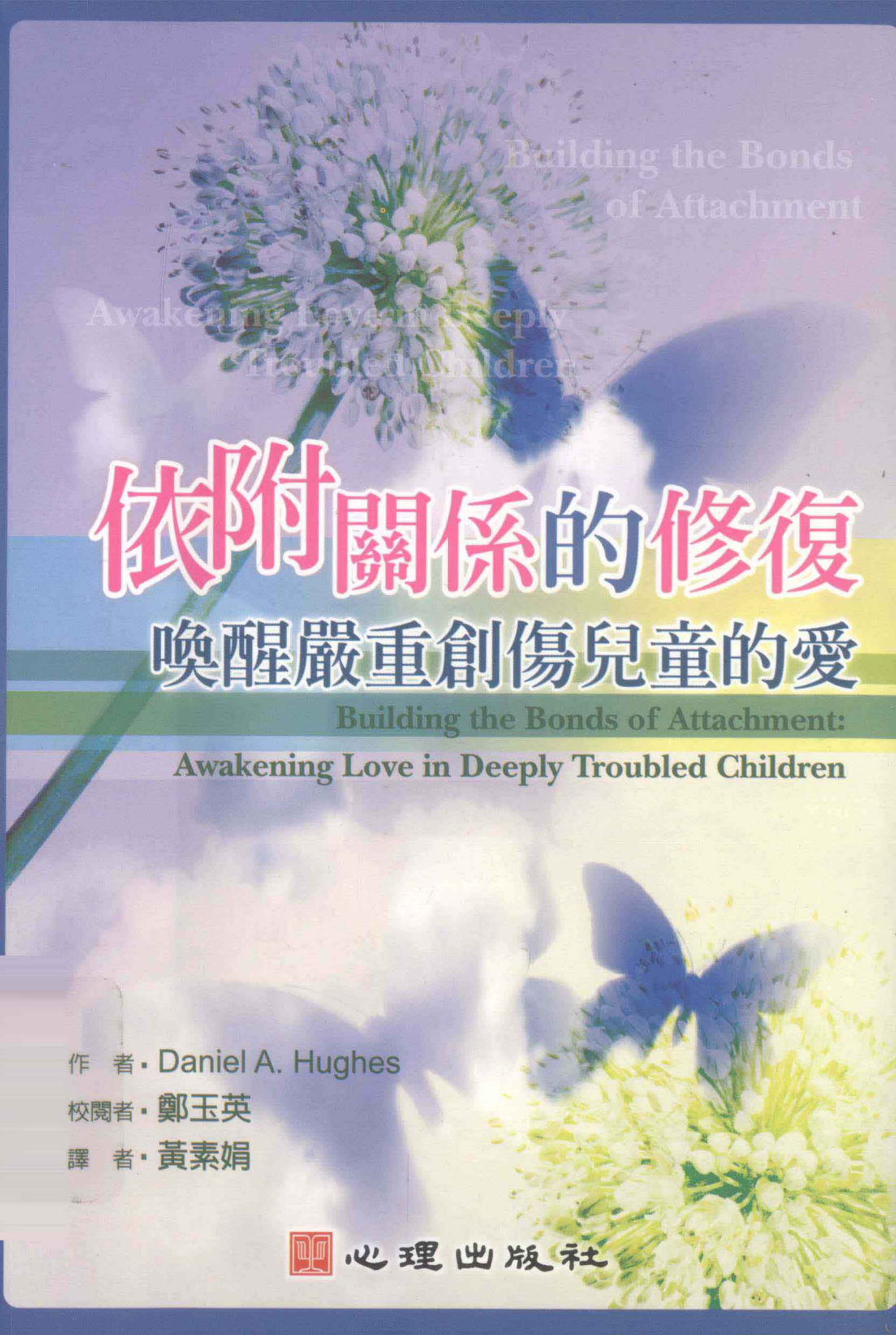




Building the Bonds
of Attachment

Awakening Love in Deeply
Troubled Children

依附關係的修復

喚醒嚴重創傷兒童的愛

Building the Bonds of Attachment:
Awakening Love in Deeply Troubled Children

作者・Daniel A. Hughes

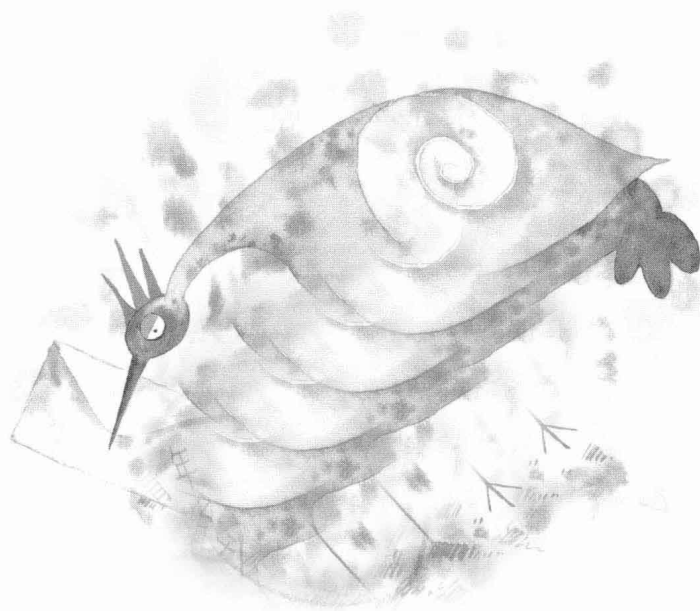
校閱者・鄭玉英

譯者・黃素娟



心理出版社

依附關係的修復 喚醒嚴重創傷兒童的愛



Daniel A. Hughes 著

鄭玉英 校閱

黃素娟 譯

國家圖書館出版品預行編目資料

依附關係的修復——喚醒嚴重創傷兒童的愛 /

Daniel A. Hughes 著；黃素娟譯.--初版.--

臺北市：心理, 2007.11

面；公分.--（心理治療；87）

參考書目：面

譯自：Building the bonds of attachment: awakening
love in deeply troubled children

ISBN 978-986-191-085-7（平裝）

1.兒童保護 2.依附行為 3.受虐兒童 4.養子女
5.寄養家庭

548.13

96019624

心理治療 87 依附關係的修復——喚醒嚴重創傷兒童的愛

