

EXISTENTIAL-INTEGRATIVE PSYCHOTHERAPY

Guideposts to the Core of Practice

存 | 在 | 心 | 理 | 治 | 疗 | 译 | 丛


主 编◎王学富

存在整合 心理治疗

——实践核心指南

科克·施奈德/主编 徐放 方红/译

 **Routledge**
Taylor & Francis Group

全国百佳图书出版单位
 时代出版传媒股份有限公司
安徽人民出版社

EXISTENTIAL-INTEGRATIVE PSYCHOTHERAPY

Guideposts to the Core of Practice

存 | 在 | 心 | 理 | 治 | 疗 | 译 | 丛

主 编◎王学富

存在整合 心理治疗

——实践核心指南

科克·施奈德/主编 徐放 方红/译



全国百佳图书出版单位

APCTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

存在整合心理治疗——实践核心指南/(美)施奈德主编;徐放,方红译.—合肥:安徽人民出版社,2015.7

ISBN 978-7-212-08264-2

I ①存… II ①施…②徐…③方… III ①精神疗法 IV ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 174991 号

Existential-Integrative Psychotherapy: Guideposts to the Core of Practice/ by Kirk J. Schneider/ISBN: 0-4159-5471-1

Copyright© 2008 by Routledge Inc.

Authorized translation from English language edition published by Routledge Inc., part of Taylor & Francis Group LLC; All Rights Reserved. 本书原版由 Taylor & Francis 出版集团旗下, Routledge 出版公司出版,并经其授权翻译出版。版权所有,侵权必究。

Anhui People's Publishing House is authorized to publish and distribute exclusively the Chinese (Simplified Characters) language edition. This edition is authorized for sale throughout Mainland of China. No part of the publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher. 本书中文简体翻译版授权由安徽人民出版社独家出版并在限在中国大陆地区销售。未经出版者书面许可,不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

Copies of this book sold without a Taylor & Francis sticker on the cover are unauthorized and illegal. 本书封面贴有 Taylor & Francis 公司防伪标签,无标签者不得销售。

安徽省版权局著作登记:1210883 号

出版人:胡正义

责任印制:董亮

责任编辑:张旻 郑世彦

装帧设计:宋文岚

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽人民出版社 <http://www.ahpeople.com>

合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场八楼

邮编:230071 营销部电话:0551-63533258 0551-63533292(传真)

制版:合肥市中旭制版有限责任公司

印制:合肥创新印务有限公司

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂商联系调换)

开本:710×1010 1/16 印张:24.5 字数:400 千

版次:2016 年 3 月第 1 版 2016 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-212-08264-2

定价:60.00 元

版权所有,侵权必究

译丛序言

在中国,科克·施奈德的书渐渐被翻译进来了,继罗洛·梅、布根塔尔、弗兰克尔、欧文·亚隆之后,他成了中国读者了解的另一位西方存在主义心理学家。

施奈德算是新一代的美国存在一人本主义心理学领域的代表人物。他是一位临床心理治疗学家,也同时是这个领域著述甚丰的学者。在他撰写和主编的书中,有一些已经被翻译成中文,如《唤醒敬畏》(科克·施奈德著,杨韶刚译),《存在一人本主义治疗》(科克·施奈德、奥拉·克鲁格著,郭本禹、余言、马明伟译),《存在心理学》(科克·施奈德、罗洛·梅主编,杨韶刚、程世英、刘春琼译)。在我主编的这套“存在心理治疗”译丛中,包括施奈德的《过与不及》(*The Paradoxical Self*)(高剑婷,吴垠译),《存在整合心理治疗》(*Existential - Integrative Psychotherapy*)(徐放,方红译),《敬畏之心》(*The Rediscovery of Awe*)(王学富,蒋慧译)以及他和布根塔尔、皮尔逊主编的《人本主义心理学手册》(*The Handbook of Humanistic Psychology*)。

前不久,他的另一本书叫《极化思维》(*The Polarized Mind*)也在美国出版了。

施奈德一直在世界各地举办演讲、开办存在心理治疗工作坊。

2010年,他受邀参加第一届存在主义心理学国际大会(2010·南京),在会议上做主题报告——《基于敬畏的心理学》。这个主题演讲给听众带来很多启发,特别是中国的专家、学者、心理咨询师们开始了解和思考“敬畏”与心理学的关系。

