

# 療癒人心——創傷後壓力諮商： 治療暴力造成的心理創傷

Kaberia Isaac Kubai

肯亞艾姆布大學

## 摘要

治療因暴力而造成的心理傷痛，可為受害者與加害者提供情感和 psychological 創傷的復原機會，創傷是受害者與加害者同時承受的經驗，為雙方治療心理創傷也營造一個有助和解的環境。本文從修復與和解的觀點，探討以「創傷後壓力諮商」(post-traumatic counselling) 的方式治療心理創傷，讓受害者、加害者與社區成員代表都參與其中，釐清需求與責任所在，更能提升各方的創傷療癒成效。

## 關鍵字

創傷後壓力諮商、被害人與加害人協商、家庭協商會議、社區調解會議、哲爾

---

## 壹、簡介

本文探討如何以「創傷後壓力諮商」(post-traumatic counselling) 來治療暴力造成的心理創傷。政治學者菲爾波特 (Daniel Philpott) (指出：「因政治不公義所造成的創傷可定義為，政治上的不公義破壞社區之內或是社區之間的正當關係，因而導致當事人遭受不公義對待，自我發展大幅受限」(Philpott, 2012: 31)。這類創傷的治療可為受害者與加害者提供情感和 psychological 創傷的復原機會，創傷是受害者與加害者同時承受的經驗，為雙方治療心理創傷也營造一個有助和解的環境。本文從修復與和解的觀點，探討以創傷後壓力疾患諮商的方式治療心理創傷。

筆者將討論哲爾（Howard Zehr）所提出的「修復式正義協商會議模式」（restorative justice conferencing models），讓受害者能直接向加害者提問，理解對方犯罪的理由，也讓加害者認知應擔負的責任。「修復式正義協商會議模型」讓當事人能夠自由表達感受，營造一個能夠促進社會和諧的開放性論壇。本文討論的運作模式包含：被害人與加害人調解／協商會議（victim-offender mediation/conferencing）、家庭協商會議（family group conferencing）、社區調解會議（community conferencing）。

## 貳、改錯歸正是療癒的關鍵

改錯歸正是「修復式正義」（restorative justice）的核心目標，具體作法有二：處理已造成的傷害以及探究傷害的成因。「修復式正義」著重於社區內被害人與加害人間關係的修復，並讓雙方復歸社會，在各方當事人所關切的不同面向中取得平衡。例如種族政治的暴力事件中，被害人與加害人都遭受到情感與心理創傷，以及汙名化。受到暴力事件影響的兒童因被迫與父母分離而情感受創，在最需要關愛的時刻，兒童感到遭親人背叛遺棄，導致他們呈現情緒上的緊張狀況。

Sang 等（2011: 78）學者認為，有必要為深受暴力事件所害的兒童提供諮商服務，這點至關重要，而且諮商範圍也需擴及遭受種族政治暴力傷害的當事人，包含被害人與加害人。「創傷後壓力諮商」幫助歷經種族政治暴力的被害人處理他們所面臨的孤獨、缺乏安全感、恐懼、創傷等問題，並協助加害人面對犯罪後所遭受的心理創傷與汙名。受迫害的心理感受讓加害人對於任何可能產生的新衝突都十分敏感。

若面臨新的暴力威脅，被害人可能為了保護自己而出現攻擊行為；即使當下完全不需要自我防衛，這類行為仍可能出現。在諮商過程中，被害人會直接面對加害人，被害人這種行為可能來自於暴力經驗所導致的創傷與恐懼。

我們必須了解，加害人在犯行後也會因自身行為受到心理創傷，他們覺得被自身罪行汙名化，而在以牙還牙的暴力循環中，被害人的報復行為也讓加害人遭受心理創傷。肯亞已有數據顯示，許多未完全走出暴力陰影的受害人對加

害人施加攻擊。2007年8月肯亞總統大選後發生群眾暴動，其中有些被害人在先前種族衝突事件中就曾經是加害人。在暴力事件中，不僅被害人深感遭受迫害，加害人也會因為自己的行為而產生心理創傷，有些加害人甚至飽受恐懼與創傷的情緒折磨。

各方若要達到和解，便必須修補因受迫害而導致的心理傷口或創傷，這有助防止防衛性的暴力行為，並協助受到重度迫害的被害人願意面對和解（Staub et al., 2003: 288），加害人也會因自身罪行而衍生的恐懼、罪惡感、被汙名化等受到心理創傷。Staub 與其著作的共同作者認為，被害人在暴力的前循環中，已經歷被迫害或是其他的創傷經驗，未癒合的心理創傷致使他們傷害別人，而他們可能因為自身行為而受到心理重創（Staub et al., 2003: 288）。心理創傷的治療有助緩和被害人與加害人之間的緊張關係，將雙方對彼此的敵意與仇恨降到最低。而筆者認為，為過去暴力事件中出現的不公義情況負責，是改錯歸正、療癒受害者創傷最好的方式。一旦被害人受創的心靈得到療癒復原，雙方的和解之路才能就此開展，若被害人能感受其中的意義並獲得身分認同感，雙方便可真正走向和解。

