

常觀察的理解，幫助他們在工作上有更好的表現。在社會機構和社區中與各式犯罪者交手的專業人員，則是想要瞭解如何幫助犯罪者找出他們的思維模式哪裡出了錯，並指導他們矯治這類犯罪思想。州政府與聯邦機構訂購了根據本書中的一些觀念編製的手冊與將近七千套的DVD，協助推展這項計畫。¹

閱讀過本書早期版本的人們，過去從未把他們認識的人視為是「犯罪者」，儘管在許多方面這個人儼然成了一個陌生人。看待這件事的新視角幫助了這群感到困惑、飽受指責與內疚的人，能夠從這些心理糾纏中解脫。

他心如何思量，他為人就如何

我從一九七〇年開始參與這項研究計畫，而這項計畫早在一九六一年便開始。約赫森博士的「矯治」方法根植於對犯罪心理的深入理解。他對於改變犯罪者的方法已經受到各單位的採用與施行，其中也包括一些他沒有預料到的地方，例如以信仰為基礎的計畫與少年感化機構。約赫森博士開創的是一種認知療法，如今這個方法被視為主流。然而，這套方法不同於主流的認知心理學，它奠基於對犯罪者日常生活中所思的過程進行理解。這套方法需要借用「現象學」的研究方法，從犯罪者理解世界的角度出發，而不是停留在

四十四年前，我對於「犯罪心理」一無所知。我認為犯罪的人跟你我並沒有不同，他們之所以出現犯罪行為，是因為糟糕的環境、教養問題或精神疾病所引起。當我看到約赫森博士訪談那些以犯罪為生的人時，簡直讓我大開眼界。我看到他們看待生活的方式跟我所認識的人少有共同點，跟接受我治療的病患也是大不相同。表面上看來，他們似乎與多數人一樣，希望得到友誼、安全感、愛，以及一份穩定的工作。但後來我發現，即使犯罪者說他們希望得到這些東西，他們卻是以極端的方式取得，而一個基本上負責任的人不會這麼做。他們的自我形象是建立在透過欺騙、恐嚇或暴力，達到征服與控制他人的目的。他們對於這個世界無法符合他們的期望而感到憤怒。令人不寒而慄的是，他們長久以來關閉了恐懼與良心，想做什麼就去做什麼。

本書初版發行之後，我收到各行各業的人捎來了數百封信件、電子郵件和電話，他們提到因為這本書的幫助，讓他們理解多年來令他們感到困惑與悲傷的原因。為人父母者花了大把金錢，尋求心理治療師進行心理諮商，結果卻被治療師指責他們該為子女的犯罪行為負責，為此他們感到心力交瘁。看了本書，明白他們並非造成子女犯罪的原因之後，他們確實感到鬆了一口氣。

不少每天與犯罪者接觸的心理治療師，也深深理解「犯罪心理」這個觀念的可貴之處，特別是當他們看到「錯誤的思維」所引發的犯罪行為。這樣的思考架構增進他們對日

情況下，在一個他尚未準備好面對的社會中以負責任的態度生活，簡直是做夢。這就像是要求一個小學二年級的學生去算代數方程式。一旦犯罪者被釋放，協助他改變的努力必須以密集的方式在社區中持續進行。對於那些無須受到監禁的人，則需要一段「緩刑期」。也就是說，犯罪者必須明白判處緩刑的條件是，他必須參與密集的改變計畫。如果他決定離開計畫，法院有權決定是否撤銷緩刑。

由於現在的監控技術相較於以往更加有效，這類的矯治措施與早年相比，風險相對來說少了很多。社會不需要完全只寄望犯罪者擁有良好的信用，或是依靠漫無計畫的罪犯監督工作。透過GPS的技術，我們可以準確知道罪犯在任何時間的去向。

這樣的計畫不需要建造新型態的設施，或是借助龐大的人力資源。然而，參與計畫的人員必須經過培訓，以瞭解犯罪者的思維與行為模式。不必一定得是心理學家或精神科醫師才能協助犯罪者改變。計畫的觀念與方法十分直截了當，接受訓練的人員不需要有高深的專業知識，但對這項艱鉅的任務得具備犧牲奉獻的精神並充滿毅力。從事這類計畫的工作人員不分男女，基本上必須是個負責任的人。一個無法承擔責任的人想要教導另一個不負責任的人學會負責任，只是徒勞。換句話說，幫助犯罪者改變的人，必須具備負責的人格特質。為了完成任務，他們必須堅定、富有同情心與耐心。畢竟改變犯罪思維不是可以迅速見效的事。