2011年,他又受邀到南京大学中华文化研究院讲课,并在南京直面心理咨询研究所讲课。

2012年，第二届存在主义心理学国际大会在上海举办，施奈德是特邀讲员，继续就“基于敬畏的心理学”这一主题发表演讲，并举办存在心理治疗的“现场展示会”。

2013年，施德奈应广东外语外贸大学杨韶刚教授的邀请，在广东省第二届大学生心理健康教育国际论坛上做主题演讲。

这便是施奈德的中国之旅。

我是在2008年年底第一次见到施奈德。当时我在美国富勒心理学院做访问学者，霍夫曼(Louis Hoffman)(当时在洛基大学任教)邀请我去洛基大学参加一场存在心理治疗的研讨会，也就是在这次研讨会上，我认识了施奈德，同时也认识了时任美国人本主义心理学会会长的艾尔金斯(David Elkins)。在参加研讨会期间，我还参加了施奈德举办的存在心理治疗工作坊。在这段时间里，我跟施奈德有了一些交谈，他给我留下颇深的印象：他是一个极喜欢跟人探讨思想的人。他总是沉静地坐在那里，用舒缓的语调跟你探讨某一个话题，渐次深入。你会永远记得他那专注而又柔和的眼神。

我跟施奈德交谈中，也谈到两个人，就是杨韶刚和郭本禹。他们是中国存在主义心理学领域最早的翻译者、研究者、教育者。

我跟霍夫曼(Louis Hoffman)(美国人本主义心理学会前任会长)和杨吉膺(Mark Yang)结识更早几年，我们一直在探索在存在心理学领域开展中国与西方的对话，例如，通过举办国际会议、研讨会，开始培训课程、合作研究等方式。2009年，霍夫曼、杨吉膺、卡克劳斯卡斯(Francis J. Kaklauskas)、陈俊雄(Albert Chan)主编了一本书：《存在主义心理学：东方与西方》。我和几位中国学者(如申荷永、包兆会、王文胜)参编了部分章节。我们还设想在2010年在中国举办一场存在主义心理学国际大会，并开始了会议的联络与筹备。通过我的朋友郑洪女士的介绍，我结识了孙立哲先生，得到他的热情回应与支持。然后，我们又联络了南京晓庄学院的陶勍恒教授。于是，在晓庄学院心理研究所，中方几家机构(南京晓庄学院心理研究所、北京万生心语机构、南京直面心理研究所)召开了第一次筹备会。2010年，我们与霍夫曼所组织的美国和其他国家、地区的存在一人本心理学家团队共同举办了第一届存在主义心理学国际大会。在这次会议

上,施奈德受邀请做会议开场的主题报告。我们也邀请了郭本禹在大会上做专题报告,却没有联系上杨韶刚。后来才知道,他当时正在美国加州大学做访问学者。期间,他跟施奈德过从甚密,施奈德曾邀他到家作客,谈话之间,施奈德也向杨韶刚提到了我。到了2012年,美方的大会组织者跟复旦大学心理系孙时进教授的团队进行合作,在上海举办了第二届存在主义心理学国际大会。在会议第一天的接待晚宴上,我在寻找杨韶刚,他也在寻找我。我们自此结识,成为朋友。这次跟杨韶刚兄见面,我收获了一份礼物,便是他翻译的施奈德的书:《唤醒敬畏》。更重要的是,霍夫曼、杨吉膺作为美方的会议筹备者,也有了一个新的合作者。结果是,2014年,第三届存在主义心理学国际大会得以在广东外语外贸大学举办。这次会议的一个遗憾是,施奈德未能前来参加。

2015年,存在心理治疗世界大会将在伦敦举办,因为这次大会将有来自全世界各个国家的专家参与,使它成为有史以来存在主义心理治疗领域真正的世界盛会。施奈德是这次会议的主题报告讲员,而我也是一届会议的特演讲员。我们将在伦敦见面,我还会继续关注他在思想上的进展。

我本人也一直想向中国读者介绍施奈德。在介绍他的思想之前,我先说一说这个人,讲一讲他的故事。我一直以为,一个人的思想或理论,根源于他的生命故事,甚至,一个人的思想或理论,本身也是他的生命故事。当我们了解这个人,了解他的生命故事,我们就了解了他的思想、他的理论。