作 者：Daniel A. Hughes

校閱者：鄭玉英

譯 者：黃素娟

執行編輯：李 晶

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：菩薩蠻電腦科技有限公司

印刷者：正恒實業有限公司

初版一刷：2007年11月

初版二刷：2009年2月

本書獲有原出版者全球繁體中文版出版發行獨家授權，請勿翻印

Copyright © 2007 by Psychological Publishing Co., Ltd.

定價：新台幣400元 ■有著作權·侵害必究■

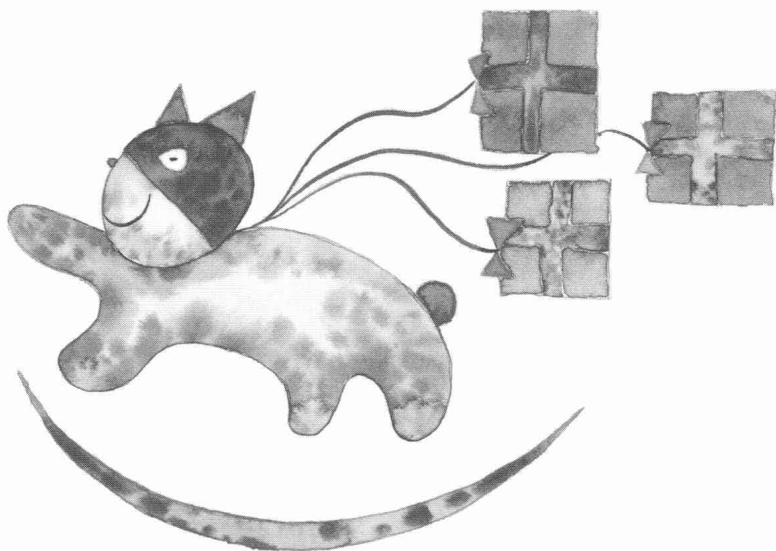
ISBN 978-986-191-085-7

Building the Bonds of Attachment

Second Edition

Awakening Love in Deeply Troubled Children

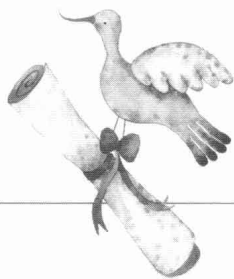
Daniel A. Hughes



Published by agreement with Jason Aronson, an imprint of the Rowman & Littlefield Publishing Group, Inc. through the Chinese Connection Agency, a division of The Yao Enterprises, LLC.