仍是理論所重視的因果關係。一旦博士跟我瞭解犯罪者的思維模式後，我們便能夠制定一套計畫，幫助他們改變舊有的思維模式。

我在描述罪犯改變的過程中，所強調的都是「犯罪者」本身，很少針對他們犯行的嚴重程度加以區分。一切的犯罪都是由一個人的思維所造成。上一章中所描述的計畫已經經過修改，以幫助尚未淪為職業罪犯的青少年和成年人。

當犯罪者參與矯治計畫時，他們都不知道自己將被要求要改變。有些犯罪者會拒絕任何改變的可能。有些人則會嘗試改變自己，但最後還是選擇放棄。拒絕改變的犯罪者仍會對社會與他們自己造成危險。在這種情況下，只有兩種選擇：將他們長期監禁於符合人道管理的收容機構，或在密切監控的情況下釋放他們。嚴密監控的意思是，罪犯與司法人員每週必須會面一次。再者，相關單位必須進行家訪，與犯罪者的關係人保持密切聯繫；這裡所指的關係人可能是罪犯的伴侶、父母、其他親屬或雇主。司法單位應該提供機會給符合資格的犯罪者，讓他們參加旨在幫助他們改變思想和行為的計畫。

所謂的改變不僅是指不再犯罪，也意味要減少犯罪的欲望。像羅伊這樣的犯罪者必須對於他們在金錢和時間上的用度交代清楚。他們不僅必須工作，而且要建立穩定的工作模式。擁有家庭的人必須與家人相互包容和依賴，建立起共識。

改變的過程中，最重要的是社區這個部分。釋放一名犯罪者，並期待他在無須指導的

無論是在機構還是社區工作，從事犯罪矯治工作的人對於犯罪者展現同情的方式，不是透過淚水，而是通過投入相當的時間和精力，這對於社會與犯罪者來說是相當重要的。而與犯罪者共事最大的職業傷害，或許是遭到人身攻擊的危險。同樣的，對一份應該充滿熱情的工作來說，最大的傷害莫過於熱情、承諾和興趣不再。在矯治機構中，向資深工作人員提到「熱情枯竭」，他們立刻明白這話的意思。越來越多滿懷理想、負責任的年輕人進入這一行，想要有一番作為。然而，他們幾乎是立刻就面臨了一連串艱鉅的考驗。一位資深的矯治官員如此描述新手如何從充滿熱情走向耗竭的過程。「頭一年，」他說：「這些新手覺得自己對犯罪者做得還不夠多。第二年，他覺得自己要再多加把勁。第三年，他開始覺得管不了那麼多。」當他們開始懷疑自己的初衷或是對工作的態度變得冷淡，願意奉獻與關懷的情操也會跟著消失。有些人選擇辭去這份工作；有些人則堅守在崗位上，但只求平安度過每一天，還能有份收入。少數人仍努力耕耘，希望能夠完成一些有意義的事。

我們無法強迫犯罪者改變，必須等到他們對自己再也無法忍受了，他們才會想要改變。他們只有三條路可以選擇：繼續犯罪、自我了斷，或是做出改變。許多犯罪者堅信有第四條路可選，那就是在成為一個負責任的人同時，背地裡去犯罪。但部分投入並非一個可行的選擇。一個人若不是完全斷絕犯罪的念頭，不然就是繼續踏上犯罪。沒有中間地

帶。犯罪矯治與戒酒匿名會的運作方式很像。戒酒匿名會旨在讓參與者完全戒斷酒精。如果放任自己啜飲幾口酒，接著則是乾完一杯，再來是喝完一整瓶，最後遲早又會回到對酒精成癮的狀態。犯罪也是如此。如果他允許自己撒點小謊，最後小謊言將變成漫天大謊。如果一開始他只是拿走工作場合的幾樣工具，過不了多久就會開始編造謊言，最後以各種其他方式侵占公司財產。犯罪事件會像雪球一樣，越滾越大。