我最早了解施奈德这个人,是参加他在洛基大学举办的一场存在心理治疗工作坊。当时的体会是,他在治疗营造成一个“场”,这是一种关系的场、情感的场,其中有一种柔和的、感化的力量,触及人的内心深处,让对方愿意敞开自己,甚至敞开内在的伤害。随即,觉察产生了,医治发生了。这一次,我现场感受到存在一人本心理学所说的“关系的治疗”,其中融会了施奈德所说的“敬畏”,敬畏里有医治的奥秘。

到了2010年,在第一届存在主义心理学国际大会上,施奈德的主题报告向我们阐述了他的“基于敬畏的心理学”,主张“唤醒”我们文化里的敬畏,“唤醒”我们内心里的敬畏。在其感发之下,我还写了一篇文章:《回归良心》。

之后,我介绍施奈德跟南京大学生的赖永海教授认识。在2011年,南京大

学中华文化研究院邀请了施奈德来做两天的讲座。同时他又到南京直面心理咨询研究所来做讲座。我为他做翻译，一直陪着他，又跟他有个人的交谈，对他的思想就有了更为切近的了解。跟他在一起的时间里，他总会邀请我跟他一起探索思想，朝深处走。我记得他对我说过一句话：许多人的困难是走到深处，他的困难是待在浅处。事实上，施奈德是可以“深入浅出”的。记得他在南大讲演的时候，因为许多听众没有心理学背景，我建议他“浅”一些，他便让自己“浅”一些，而且“浅”得很精彩，“浅”得更受欢迎。

在人类科学的许多领域里，都有一些严肃而深邃的人，他们是学者、哲学家、科学家、艺术家、心理学家，他们有着施奈德所追求的“深”。这种“深”里，有一种单纯，有一种迷恋，也正是因为这种单纯和迷恋，他们有所独创，而人类需要这样的深度。存在心理治疗可以说是一种深度心理学，它的一个特征，就是让我们从浅入深，从琐屑的关注进入存在的根本。

说到这里，我想到孟德洛维兹(Ed Mendelowitz)讲的一个故事，是关于施奈德的。罗洛·梅被认为是“美国存在主义心理学之父”，而施奈德和孟德洛维兹都是他的学生。施奈德住旧金山，孟德洛维兹住波士顿。据孟德洛维兹讲述，有一天，施奈德要从旧金山到波士顿，临行前，罗洛·梅对他说：“你到波士顿去，我介绍一个人跟你认识，他叫艾德(即孟德洛维兹)。”于是，施奈德与孟德洛维兹在波士顿见面了。他们都是迷恋深思的人，见面之后就一边在街上走，一边探讨思想，不知不觉走累了，随意走进一个街边酒吧，坐下来继续谈论哲学、文学艺术、心理学。这时周围发生了一些变化，开始有女子跳裸体舞。他们这才发现撞进了一个有色情表演的酒吧。这时，孟德洛维兹说，他就无法专心谈论哲学了，而施奈德兴致正高，完全不理睬环境发生了什么。孟德洛维兹感慨：自愧弗如呀！

后来，在南京见到施奈德，就此事向他求证，他又深思良久，仿佛在追忆，然后慢悠悠地说：“我其实也是一个很感性的人。”

他的回答让我喜欢，在我的理解里，一个存在主义者不仅是深思的，更是感性的、情感的。

一个人的倾向，不是一朝一夕形成的。在施奈德跟我的通信中(包括在他的演讲和书中)会提到在他幼年发生的一个创伤事件：在他三岁那年，他七岁的哥

哥死了。施奈德把这看做是他个人生命中一个“存在性的经验”，他甚至说，这是他第一次接触“存在主义”。他讲道：“哥哥的死给我的家庭关系和常规生活造成了一个裂痕，在这个家庭里，曾经充满了那么熟悉的笑容和爱的行为，这时一下子陷入了痛苦与焦虑的旋涡，我成了一个被吓坏了的孩子。如果不是因为在这时得到一个儿童精神分析师的帮助，简直无法想象我的生活会变成怎样。”

