

2017 年 4 月

## 本期焦點

- 危險情人迷思？
- 辨識危險情人線索
  - ✓ 面對衝突時習慣用暴力解決問題
  - ✓ 面對挫則的反應會歸咎於親近的人
  - ✓ 視另一半為生命中心或敝屣
  - ✓ 小時候曾是家庭暴力的受害人
  - ✓ 曾用自傷或傷人維繫關係
- 如何協助
  - ✓ 深呼吸
  - ✓ 聽故事
  - ✓ 持續的關心
  - ✓ 轉介

## 辨識愛情中的恐怖份子（危險情人）

愛情、專業與社團，是大學生的必修學分！當中唯有「愛情」是沒有人可以教導我們的！這也讓大學生們不知道，在愛中的給予和奉獻到底可以做到哪裡？哪些互動才是得宜的？而這些，都是我們人生歷練較為豐富的師長們，可以幫上忙的地方！

現今的新聞中不時會出現情殺的報導，但在新聞報導中，我們僅能知道社會又一樁憾事發生，而無法深入了解，所以回到自身的感情世界裡，我們又該如何避免這類不幸的遭遇？“辨識”危險情人或許是我們可以做的第一步。

一般人對於恐怖情人或是危險情人的認識真的很有限，有些人對於危險情人的刻板印象還停留在外型兇惡、身材魁武...等，大概就跟卡通《多拉 A 夢》中胖虎的外型相似（如下圖），但就 2014 年《台大碩士殺女友》的新聞資料上來看，該名碩士生似乎長相清秀，打破了我們一般人的刻板印象，由此可見若單從外型是無法辨識出危險情人的！



因此本文章就過去危險情人的研究中，整理並提供下列五點辨識危險情人的線索，以期日後您若發現自己的學生、朋友、甚至家人身旁有危險徵兆的情人時，便能盡快給予提醒與協助，當然對於本身在感情關係中有潛在危險徵兆的人，可以適時的給予了解與關懷。

### 一、 面對衝突時習慣用暴力解決問題

簡單來說就是用使用令人感到害怕的方式，不論是言語、行為或是其他行為來達到自己所期待的目的。而這樣的特質可能來自於過去的經驗，曾被他人以暴力對待，或是生處的文化如此所致。

### 二、 面對挫則的反應會歸咎於親近的人

這樣的特質來自於害怕犯錯，他/她們會將犯錯視為自己不夠好，並且不值得被愛，擔心被愛的人所遺棄，因此有這樣的反應可以讓他/她們感覺好一點。

### 三、 視另一半為生命中心或敝屣

通常危險情人對自我價值是靠外在狀態來建立的，因此若有一個人可以讓他/她建立屬於自己的自我價值，他/她就會以尊榮或是屏棄的態度來因應。

### 四、 小時候曾是家庭暴力的受害人

從現在的研究來看，有相當高比例的危險情人過去曾有過受暴的經驗，因為在面對親密關係的衝突時，他/她過去的記憶就是使用暴力，來面對、處理，因此他/她們若沒有好好的療受暴的傷，那麼就會受將暴力延續到他/她們的生活中。

### 五、 曾用自傷或傷人維繫關係\*

對於危險情人來說，被拋棄是一件很恐怖的事情，因此他/她會用盡一切方式來獲得伴侶的回應，若沒有回應或是要分手，對他/她們來說同等於世界毀滅！因此，為了捍衛自己的世界，他/她們是會願意不擇手段的！包括自殺或是殺人！



上述五點，若有符合三點以上皆有可能就會是潛在的危險情人，但若符合第五點，站在「自殺預防」和「親密暴力防治」的角度更是需要立即給予協助。當發現身旁有潛在危險特質的學生，又該如何給予協助呢？我們得先理解在他/她們危險行為的表現下，往往都藏著一個受傷又難過的心靈，很多時候會選擇一個人承受並躲在陰暗的角落獨自哭泣，而他們的危險或破壞性的行為，其實是在訴說深沉的無力與挫折的痛苦。理解對方的辛苦是關懷與協助的第一步，除此下列的四點更是您在實際接觸中需要留的部份：

一、 **深呼吸**：先安定自己，問問看自己願不願意跟這樣的學生靠近？畢竟要面對這樣可能的潛在危險情人，任誰都不希望自己受傷或是因為自己做不好而發生憾事！所以在自己準備好之前，請先讓自己有多些的時間準備。

二、**聽故事**：讓自己和他人好好的談論在愛情中的種種，以及發生了什麼事。這時後的對話，我們可以問事實就好，帶著同理但不評價的對話，好好的聽他說，到底發生什麼事情，來讓他感覺這段對話是真心想認識他的，是靠近、彈性和開放的對話。

三、**持續的關心**：讓自己和學生保持上面的接觸，並且給予關心，讓學生知道他的困難是可以商量的，也會是我們願意關心的！通常持續的關心一段時間學生的狀態就會緩和許多，緩和後即可拉長關心的間距，並漸漸的回到常態。若是上述的徵狀依舊，就會需要鼓勵或轉介學生來諮商中心找心理師諮詢。

四、**轉介**：為了學生自身及他人的安全著想，在您發現學生「曾用自傷或傷人維繫關係」或是持續發生上述的徵狀時，需要讓學生知道，身為師長的角色，您有義務保護學生的安全，因此必須將這些情況讓諮商中心的心理師一起來幫忙，讓學生知道接受幫助並不是他不好，而是他還沒學會怎麼好好照顧自己與另一半而已，尋求專業也只是讓這條路上有人陪他一起走，一起面對！

不管是身邊有危險情人的人，或本身有危險特質的人，在提供幫助的同時，也應考量自己能力所能承擔的限度，中止親密暴力絕對不是一個人、一個團體或是一個單位的責任，它是需要大家一起面對、努力的課題。

最後，感謝閱讀完這篇文章的您，更想邀請您一同經營一個友善的環境，給這些人一個機會，一個認識自己；面對犯錯的機會，讓他們能發現愛，並將愛帶回自己的親密關係中。

祝福大家，若有任何的需要，歡迎來電諮詢。

**【參考資料】：**

圖片來源網路資訊

Michael Johnson (2008), A Typology Of Domestic Violence ,UPNE .

解景然、江文賢 (2016) 男性婚暴處遇的困境，家庭暴力防治網。

(心理諮商輔導中心實習心理師 解景然編)

心理諮商輔導中心關心您 歡迎與我們聯絡

聯絡電話：(03) 8632279

服務時間：W1-W4(08:00 - 21:00)、W5(08:00 - 17:00)

中心網址：<http://www.pcc.ndhu.edu.tw>

電子信箱：[pcc@mail.ndhu.edu.tw](mailto:pcc@mail.ndhu.edu.tw)