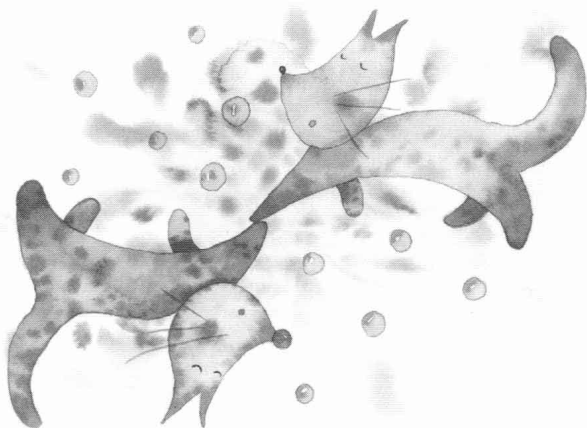
Copyright © 2006 by Jason Aronson

All rights reserved. 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 the prior permission of the publisher.

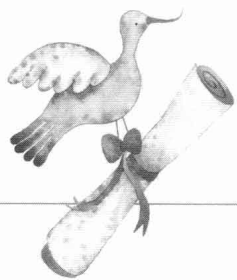


作者 介紹

丹尼爾堯士（Daniel A. Hughes）博士，
緬因州Waterville鎮的一位臨床心理師，他的
專長在受虐及被疏忽兒童、依附關係、寄養
照顧，及領養。他提供家庭服務課程，也同
時給治療師、個案工作者，和正在處理面對
有依附困難兒童的父母提供專業諮詢。堯士
博士也是*Fascilitating Developmental Attachment : The Road to Emotional Recovery and Behavioral Change in Foster and Adopted Children*一書的作者。