他继续说道，那位分析师对他的生命有极深的参与，让他感受到一种“同在”（presence）的力量，这帮助年幼的施奈德尝试走进自己的生命体验里，渐渐把内心的害怕与恐怖变成一种惊异（wonder）与发现（discovery），并由此生发了想象与哲学的思考，最终引导他感受到心理学的魅力，尤其是存在一人本心理学和他之所谓“基于敬畏的心理学”的魅力。

在施奈德看来，最好的治疗是这样一个过程，其中不断发生一种转换：恐惧变成了惊异，惊异变成了恐惧，然后恐惧又重新变成了惊异。他说：“这种情形不正是我们每次参与内在的战斗所体验到的吗？我们这样做，直到我们最终经历到比恐惧更多的惊异感，或者获得了更整全的生命体验，不管它来自我们的认知、我们的情感或者我们的直觉。”

在30岁的时候，施奈德出版了第一本书：《过与不及》，这本书标志着他充分发现了克尔凯郭尔（Soren Kierkegaard）和贝克尔（Ernest Becker）的思想对临床心理学的意义。到目前为止，他一共写了8本书。

关于施奈德的思想，我们最需要了解的一点是，他有一个使命，并且对之孜孜以求：为心理学重设一个存在一人本主义的基础。在他看来，尤其美国的心理学，在过去一个世纪里，曾经几度转换。最开始，心理学建基于实验科学，然后是行为主义简化论和精神分析决定论，其后是认知心理学，最近又开始转向神经科学。但是，施奈德认为，在我们这个时代，心理学世界需要回答这样一个问题：人类失掉了存在根基意味着什么？追根溯源，人类的大多数麻烦都与这个基本问题相关，在各样心理痛苦机制（不管是认知的，还是神经的）的背后起主导作用的是深蕴心理学所说的“崩裂焦虑”（disintegration anxiety）和“本体不安全感”（ontological insecurity）。认知—行为心理学有一个概念，叫“灾难化思维”，它也可以证明失掉了存在根基与人类生活的关系。灾难化思维基于灾难化的经

验，它意味着，人类所经验到的害怕、恐怖和焦虑皆基于一种置身于宇宙的无助感(the sense of cosmic helplessness)。这种失掉根基的存在，一方面给人造成了恐怖感，另一方面又让人产生敬畏感。人类越是沉入存在的恐怖，越是孜孜以求解决之道。施奈德说：“我们正在致力于帮助心理学看到我们作为人类正在遭遇的两种情形——其一，悬置伤害给我们造成的无根基感和无助感；其二，发展一种全面参与这种无根基感的能力。”像维克多·弗兰克尔、罗洛·梅、欧内斯特·贝克尔、鲁迅以及其他，他们寻求的是：对惊异的体验，通向意义的可能性以及提升人类心灵的途径。

鉴此，当今时代的心理学面对的最大问题就是，当我们意识到这种失掉存在根基的事实之后，我们应当选择怎样活着、怎样应对甚至怎样发展得好。施奈德说：“这正是东西方伟大的神秘思想传统的相遇之点，在这个相遇之点上，我们发现了‘基于敬畏’的心理学。”

任何一个有所创导的思想者都不是孤立的，也不是从零开始的，在他们前面，已经有许多先驱给他带来思想的启发，成了他继续探索的根源或资源。当我问到对施奈德产生影响的思想渊源时，他列举了这些伟大的名字：蒂利希(Paul Tillich)、詹姆士(William James)、海契尔(Abraham Heschel)、贝克尔(Ernest Becker)、克尔凯郭尔(Soren Kierkegaard)、尼采(Friedrich Nietzsche)、宾斯万格(Ludwig Binswanger)、莱因(R. D. Laing)、布根塔尔(James Bugental)和梅(Rollo May)。而在他的个人生活里给他带来影响的人中，他首先提到他的母亲，他说他的母亲“有敏锐的心理学头脑”。他又讲到他的父亲，他的父亲的博士论文主题是“培养孩子的创造力”。在施奈德眼里，在培育孩子的人本主义精神方面，父亲是一个卓越的教导者和极具创意的人。在施奈德的成长环境中，他接触到许多人本主义心理学的书籍和研究论文。

