

## 電影和電視中被低估的創傷後應激障礙的六個描述

### Six Underrated Depictions of PTSD in Movies and TV

本文出處：[NAMI Blog](#)，作者：*Randy Withers, MA, NCC, LCMHC*

義工翻譯：Amy Hu 譯，曾寶珠博士 校對

Translated by Amy Hu, proofread by Dr. Pao-Chu Tseng  
(NAMI NJ CAMHOP Volunteer Translators)



創傷後應激障礙 (PTSD) 是一種複雜的精神疾病，是對真實或感知到的死亡或嚴重身體傷害的威脅而發展起來的。這種情況通常以過度警覺、噩夢或閃回、情緒反應、對觸發因素的不良反應、迴避、侵入性想法以及壓倒性的內疚和羞恥感為特徵。由於其複雜的性質，PTSD 以多種方式呈現，而患有這種疾病的人往往是隱藏其疾病影響力的高手。

我們所處的文化崇尚 (或者至少，著迷於) 暴力，好萊塢也不例外。數十部電影和電視節目中的角色都表現出 PTSD 的跡象。由於娛樂業向來大張旗鼓地將事物詩意化，因此其中許多描述與現實大相逕庭也就不足為奇了。

作為一名治療師，我欣賞影視作品對精神疾病的準確和引人入勝的描述，無論這種疾病是否使角色富有同情心。我在媒體對心理健康狀況的描述中尋找的是可信度。我想要的是被感動。

更具體地說，我重視在電影和電視節目中對 PTSD 的描述，其中成因條件本身不一定是焦點；相反，它只是為角色增加了維度和人性。精神疾病不能定義人，也不必成為電影的主要焦點，才能準確而成功地被刻畫。

這裡有六個我認為既準確又有力的寫照。

#### 西爾維斯特·史泰龍 Sylvester Stallone ·《第一滴血》( 1982 )

美國有虐待和忽視越南戰爭時代退伍軍人的歷史。《第一滴血》這部電影以自己的方式，詮釋了這些失敗給退伍軍人帶來的心理健康後果。

雖然「蘭博」這個名字幾十年來一直是動作片陳詞濫調的代名詞，但史泰龍對這名受過創傷越戰老兵的角色刻畫，恰是與戰鬥相關的創傷後壓力的標誌性表現。他高度警惕，情緒反應，迴避，他經常遭受閃回。最後悲痛的一幕，當情感上不堪重負的約翰·蘭博 (John Rambo) 回憶起一名戰友的死亡而崩潰，值得獲得奧斯卡獎。

**琳達·漢密爾頓 Linda Hamilton , 《終結者 2》 ( 1991 )**

在 1984 年的《終結者》中，漢密爾頓描繪了一位 19 歲的莎拉康納 (Sarah Connor)，她是一位無憂無慮的女服務員，被一個未來機器人盯上。然而，在 1991 年的續集中，康納在身體和情感上都讓人無法辨認。受到「終結者」事件的創傷，康納變得偏執、警惕、憤怒和憤世嫉俗。被噩夢和核災難的幻覺所困擾，她無情地冷酷，只專注於她兒子的生存。

漢密爾頓不僅抓住了 PTSD 的本質，而且還展示了 PTSD 患者經常表現出的令人欽佩的韌性。儘管遭受了創傷，但她仍然堅定、積極和果斷。一句話，她很勵志。

**馬克·哈蒙 Mark Harmon , 《海軍罪案調查處》 ( 2003 )**

《海軍罪案調查處》是有史以來最受歡迎的節目之一，在 2020 年第 18 季首映時吸引了 1035 萬觀眾。該節目的持續更新和成功在很大程度上歸功於哈蒙對勒羅伊·傑思羅·吉布斯 (Leroy Jethro Gibbs) 的描繪 - 海軍狙擊手變身 NCIS 特工，他的妻子和女兒被販毒集團殺害。吉布斯是一個堅忍的角色，很難看出他的許多症狀，但他確實患有易怒、閃回和失眠症。他避免與人交往，有時，他甚至經歷精神病發作——特別是過世的 NCIS 特工的幻覺。此外，該節目強烈暗示這些症狀是在他的家人被謀殺後出現的。在節目的第 13 季中，吉布斯甚至向臨床醫生尋求幫助，並成為治療的倡導者。雖然其中一些症狀不一定是 PTSD 的教科書標準，但它們仍然是您可以在患有這種疾病的人身上能看到的行為。