校閱者 簡介

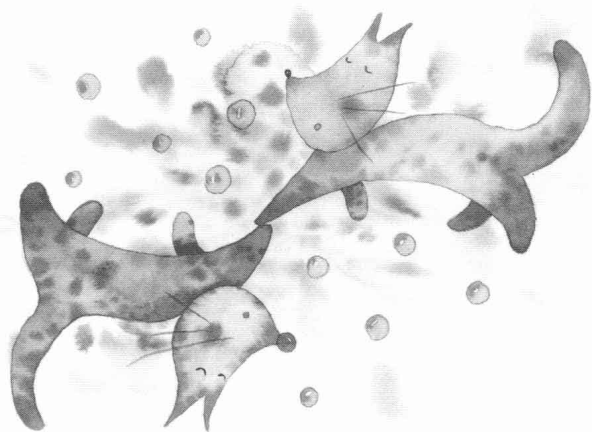


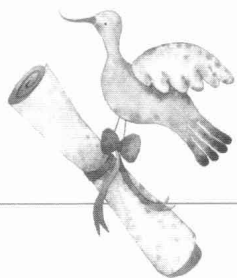
鄭玉英

國立台灣師範大學心理輔導博士

曾創辦返璞歸真心理工作室，目前是懷仁全人發展中心主任，並於輔仁大學社會工作系教授家族治療課程。

專長為婚姻輔導、家庭重塑。著作有《走過痛苦》，譯作有《家庭會傷人》等。





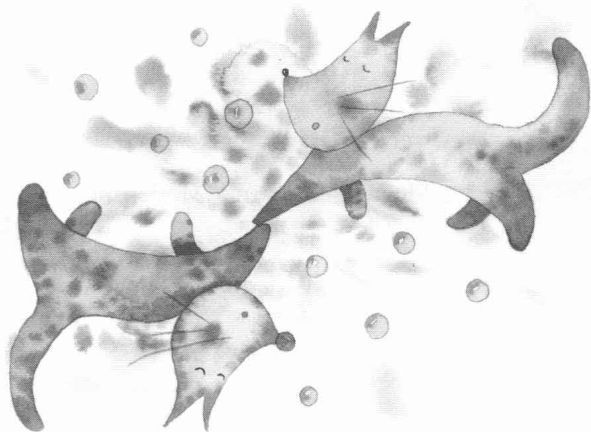
譯者 簡介

黃素娟

北德州大學教育碩士

從事兒童遊戲治療、親子輔導、親子遊戲治療——父母親工作坊。

服務於懷仁全人發展中心、兒童機構兼任輔導老師。



作者序

在本文的開始，我想感謝遍佈在緬因州及其他州的眾多寄養父母和領養父母。在我努力去了解和協助他們與他們的孩子時，他們曾經給我挑戰、教導和支持。我從他們那裡學到很多，也常常受到他們的啟發。

我還要感謝很多人，包括治療師、個案工作者和不同領域的專業人員，感謝他們的合作及創意。他們奉獻自己，找尋方法協助無法依附的孩子，全然地融入他們所在的家庭及社區中。直到現在，我們對孩子所呈現的潛藏性（**pervasive**）問題，以及如何提供他們所需的介入，尚無足夠的專業了解。跟這些孩子工作的專業人員，必須以謙卑的心、奉獻、關懷和創造力，來面對他們的責任，才能有不一樣的結果。我知道有很多人正為此努力。在工作上，我們需要彼此支持，並了解有許多人都在找尋各種有效的方法。

我對依附關係的了解，無疑是來自我的原生家庭。我母親**Marie**，我已故的父親**William**，和我那些可愛和有趣的兄弟姐妹們，**Jim**、**Mary Pat**、**Kathy**、**Bill**、**John**、**Mike**，至今他們還深深的影響著我對自己和他人的感覺。最後，是我的太太**Barbara**，當她離家踏上人生旅程，就跟我的人生交織在一起，在過去三十五年，她一直是我得到每個洞察的得力助手，協助我去加強對那些有困難信任照顧者的孩子們的依附關係。與**Barbara**在一起，我從我們持續跟自己孩子**Megan**、**Kristin**和**Madeline**的依附連結中，對依附關係，確實學到了很多。他們目前都在各自的發展階段上，走著自己獨特和有趣的旅程。

校閱序

孩子的心碎了，要如何修補？

如果一名稚齡孩童的心破碎了，要如何才能修補？當孩子與世界之間的信任橋樑斷了，如何還能銜接？

這本書裡有一個孩子的故事，一個治療的歷程，兩位偉大的女性，一組生命的信念，啟示著創傷與修復的原理原則。

☆ 受傷的孩子容易繼續使自己受傷

嚴重受傷的孩子常常會繼續傷害自己，會在期盼愛的時候，把人推開；在需要歡樂的時候搞破壞；在寂寞時候讓自己更為孤立，好不容易遇到喜愛自己的人時，又讓對方氣急敗壞，他們是傷害自己和破壞關係的專家，他們會讓歷史重演，讓最害怕的噩夢重現。這豈非親痛仇快？這可怎麼辦？要如何幫助他們呢？

我曾聽一位投入中途之家很優秀的年輕社工說：「一年做下來，我覺得很傷，我誠心愛他們，他們卻讓我對人性失望透頂。」是的，這些受傷羊兒並不像想像中的惹人憐愛，太早來臨的苦難使他們築起牆、長出角。內心深處將自己誤判的「壞」，使得他們經常破壞幸福的機會。

小小身軀裡藏著憤怒的巨人，父母的失功能使他們相信必須自己掌控局面才行；微弱的安全感抵不過洶湧而來強烈的羞愧感；太害怕被拒絕而把正當的管教與社會化過程看做是惡性虧待。

因此，他們常常離開了殘破的家園，又一家寄養換過一家，最

後進了機構，成為生活輔導員與社工師的頭疼來源。

凱蒂就是這樣一個七歲小女孩。

孩子的心需要的是滋養與安全，就像需要陽光、小雨的植物。孩子的心要在關係中滋長，修復亦然。

嚴重受傷的孩子不能用一般的教育方法，需要特別的配方，他們需要無條件的溫柔與愛，但是光有愛心並不夠。一般的獎勵懲罰的條件制約也不管用，因為過去經驗中所有的條件都是傷害，跟他談條件沒有用，他們不受制約，卻已經學會要制約別人。有一個人時時為他守候，完全懂得他的心，完全好玩有趣，不會因他的任何錯誤而驚訝，而且不易受傷激怒。哪一個人作得到呢？事實上，他需要一個專業團隊。

