

<<背叛>>

图书基本信息

## <<背叛>>

### 内容概要

我這麼相信你……

無法承受伴侶的不忠，於是接受荒唐的詭辯；

遭父母遺棄的孩子，只能把罪往自己身上攬；

應該保護人民的制度，卻因官官相護反過來魚肉百姓……

背叛——或被背叛——幾乎是每個人都曾有過的經歷，或多或少，或大或小。

出軌、虐待、背信棄義、職場剝削與歧視，都是背叛的例子。

然而，我們常忽略背叛這件事。

我們無視背叛，好保護自己；我們害怕一旦知道得太多，安穩的現況就會崩解。

但另一方面，視而不見也會讓我們付出沉痛而深遠的代價。

我們在現實生活中，常要面對這種知或不知的兩難。

幸好，只要我們願意，就能學習如何正視擺在眼前的背叛與不公義。

作者列舉許多真實案例（包括自己的切身經歷），帶領讀者一同探討關於背叛及「盲視背叛」的幾項核心問題，包括為什麼我們會對背叛視而不見？

覺醒之後，又該如何療癒自己？

也許你認識一個正在背叛困擾中掙扎的人，也許你自己正努力從生命中的背叛和盲視背叛中醒悟過來。

本書提出的方法能幫助讀者減緩背叛的傷害，甚至能預防背叛發生。

當我們能正視背叛，並學習如何信任自己與他人，就能一同打造更美好的世界。

## <<背叛>>

### 作者簡介

#### 作者簡介

珍妮佛·弗雷 Jennifer Freyd

美國奧勒岡大學（University of Oregon）心理學教授。

弗雷於一九八三年取得美國史丹佛大學心理學博士學位，對於背叛的心理與創傷有超過二十年的實驗與研究經歷，累積超過數千名研究對象，出版了數十篇學術論文。

弗雷已經建構出一套理論，解釋為什麼會旁觀者清、當局者迷，以及這種情況如何發生。

一九九六年時，弗雷在她的首本著作《背叛創傷：忘卻童年受虐經歷的邏輯》（Betrayal Trauma: The Logic of Forgetting Childhood Abuse）中首度提出背叛創傷（betrayal trauma）的理論。

本書將從此理論出發，並繼續擴展此一理論的應用。

潘蜜拉·畢瑞爾 Pamela Birrell

執業臨床心理師及奧勒岡大學心理系資深指導師。

她於一九七三年取得奧勒岡大學心理學博士，在奧勒岡大學接受臨床心理師訓練，並在一九八六年時完成社區心理健康實習工作。

自此之後，她積極投入教學及臨床工作，也發表許多促進心理健康的著作，探討背叛創傷的療癒及倫理等課題。

畢瑞爾擔任心理治療師已有二十五年的時間，她發現許多所謂的心理疾病的根源都是背叛。

#### 譯者簡介

郭恬君

師大翻譯所口譯組與英國劍橋大學教育所雙碩士，現從事全職中英會議口譯與筆譯工作。

全心熱愛翻譯工作，並認為譯者不是傳聲筒，而是紀律與藝術靈魂交融的溝通橋樑。

譯有《解讀大師觀點》。

楊琇玲

美國爵碩大學（Drexel University）創造性藝術治療所舞蹈治療碩士。

對人的內在充滿興趣，多年來致力於身心整合療癒工作，目前於國內醫療機構從事舞蹈治療。

除臨床工作之外，並從事心理相關專業研討會與工作坊的口譯與筆譯。

## &lt;&lt;背叛&gt;&gt;

## 書籍目錄

前言

謝辭

1 盲視背叛——這麼明顯的事，怎麼會毫不知情？

「盲視背叛」發生時，我們看不到眼前發生的事。  
當茱莉目睹丈夫與別的女人在酒吧接吻時，已經知道先生有兩次外遇的紀錄。  
但她還是接受丈夫的辯解，而且後來的許多年也完全沒有想起這件事。  
為什麼會這樣？

2 遭背叛的孩子——孩子不知道背叛是什麼，只能把罪往身上攬  
孩子遭父母背叛後，會責怪自己，而不是真正的加害者，藉此維持自己與照護者的連結，因為這種連結太重要了！