## 參、三種協商會議模型

### 一、被害人與加害人調解 / 協商

某些正義理論的學者認為，「修復式正義」可透過一對一的會議進行。從「修復式正義」的觀點來看，這類個別會談（一對一）稱為「被害人與加害人調解 / 協商」，會議中的主角即是被害人與加害人，外加一位受過專業訓練的調解人，引導協商過程，讓直接面對面的雙方都有充分表達的機會（Zehr, 2002: 47）。這種協商會議為雙方提供一個全面和解的平台，參與者通常是少數幾位當事人，而當事人的家屬也可能出席，但與被害人與加害人相比，通常扮演相對次要的支持角色。

「被害人與加害人調解 / 協商會議」提供一個治療與和解的機會，取代懲罰、威嚇或逼迫的手段，能讓雙方內心真正恢復平靜。在會議中被害人與加害人可以問對方：「為什麼我們要爭執？」、「我們到底在爭什麼？」甚至能共同

找到這個問題的答案：「我們如何解決目前雙方的糾紛，走出創傷？」

在肯亞的種族政治暴力事件中，有些被害人認為，那些對於自己罪行毫無悔意也不求他人原諒的加害人，根本無從原諒。由此看來，所有的特赦程序若沒有被害人參與其中，和解歷程便存有缺口。舉例來說，獅子山共和國便有運用被害人與加害人調解 / 協商例子，該國成立「獅子山真相委員會」(Sierra Leone Truth and Reconciliation Commission, SLTRC)，負責安排被害人與加害人的調解會，這種方式深受被害人肯定。該委員會每周辦理一次和解儀式，讓被害人與加害人展開面對面的對談，而許多願意坦承犯錯的加害人，都會接受一個特別的清洗儀式，透過這個儀式再度回歸融入到原先的群體中 (Graybill and Lanegran, 2004: 10)。若被害人與加害人無法彼此認知理解對方所遭受的經驗與犯下的罪行，任何來自教會、真相委員會或是法庭的判決都僅是一紙報告而已，無法真正深入人心。

聆聽被害人與加害人彼此的心聲能讓雙方達到全面的和解，讓雙方有信心能在共同生活圈中和平共處，不再感到恐懼。這樣的圓桌會議有助雙方對種族政治暴力的深層脈絡有更深入的理解，筆者認為這樣的理解是創傷療癒及和解的起點。被害人與加害人的調解會讓雙方都重拾對於對方的信心與信任，沒有任何教會或政府足以代表任何人去原諒他人，因此，我認為對於自己罪行毫無悔意也不求他人原諒的加害人，其實不可能獲得原諒，而所有的特赦程序若沒有被害人參與其中，這樣的和解歷程便存有缺口。

## 二、家庭協商會議

在暴力事件中，有人直接受害，也有人間接受害。間接受害人包含直接受害人的家屬與親朋好友，他們在事件發生後，同樣會經歷苦痛與創傷；同樣的，也有間接加害人受到加害人牽累。這種層次的調解過程首重於協助雙方家屬重新建立連結關係，尤其是加害人身份未保密的情況下，這點尤其重要。

相較於「被害人與加害人調解 / 協商」，這個運作模式需要更廣泛的參與者，不僅止於當事人雙方，可能還包含與加害人有關聯的人，以及加害人的家屬與其他關聯人。調解人協助被害人勇於面對過去，並協助加害人走出汙名與被孤立的窘境，與被害人家屬以及自己的家人重新建立深具意義的社會連結。

這種實務運作模式的主要目的，在於鼓勵加害者為自己的行為負責，並改過自新，協助被害人與加害人擺脫暴力事件所帶來的汙名。雙方的家屬都會受邀參與調解會議（Zehr 2002: 48），在雙方走向彼此包容、理解、原諒的過程中，家屬以及社區中其他重要的關聯人扮演格外重要的角色。

### 三、社區調解會議

在社區的層次，調解的對象是個人與個別團體，而在回復正義的過程中，社區的角色十分關鍵，因為犯罪並非獨立事件，而是具有其社會關係脈絡，被害人與加害人不僅被視為單獨個體，他們有親朋好友，也有所屬的社區與社會。換言之，身為社區或社會的一分子，我們都同時是被害人與加害人，需要共同負起弭平暴力、努力調解和平的責任。