☆ DDP (Dyadic Developmental Psychotherapy) 是改良式的遊戲治療

傳統遊戲治療是一對一的進行。兒童治療的結案比成人難，特別是當孩子的環境並未改善時，結案還蠻傷心的。而且一週一小時的功效對一般兒童很好，對嚴重受創的孩子卻是不夠的。DDP是改良式的兒童遊戲治療，坐在治療室裡面的，至少有三個人：孩子、DDP治療師，還有一位生活中主要照顧者。

治療過程中，樂趣與安全是基礎。當孩子的脆弱被DDP治療師引出時，主要照顧者的溫柔懷抱就是孩子的去處，換言之，這種遊戲治療也為孩子跟主要照顧者之間建立起一份好品質的依附關係。結案時，跟DDP治療師揮手道別的不是一個孩子，而是一份兩人關係。當然，DDP治療師要先培養主要照顧者成為一位良好的協同治療者，往往也要支持主要照顧者，並提供生活中對那受創孩童的教育方針。他們形成一個溫暖的三角關係，讓依附關係的創傷在其中漸漸得到康復與轉化。

☆ 孩子的傷口考驗著照顧者與治療師

本書中的愛麗森就是一名有經驗的DDP治療師，賈姬是寄養媽媽，也就是凱蒂的具有療效的主要照顧者。當然還會有一位安排協調和評估過程的社工個案管理員，那就是史提芬。

賈姬的教養方式在許多地方是很奇特的：例如把七歲的凱蒂當成是個學步兒、非處罰的行為後果、永遠的情緒調和，還有在睡前定時出現的樂趣相向。倘若讀者在閱讀中不理解或不同意她的作法而大皺眉頭時，許多章的結尾處有所說明；也可以先翻到最後一章，在那裡有比較完整的理由。然而，最後幾章裡面，凱蒂的變化該會是最有說服力的吧。

書中許多的篇幅與故事發展是賈姬與凱蒂的家居生活，讀者可能會為賈姬過人的耐心讚嘆。然而，連她也會碰上自己的限度，那也就是她需要真誠面對自己和自己的原生家庭經驗的時候。其實這種情況天下母親無一例外，只是嚴重受創的孩子提出的挑戰更嚴峻，主要照顧者也必須更透明的面對自己生命中的依附特色與原生家庭經驗。

愛麗森的治療時段是有趣的，有時也是強烈的，她處理賈姬與凱蒂最近相處中的情況，也絕不放過早期受創傷的場景，她的處理手法具有高度敏感的語言運用，甚至深厚的劇場訓練，真是令人激賞也值得深入討論。

☆ DDP背後的理念

主要照顧者與治療師都抱持著共同的幾項態度與理念：

情緒同唱一個調

無論在任何情況之下，她們總是細膩而高度的同理，主動道出孩子心中的盼望與當下的思緒：「你好想努力」「真的好難」「你一定是不喜歡剛才我所說的事情」「怪不得你會對媽媽大吼大叫，

那時候你覺得媽媽對你不公平，不關心你。」「當媽媽跟你說：『不可以』的時候，你覺得她不在乎你的想法，好像你的想法對她不重要。」

不只是透過語言，情感調和（**affective attunement**）還包括了眼神接觸、身體接觸（觸摸、擁抱）、動作、節奏，就像兩只樂器的雙重奏，她們總是能跟凱蒂和音，即使在她暴跳如雷不願意接受行為後果時，合音依然伴隨著：「我猜你現在很恨我！很擔心我會是一個壞的媽媽，那一定很可怕！」

互為主體樂無窮

當單向的依附關係轉成雙向的互為主體（**intersubjectivity**），樂趣的意義更豐富了。那不只是一個成人逗孩子玩得開心，也不是大有愛心的付出，陪孩子玩，而是孩子發現到這位成人真的高興跟我同樂，不是犧牲，她自己也享受其間，樂此不疲，我對她很重要，我很特別。