茱蒂的母親在她四歲時車禍身亡，不久後，父親把她丟給一位遠方表親。  
茱蒂認定因為自己不是個好女兒，所以母親才會去世……

3 盲視背叛的其他形式——人可能在職場、家庭或社會中遭到背叛  
背叛不只有外遇一種形式，也可能發生在非親密關係的場域裡。  
美國聯邦假釋官馬克坦承認猥褻與性侵他所監督的女性假釋人。  
她們一開始並沒有提出任何申訴，因為她們很信任他，也希望他喜歡自己。  
最初的沉默，其實是求生的合理選擇。

4 體制背叛——我們信賴的制度也可能傷害我們  
最為人所知的體制背叛案例，或許就屬天主教會隱瞞神職人員性侵孩童的事件。  
一名遭神職人員性侵的女性說：「受害者最感震駭的是，那些應該保護他們的人顯然更關心如何讓教會不受任何爭議紛擾。」

5 為何盲視？

——當背叛你的人同時也是你依賴的人  
人類是社會性動物，必須倚賴他人才能生存，同時深知可能受騙，因而發展出精練的「欺瞞偵測機制」。  
不過難題在於，當背叛你的人同時也是你依賴的人時，該怎麼辦？

6 知情與否——當「不知情」再也無助於生存的時候  
莎曼妲不知道該如何獨立生活，因此無法離開出軌的丈夫馬克。  
為了維繫這段感情，她對他的不忠視而不見。  
但是當馬克決意要離去時，莎曼妲開始了解，唯有獨立自強才能確保生存，而這個認知也成了她生存策略中的根本轉折……

7 同時盲視多種背叛——令人嘆為觀止的人類心智  
對莎曼妲來說，丈夫出軌、情緒虐待及肢體虐待似乎都和成了一團巨大的背叛，但她卻成功地盲視這幾種不同的背叛。  
她的頭腦對眼前的證據做了特殊處理，扭曲了事情的意義。

8 相關研究發現——對背叛一無所知是為了維護現狀  
我們將探究幾種讓盲視背叛可能發生的內外心理機制。  
盲視背叛並非愚蠢或不理性的行為，因為那源自於正常的心理運作機制，而這些機制在大部分的時候，對我們是很有用的。

## <<背叛>>

9 盲視背叛的毒害——背叛對個人、人際關係與社會都會留下深遠的影響

背叛可能讓受害者產生多種心理症狀，甚至破壞生理健康；背叛讓我們難以信任他人，也難以維繫長遠穩定的人際關係；背叛的影響更會蔓延到體制，當體制不再被信任時，社會將會瓦解……

10 知情的風險——真相讓人清醒，同時也令人害怕

說出自己的背叛創傷，可能會有更大的風險，因為如果他人無法給予正面的回應，當事人可能會遭受二度傷害，婚姻危機加重、致使關係破裂、擴大家庭間的嫌隙、失去工作等等。

打破盲視背叛之後，世界就變得不一樣了……

11 知情的療癒力量——安全感和希望是療癒的重要元素

羅勃從自己和他人身上新發現的信任，讓他能夠拿回他的力量，敘說自己的故事，表達他的情感，回應發生在他身上的事情，並且將自己從羞恥感中解放出來。

12 表達的療癒力量——打破沉默，才有機會改變

尚恩在軍隊擔任十四年的情報官，認為國家是完美、尊貴、神聖不可侵犯的。

他在軍中受傷被除役之後，卻沒有經濟、醫療和社會救助的補助。

面對體制的背叛和報復，尚恩憑藉妻子的愛與內心的仁慈，開始蒐集資料、說出真相……

13 說出真相——作者自身的真實故事

珍妮佛·弗雷是本書的作者之一，她指控父母性侵，卻遭到殘忍的報復。

弗雷的父母成立了一個基金會，並將之公器私用，母親以無名氏的名義將她的隱私寫成信件、流傳散布。

在一場專業研討會上，弗雷分享了她的親身經歷……

14 撥雲見日：面對盲視背叛——只有面對背叛和隨之而來的痛苦，我們才能成長並捍衛真相

所有勇敢向我們分享生命故事的人，揭露了背叛與盲視背叛的遺毒，同時也種下希望的種子。

我們可以從背叛中復元，但是首先必須承認背叛的力量，以及盲視背叛是一件多麼容易的事情。

我們可以重生，一起創造全新的社會。

推薦閱讀

註釋

<<背叛>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>