至于施奈德在心理学上的成就，他自述，这得益于他的导师罗洛·梅和布根塔尔的启发。他致力于发展存在整合模式的心理治疗，培育“基于敬畏”的心理学，对于把存在—深蕴心理学应用于社会、政治和宗教生活领域有着广泛兴趣，他自视为心理学和哲学领域存在—神学或存在—灵性思考的当代承传者。他的工作，是为了展示这些不同视域的丰富性，使人类过完全的、充满活力的生活，而

不是片断的、简单的“超凡脱俗”的生活。这种全面而有活力的生活，是对悖论的整合，是向存在的进化不断敞开。

总体来说，施奈德心理学思想的核心关注是：人类与宇宙存在的无限性的关系。从哲学的角度来看，面对无限的存在，人类的生活是一个渺小与伟大的悖论：我们既渺小又伟大；我们既独立于那伟大的生命链，又是属于它的一部分。不管怎样，“一种充满爱意的悬置也许是我们能够达到的最高境界”。

最近一些年，施奈德开始了在中国的游历，中国给他带来了极大的启发，这启发来自以下这些方面：中国古代的智慧，当今时代的抗争以及对纯洁精神的寻求。在他看来，东西方文化在存在主义思想上的相遇恰逢其时，可以通过彼此的学习，实现人类生活的平衡与活力。施奈德在中国参加了两届存在主义心理学国际大会，并在南京、北京、上海、广州等地做了一系列演讲，这些经验让他看到了许多中国学生和中国心理学同行对存在心理学的热情，对此，他的内心充满了喜悦与认同。他说：“我在中国和东方的游历让我得益良多，我有这样一个期望：我们这一代人终会实现我们先辈的展望——心理学能够真诚体现人性的关怀。”

这套“存在心理治疗”译丛一共五本书（其中，《人本主义心理学手册》分为上、下两册），我在这里不一一介绍。事实上，在每本书的序言里，都对其中的心理学思想做了很好的阐述。我相信，存在心理治疗将在中国的社会文化土壤里生根、成长和结果，产生出越来越重要的意义。

最后，我受安徽人民出版社的邀请，具体来说，是郑世彦先生直接跟我联系，让我承担这套“存在心理治疗译丛”的主编。后来证明，我有点受之有愧。我对各位译者关顾太少，出力也少。而且我做事有一个坏习惯，总是把事情拖在最后，包括这个序，都是被“逼”出来的，迫不得已而为之。各位译者做了独立的工作，责任编辑张旻、郑世彦两位做了很多的贡献。但我做得太少。写出这一点，也是为了表达一下歉意，对译者、编者、读者。

南京直面心理咨询研究所

王学富

前言

本书为存在和主流之间在实践方面的协作开了一个新的篇章。本书以我与已故的罗洛·梅(Rollo May, 1995)合著的初版存在整合教科书《存在心理学》(*The Psychology of Existence*)为基础,将治疗会谈推进到了新一代的学者和从业者身上。这一代的学者和从业者见证了心理学中管理式医疗与标准化运动所产生的影响之起起伏伏,同时,他们还见证了新的、更为多样化的实践中相似的起伏。尽管这些实践并没有支配整个治疗领域,但是正如本书所证实的,它们的位置正越来越凸显。

因此,本书不仅代表了《存在心理学》的最新版本,还对有关临床的章节进行了扩展;同时,它还标志着一种迫切的请求。请求心理治疗团体清醒过来,承认多样化实践的存在(existential)维度;因为不考虑存在的维度——对人与存在之关系的理解——这样的实践通常情况下就会转变为适应性的仪式、削减的或消除的“策略”,而这些仪式或策略只能减轻症状,并不必然会使个体发生转变。因此,本书是一个贮藏之所——不仅充满着热情,而且还非常广阔——贮藏着多样化实践的存在维度。这些维度适用于大量的取向、理论以及临床人口,而且,在我看来,它们还很有说服力地表明,如果我们想要推进使生活发生完整的、质的转变这一事业的话,那么,存在和主流之间的协作不仅合乎需要,而且绝对必要。本书所涉及的范围是对少数民族、男性同性恋者、女性同性恋者、单身女人、儿童、患有严重障碍的患者、老年人、酗酒者、恐惧症患者以及临终的患者所进行的存在整合治疗实践。同样,本书还论证了存在敏感性与大量显然不同的理论取向之间的相容性。这些包括存在实践与认知—行为的、精神分析的、宗教的甚至是短期的取向与干预之间的整合。