樂趣是無條件的，與今天乖或不乖完全無關。即使當天犯了大錯誤，在睡前一樣有擁抱、搖搖、故事、遊戲等。就像無論如何，太陽總會在黎明升起那樣安穩。

在互為主體的穩定關係上，孩子開始透過成人的眼睛體會外在事物，當成人並不害怕他人的眼光，他人的眼光就不再可怕；當照顧者可以平靜的拒絕，拒絕也似乎可以接受了。甚至孩子也透過照顧者的眼睛看待自己和自己以為羞愧的事情。

把羞愧納入胸懷

羞愧（**shame**）是一種奇特的情緒，讓人想躲開、想墜個地洞鑽進去，或是惱羞成怒。

教養中少不了讓孩子羞愧和挫折，但是對嚴重受創的孩子而言，那羞愧是無法忍受的尖銳疼痛。一切的情緒調和都在約束與行為後果實施時變了調，要求社會化的過程使剛剛建立的依附關係出

現裂痕，而那卻又是教育中的必須。因此情緒調和—社會化—情緒調和—社會化交替出現，重複著斷裂與修復的過程。

管教和社會化帶給孩子羞愧時，照顧者與治療師在深深的擁抱中表示仍然接納她、愛著她、細膩同理她的不舒服，定時定點的玩樂依舊……於是創傷與羞愧這些恐怖的經驗也能在相互的安全探索中得以整合。藉著互為主體的經驗，讓孩子透過成人的眼睛與陪伴看穿羞愧，發現自己原來並不壞。生活中的愉悅與羞愧可以並存，自己原來是好的！

由創傷起點到活在今天

面對曾經有過的創傷、安全的擁有其中的傷心、害怕與憤怒。分辨出來現在的主要照顧者不同於當年的施虐者，生活中，自己的行為仍有後果，但是都在合理而能力所及的範圍裡可以完成。認清災難真的過去了，才可以享受今天的陽光。

☆ DDP與家族治療不同

當主要照顧者是親生父母時，DDP與家族治療十分類似，但是其實有下列不同之處：

1. 家族治療持家庭系統理論，DDP重依附理論與互為主體觀念。
2. 家族治療尋求家庭系統或家庭結構的改變，DDP卻集中焦點在那一名受傷的孩子身上。
3. 家族治療固然也常常是因被認定的病人而展開治療，但是參與的家人都會得到照顧與注意，DDP卻以那位受創孩子為主角，主要照顧者更像是協同治療者。
4. 因為DDP沒有改變家庭結構的野心，也不打算積極協助家人在賦予意義上尋求改變。所以並不擴大戰局，只集中在受創孩子身上，因此省下不少時間與精力。更合乎兒童福利的原則。

☆ DDP治療師的眼淚

黃素娟老師可能是國內第一位DDP治療師，近十年前認識她時，甫自美國學成回來，醉心於遊戲治療。再過一年，開始聽素娟津津樂道有關Filial Play Therapy（親子遊戲）的父母親團體，那是Bernard Guerney及Louise Guerney夫妻兩人在1960年早期所創立的。親子遊戲是利用親子間自然而成的依附關係，訓練父母成為類似治療人員的角色；一方面可以增強親子間的關係，另一方面也幫助父母透過良好的親子互動模式，預防孩子有偏差行為的發生。2004年起素娟在美國緬因州親炙大師Daniel A. Hughes學了DDP，其後兩年透過電子郵件及攜帶錄影帶回去緬因州尋求督導。

過去一兩年來，素娟定時與我討論個案，先前在我家，後來在懷仁，聽她述說、同看她的工作錄影帶，我一點一點的認識了DDP，而發現這是好東西！一種美麗動人、值得推廣的治療方式。可以幫助依附關係受創的孩童。

我稱之美麗是因為當孩子的心打開時，苦難、聰慧、復原力交織，那裡面展現的是人性的原型，令人感動莫名。個案累積多了，我們也見出暴力之下孩子的個別與通性。而這種孩子真困難，主要照顧者也真難為，他們跟DDP治療師組成一個鐵三角，共同努力掙扎。

數不清多少次了，素娟含著眼淚與我交談，心疼孩子的、心疼照顧者的、遺憾結案太早的、為孩子進步欣慰的。我震撼於孩子的創傷與醫治，更感動於素娟的工作態度與對孩子的真摯的愛。她付出的絕對不只是技術，更是她所有的時間與全部的愛心，當一位老師如此投入一項領域作為她的志業時，那是美麗的。我總說「素娟，遇到你的孩子有福」。