一個有效的犯罪矯治計畫，必須能夠讓犯罪者承擔起責任，讓他有機會和能力做出新的選擇。這種方法不在強調犯罪者的遭遇，而是在於他對其他人做了什麼。舉例來說，如果老闆對他態度不好，他得想想自己做了什麼會引來這樣的對待？如果答案是否定的，那麼他要想想，自己處理這件事的態度是讓問題有所改善，或是變得更糟？

並不是別人為犯罪者做決定的。所以我們關注的重點在於犯罪者做決定的過程。每個具體的決定都是由個人所做成的。最終是犯罪者選擇了他的生活，不論是否善用天賦或是否努力。儘管負責任的選擇範圍有限，我們仍然能夠從中做出不同的選擇。改變的過程要求犯罪者必須明白道德價值。而改變的目的則在於教導他們在不傷害他人的前提下學著好過日子。

我在書中提出的議題並不算新：選擇的力量、自由意志、善與惡、面對誘惑的反應，以及一個人在面對困境時所展現的態度。多數勵志或宗教類的書籍都會對欺騙、憤怒與驕

注釋

第一章 找出犯罪成因，不代表找到防治犯罪的方法

1. O. Hobart Mowrer, "Does Psychoanalysis Encourage Sociopathy and Paranoia?" In O. Hobart Mowrer, *The New Group Therapy* (New York: Van Nostrand, 1964), 181—214.
2. "On Edge of Society, Disaffected Youth Identify with the Infamous," *Rocky Mountain News*, December 15, 2007, 27.
3. "Slave Syndrome Argued in Boy's Death," Associated Press report, June 1, 2004.
4. "Violent Games 'Cause Violence,'" *New Zealand Herald*, October 19, 2005, B3.
5. "Angry Outbursts Linked to Inflammation in the Body," *nydaily.news.com*, December 13, 2013.
6. M. Pakyurek and Z. Gutkovich, "Adenotonsillectomy Reduced Ag-gression," *C&A Psychiatry Alerts*, extract in *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, September 2002, 1025.
7. "Soda Linked to Behavioral Problems in Young Children, Study Says," *Los Angeles Times*, August 16, 2013.
8. "Japan's Graying Criminals," *AARP Bulletin*, January—February, 2009, 6.
9. "Bittersweet: Candy Causes Adult Violence," *Metronews*, October 2, 2009.
10. "Violent Crime and Cholesterol," *Washington Post*, February 11, 2001.
11. "Crime of the Century," *St. Louis Post—Dispatch*, June 10, 2008.
12. "Top 10 'Bad Boy' Baby Names," *USA Today*, July 17, 2009.
13. "Warmer Climate Could Lead to Increased Conflict, Violence," *Science News*, August 2, 2013, 444—45.
14. Frederic Wertham, *Seduction of the Innocent* (Port Washington, N.Y.: Kennikat Press, 1972).
15. "Violent Video Games and Young People," *Harvard Mental Health Letter*, October 2010, 2.
16. Christopher J. Ferguson, "Violent Video Games and the Supreme Court," *American Psychologist*, 68(2), 57.
17. "Echo of Columbine," *Baltimore Sun*, March 13, 2014, 1.
18. Kevin W. Dowling, "The Effects of Lunar Phases on Domestic Violence Incidence Rates," *Forensic Examiner*, Winter 2005, 13—18.
19. Robert M. MacIver, *The Prevention and Control of Delinquency* (New York: Atherton Press, 1966), 41.
20. U.S. Department of Justice, "Remarks by Attorney General Ramsey Clark to the National Commission on Causes and Prevention of Violence," Washington, D.C., September 18, 1968, 5.
21. U.S. Department of Justice, Bureau of Justice Statistics, *National Crime Victimization Survey*, 2010.
22. United Nations General Assembly, 60th General Assembly, Third Committee, "Crime is Both Cause, Consequence of Poverty," 2005.

傲提出告誡。聖經上也提到，「他心如何思量，他為人就如何。」（箴言23:7）我們是自身思想的產物。若要教導一個人放棄犯罪，以負責任的態度過生活，我們就必須幫助他改變最根本的東西——他的思維。