总而言之,本书强调了存在的态度(attitude)在不同文化、不同诊断、不同取

向中的重要性。学生们只要形成了这种态度，他们就会成为更有价值、更为圆满的促进者。这种在很大程度上支持我们从业者所珍视之物的核心态度是什么呢？这种态度就是在场（presence）——深刻的、持久的，也是不受约束的，同时它也是我们当代公开宣称的策略之一；而这些元素，是我们全国标准化培训和服务设备中既不培育，也不看重的。

本书将会阐明在各种各样的环境和方法学中，在场（presence）、深度（depth）以及无束缚性实践（emancipatory practices）的重要性，而且，它还将为成长中的受训者和感兴趣的从业者提供按部就班的全部技能，以指导和提高他们的服务。不过，与此同时，本书并不是一本简单地教读者如何去做的手册，用来对整合的治疗实践加以系统化。相反，它是一部探索的纲要，在与其存在整合哲学基础保持一致的同时，为治疗最深入的领域提供指导方针。

最后，本书是存在整合治疗团体内许多关注、奉献于这个领域的灵魂的化身，不过，首先，我要感谢我伟大的老师罗洛·梅（1909—1994）、詹姆士·布根塔尔（James Bugental）以及伊丽莎白·布根塔尔（Elizabeth Bugental）。他们从未退缩，进行了大胆的研究，或者是提倡大胆的探究。梅是最先开始这项存在整合事业的，而詹姆士·布根塔尔和他非凡的妻子伊丽莎白是把存在整合实践手把手传递给我的推进者。对他们每一个人，我都要表达我坚定的感激之情。

其次，我要感激本书中的参与者，他们牺牲了自己的时间、精力，甚至是舒适的专业领域，来开垦治疗理论与应用中的新天地。我会永远地感谢你们。

再次，我要感谢本书的编辑乔治·齐马（George Zimmar），感谢他提出了自己大胆的见解，还有对这项事业的投入。

科克·J·施奈德（Kirk J. Schneider）

目 录

导 言	001
-----	-----

第一部分

存在整合心理治疗的新近与未来趋势

第一章 从分离到整合	013
------------	-----

第二章 学生的观点:培训过程中的存在心理治疗	022
------------------------	-----

第二部分

存在整合取向的指导方针

第三章 存在整合取向的理论	033
---------------	-----

第四章 存在整合理论的治疗含义	047
-----------------	-----

附 录	088
-----	-----

第三部分

存在整合模型的案例阐释

第五章 关于多元文化的存在整合取向	097
拉丁美洲人的心理灵性	莉莲·科马斯—迪亚斯 / 098
一种非裔美国人的视角:达林的案例	多纳德里安·L.赖斯 / 109
人格主义的存在主义:一种本土美国人的视角	罗亚尔·阿尔舒普 / 120
第六章 关于性别、权力和性的存在整合取向	127
女性疗法,一种创造意义的实践:没有权力,哪有意义?	劳拉·S.布朗 / 128
一种女性同性恋和男性同性恋的视角:马西娅的案例	琼·蒙海特 / 139
女性与中年危机:安妮·塞克斯顿情结	艾琳·塞林 / 146
第七章 短期存在整合实践的创新	165
对短期存在一人本主义治疗的初步概述	詹姆士·F.T.布根塔尔 / 165
与中国来访者的短暂会心:彼得的案例	约翰·高尔文 / 169
第八章 关于成瘾的存在整合策略:酗酒	176
关于酗酒的一种视角:查尔斯的案例	芭芭拉·巴林杰 罗伯特·A.马塔诺 艾德里安娜·C.阿曼蒂 / 177
第九章 从存在整合视角来看灵性问题和宗教问题	186
用存在整合取向治疗有宗教问题和灵性问题的来访者	路易斯·霍夫曼 / 186
第十章 存在整合实践的认知行为创新	201
焦虑障碍中的存在议题及其治疗	巴里·E.沃尔夫 / 202
语言和意义:接受与实现疗法和存在整合模型	卡拉·邦廷和史蒂文·C.海耶斯 / 215