我也識出在這項工作中帶有大量靈性層面的意味。孩子傷的不只是身與心，他們的靈也受創了，所需要的不只是心理治療，更是

靈性的復甦。有人重傷了他們稚嫩的心靈，他們需要天使、恩典與救贖。素娟告訴我，有一些孩子曾經在畫中畫出自己的惡魔與天使對峙的狀況，最後是天使及照顧者共同把惡魔打敗了！

我覺得素娟就像孩子的天使，點亮孩子心中的光明小天使。

無條件的愛與管束

有一天，素娟跟我討論到：「嚴重受傷的孩子無法用一般的獎勵懲罰與行為塑成，因為他們無法信任，要操控、會破壞可以預期的行為契約……」我當時覺得很無助：「那主要照顧者要怎麼辦？」素娟耐心說著安全基礎、生活結構、監督、成功經驗……時，我突然明白了要對他們用無條件的堅定（**unconditional firm**）加上無條件的愛（**unconditional love**）。是的，對這些在不講理對待中長大的不講理的孩子，只有那沒有道理就是堅定要求的態度，才能贏得他們的乖順，一種類似「江湖義氣」的相愛，一種沒得話說的權威。我突然明白了，那就像是上帝對人的方式，也是人性深層結構中的最大需要。

我想起台北市萬大路一間很有年份的天主堂中央牆上寫著「事不止於理，而是止於愛」。真正的救贖與醫治是非條件化的，不講理的，沒道理的愛到底。

鄭玉英

寫於懷仁全人發展中心

譯者序

2004年到緬因州參加了這本書作者丹尼爾堯士博士的工作坊，參與的學員在上課前需先閱讀他的著作，而我選擇了凱蒂的故事。閱讀過程中，不斷的浮現出我所輔導的孩子，有些如同故事中的凱蒂，讓我對嚴重受創和依附紊亂的孩子有著新的了解及對如何跟他們工作帶著更多好奇。在工作坊中，從講解到個案治療呈現，我體會到一個安全可依附的關係對孩子的影響有多重要，讓我了解到嚴重受創／依附紊亂的孩子最需要的是一個可以長期信賴及依靠的關係，那不是我們每星期見一次面的輔導者可以做到，而是朝夕陪伴孩子、全然接受、關愛孩子，就像故事中凱蒂的第四個寄養媽媽賈姬那樣的主要照顧者，願意付出、不離不棄，才是孩子重要的生命支柱。在工作坊中，看到孩子與主要照顧者在丹尼爾堯士博士帶領下，進入了兩人內在最真實、最脆弱的部分，主要照顧者在接納自己困難的同時也願意去了解、接納、同理孩子的那一刻，往往讓在場目睹者深深的感動，也讓我重新思考如何跟創傷孩子工作。

我所面對的受創孩子中，有不少就像本故事中的凱蒂一樣，受到親生父母凌虐之後，漸進地對他人失去信賴，在他們的心靈裡，有著更多對主要照顧者的恐懼及害怕受傷害，有許多這樣的孩子做出了決定，就是不要相信他人，自己才是唯一可以依靠及保護自己的來源，有孩子為自己建了一道厚實的牆壁，有些甚至把自己變成強悍的大巨人，無法接受想去愛他們、照顧他們及滋養他們的人，他們就像凱蒂一樣，不斷把愛他們的人擊倒，他們誤以為這就是安全。

本人在丹尼爾堯士及恩師鄭玉英兩位老師督導之下，使用本書介紹的依附重建輔導方式輔導孩子，把主要照顧者也納入整個輔導歷程。在照顧者也成為輔導過程的協同輔導者時，我深深體會到，一旦孩子被主要照顧者無條件接納後，保護自己脆弱心靈的牆漸進被崩解，他們才會願意呈現內在的脆弱及美，而這時候往往讓照顧者及身為輔導者的我有著許多感動。

本書翻譯過程，很感謝好友莊學琴及黃文綺小姐，更感謝的是鄭玉英老師導讀與推薦，因為他們才有這中譯本的產生。

黃素娟