**格斯·劉易斯 Gus Lewis , 《蝙蝠俠開始》 ( 2005 )**

很難碰上對患有 PTSD 兒童的準確電影描繪，但最引人注目的是格斯·劉易斯扮演 8 歲的布魯斯韋恩 (Bruce Wayne)。在《蝙蝠俠開始》中，韋恩的 PTSD 始於他從井中摔下來，摔斷了腿，並被數百隻棲息在洞穴中的蝙蝠嚇壞了。劉易斯只出現在電影中的幾個場景中，但其中一個特別突出了患有這種疾病的兒童的痛苦現實：韋恩和他的父母正在觀看歌劇“Mefistofele”，其中有一幕，一撥人打扮成蝙蝠出場，隨著場景的展開，明顯被觸及舊痛的韋恩開始顫抖並被迫離開演出。

讓這一幕更加震撼的是，他離開歌劇院的決定，最終成為了他父母喪命的導因。他們從後方出口離開歌劇院的時候，被持槍搶劫並遭到冷血槍殺。這樣一來，他的 PTSD 變得更複雜，成為布魯斯決定成為蒙面義警的驅動力。布魯斯的行為不僅與孩子對某些觸發因素的反應一致，而且如果沒有得到適當的幫助，他們的成長會受到長期的嚴重影響和破壞。

**布拉德利·庫珀 Bradley Cooper , 《美國狙擊手》 ( 2014 )**

根據海軍海豹突擊隊克里斯·凱爾 (Chris Kyle) 的生平改編,《美國狙擊手》是過去十年與戰鬥相關的創傷後應激障礙的最佳描述之一。庫珀的「千碼凝視」令人難以忘懷,他的肢體語言和與他人的互動也令人難以忘懷。看著凱爾克服自己的極度不適並掩飾自己的症狀尤其令人不快——不幸的是,這反映出有多少患有 PTSD 的人,覺得他們必須表現得好像沒事一樣。在一個特別震撼的場景中,凱爾正在一家人參加燒烤聚會,他和妻子坐在一起,看著兒子和家裡的狗玩耍。當狗似乎攻擊孩子時,凱爾被觸發了。如果不是他的妻子乾預,他差點兒殺死了狗。他臉上的屈辱之色令人難以忘懷。在現實生活中,2013 年去世前,凱爾一直幫助同樣在與這種疾病作鬥爭的退伍軍人,以此來克服自己的創傷後應激障礙。

**瑪麗絲卡·哈吉泰 Mariska Hargitay , 《法律與秩序 : SVU》 ( 1999 年至今 )**

哈吉泰扮演偵探奧利維亞·本森 (Olivia Benson), 她出色扮演了這位既為患有 PTSD 的受害者提供諮詢, 同時又自己帶病生存的堅強女性。本森暴露於各種可怕的罪行, 很容易成為她患上 PTSD 的基礎; 然而, 她後來被臭名昭著的連環殺手威廉·劉易斯綁架, 才是她心理健康出現問題的原因。在三天的時間裡, 本森遭到毆打, 受到手槍威脅, 並反復被告知她將被強姦。身體傷害的威脅, 包括強姦, 是 PTSD 的常見原因。沒有人, 即使是一個堅強的人, 能免受 PTSD 的影響。

也許這個節目最準確和最感人的方面是, 本森反復拜訪她的治療師彼得·林斯特羅姆 (Peter Lindstrom) 博士。作為一名治療師, 我密切關注對治療和從業者的描述 — 這個角色是一流的, 他與本森的會談也是如此。在每一個場景中, 他都表現得合乎道德、沉著和富有同情心。本森是一股強大的力量, 而林斯特羅姆溫和但堅定的態度在他們的會面中起到了很好的平衡作用。

鑑於該節目的受歡迎程度, 這種對尋求幫助的人的描繪尤為重要。我想其中一些場景會鼓勵受到性侵犯的倖存者尋求幫助。

雖然這絕對不是一個包羅萬象的清單, 但這些描述讓我感動, 並賦予了我力量 — 作為一名治療師和一個與 PTSD 作鬥爭的人。當然, 創傷是一種強烈的個人經歷, 就像我們與電影和電視的關係一樣。我們可能對這些描繪有不同的反應; 並非每個患有精神疾病的人都以相同的方式解釋媒體。

然而，這些角色引起了我的共鳴，因為他們在極其困難的環境中堅持不懈。他們只是以他們所知道的最好的方式繼續他們的生活。我鼓勵任何與 PTSD 鬥爭的人尋求治療，並儘可能地繼續治療。

作者介紹：Randy Withers, MA, NCC, LCMHC, 是一位治療師。著有《治療師分享他們對自殺的想法》的作者。他在 Lenoir-Rhyne 大學獲得了諮詢碩士學位，並且是 Blunt Therapy 的創始人，Blunt Therapy 是一個關於心理健康的博客。