「社區調解會議」是「修復式正義」的運作模式之一，可運用於社區層級的調解工作，會議由被害人、加害人以及雙方的親朋好友共同參與，探討罪行所造成的後果，以及如何彌補傷害。「社區調解會議」並非協商或是調解的過程，而是可以保護被害人並直接解決問題的方式，這種運作模式顯示，若能為利害關係人打造具有建設性的討論平台，這群人其實能自主調解糾紛、處理爭議。

「社區調解會議」讓參與人有機會討論如何彌補犯行所造成的後果，會議主要目的是讓被害人有機會直接訴說自己遇害的傷痛，讓加害人認知其犯行的影響，對自身行為負責；也啟動加害人的支持機制，協助加害人承擔過錯，改善暴力行為，真正改過向善，同時讓雙方都能與社區支持機制相連結（Prison Fellowship International, 2008: 1）。「社區調解會議」也讓被害人能直接面對被害人，表達切身感受，提出對暴力事件的疑問，對整起事件有發聲的機會，而加害人則能直接聽到自己的犯行對他人造成多大的傷害。

在這種治療創傷的模式中，讓加害人與被害人有機會能與社會重新建立連結、重新回歸融合於社會中，同時減少被害人加以報復的可能性。被害人往往在復仇欲望、無助感、被羞辱感，以及被迫害感之間擺盪不定。創傷事件的後果會改變一個社會的生活模式，導致人命傷亡、財物毀壞、自然資源遭破壞，甚至造成大規模的水污染或是土壤污染。加害人可以從主動向被害人、雙方家

庭及社區真誠道歉開始，彌補自身過錯、承諾賠償財物損失，或從事個人或社區服務，這些彌補措施皆可在「社區調解會議」過程中加以決定。

「社區調解會議」可為暴力事件中直接或間接受害的個人和團體提供創傷療癒的機會，引導被害與加害雙方復歸同一個生活圈中，這些調解會議運作模式可協助雙方彼此寬恕、了解真相，以及釐清種族政治暴力事件中的所有細節。Chapman 認為和解過程有助釐清該次暴力事件以及過往衝突的各個面向與成因。他指出，對於一個需要治療創傷的社會而言「真相便是良藥」。少了真相，社會便無法擺脫過去之惡，歷史創傷便可能再度重演（Chapman, 1999: 247–248）。

## 肆、結語

前述三種運作模式不僅有助伸張正義，也協助治療個人與社區層次的被害人、加害人，而且也讓社區成員的代表能充分表達意見。與此同時，從被害人與加害人的觀點理解暴力事件背後的成因、動機及後果，能營造一個療癒的環境，有助防止類似事件再度發生。此外，在會議中，可能還會提供零食與餐點，讓成員能一起用餐、分享彼此看法，在非洲社會中，共享餐點能提升群眾的歸屬感與社區凝聚感，而這種感受在治療與調解的過程中至為關鍵。

## 參考書目

- Chapman, Audrey. 1999. "Coming to Terms with the Past: Truth, Justice, and/or Reconciliation." *The Annual of the Society of Christian Ethics* 19: 235–258.
- Graybill, Lyn, and Kimberly Lanegran. 2004. "Truth, Justice, and Reconciliation in Africa: Issues and Cases." *African Studies Quarterly* 8(1): 1–18.
- Philpott, Daniel. 2012. *Just and Unjust Peace: An Ethic of Political Reconciliation*. New York: Oxford University Press.
- Prison Fellowship International, Centre for Justice and Reconciliation. 2008. "Restorative Justice Briefing Paper." <http://restorativejustice.org/am-site/media/what-is-restorative-justice.pdf>
- Sang, Hellen et al. 2011. "Civic (Re) Education: The Potential Role of Civil Society Organizations in Sustainable National Reconciliation Initiatives." *International Journal of Current Research* 3(8): 74–81.
- Staub, Ervin et al. 2003. "Healing the Roots of Genocide in Rwanda." *Peace Review* 15(3): 287–294.
- Zehr, Howard. 2002. *The Little Book of Restorative Justice*. Intercourse, PA: Good Books.

# Healing the Human Person Post-traumatic Counselling: Healing of Wounds caused by Violence

Kaberia Isaac Kubai  
University of Embu, Kenya

## Abstract

The healing of wounds caused by violence provides a space for recovery from emotional and psychological harm caused to victims and offenders. Trauma is an experience of both victims and offenders. Meeting such needs creates an environment conducive to the reconciliation process. The discussion of post-traumatic counselling as the process of healing the wounds is addressed from both the restorative and reconciliation perspectives. Involvement of victims, offenders and community members in a quest to identify needs and responsibilities promotes healing among the parties involved.

## Keywords

post-traumatic counselling, victim-offender conferencing, family group conferencing, community conferencing, Howard Zehr

---