第十一章 治疗严重疾病的存在整合取向·····	232
但丁的痊愈:精神分裂症与二人旅程·····	丹尼尔·多尔曼 / 233
关于分裂的思考:克里斯蒂娜与谜一般的自我·····	艾德·孟德洛维兹 / 243
第十二章 存在整合对于主体间的强调·····	265
关联:存在主义取向与精神分析取向的聚合点·····	丹尼斯·波特努瓦 / 266
关于“本体论无意识”的自传体反思与理论反思·····	····· 罗伯特·D.斯托洛罗 / 280
转变,自我对自我的承认与有效行动·····	戴安娜·福沙 / 289
第十三章 存在整合儿童治疗·····	320
儿童的内在感:乔伊的案例·····	斯蒂芬·柯廷 / 321
第十四章 存在整合取向与死亡和濒死的相遇·····	332
共游丧失之海:一个针对老年人的团体进程·····	····· 伊丽莎白·K.布根塔尔 / 333
对抑郁和濒死的反思:卡罗尔的案例·····	汤姆·格里宁 / 342
概要和结论·····	346
索 引·····	348
译者简介·····	375
译后记·····	376

导 言

存在整合心理治疗：一个新时代

在具有里程碑意义的著作《存在》(*Existence*)中,罗洛·梅概述了20世纪最大胆的心理学议程之一。他写道,存在心理学

并不是旨在创立一个新的流派来反对其他的流派,也不是提出新的治疗技术以反对其他的技术。相反,它试图分析人类存在的结构——这一项事业如果成功,我们就能理解处在危机之中的人类所有情境背后的现实。(1958,p.7)

相信梅的提议所表现出来的雄心将会有很大的发展,今天,我们可以看到,他的雄心不仅恰当,而且很有预见性。例如,当代的存在心理治疗既不是一个流派,也不是一种系统的学说;但是它却对各种各样的心理实践都产生了稳定、持久的影响。事实上,存在心理治疗的地位很具有讽刺意味,它是一种在专业领域中具有最广泛影响,但却最少为官方所接受的取向(参见 Norcross, 1987; Yalom, 1980),或者,正如资深的研究者约翰·诺克罗斯(John Norcross, 1987)所说,“存在取向通常是临床实践的基础,但却没有得到明确的认可或认识”(p.42)。

在诺克罗斯做出这种陈述之后大约20年的今天,他的那些话语甚至更为贴切。例如,我们可以看一下,在那些传统上并不将自己确定为存在取向的治疗者中,所爆发出来的对于存在取向实践的兴趣。在存在取向的各种主题中,这些治疗者现在所支持的有正念(mindfulness)、与此时此地的协调(attunement to the

here and now)、深化情绪场景(deepening the emotional scene),以及培养对于不可控制情感的耐受性,而不是先发制人地对其进行调整(例如,参见 Fosha, Bunting & Hayes, and Wolfe 的贡献,第三部分)。

存在心理治疗在专业人士中得到了模棱两可的认可,这也表现在许多学生同样混杂的反应之中。尽管大量主修心理学的学生对一些独立的存在主题产生了兴趣(而且经常是深深地被其打动),但他们仍然对这种作为一个整体的治疗取向感到困惑,而且,像下面这样的评论并不罕见:“存在主义心理学方面的读物令人非常着迷,但是该如何应用它们呢?”或者“我感觉这些材料触及了我内心深处的某种东西,也触及了我的来访者生活中的某种东西;我只是不知道它是如何触及的、为什么会触及。”

对于学者中这些大相径庭的态度,我们该如何做出解释呢?对于理解心理现象来说最为强有力的资源之一,同时也是最难一致地加以讨论或应用的资源之一,这究竟是怎么回事儿呢?这些问题的答案,有一部分无疑就在于这个项目本身的复杂性。任何旨在“对处于危机之中的所有……人类背后的现实做出理解”的取向,都必定是一种让人难以捉摸的取向。不过,这个问题有一部分却取决于我们存在取向的从业者本身。虽然我们已经在理论和治疗方面做出了勇敢的贡献(例如,参见 Bugental, 1976, 1987; Cooper, 2003; May, Angel, & Ellenberger, 1958; Yalom, 1980),但是我们必须出于实践临床运用的目的而将它们富有凝聚性地整合到一起。我们也已经在反应性的(reactive)而不是前摄性的(proactive)论述方式上投入了大量的精力,正如诺克斯(1987)在 20 多年前所观察到的:

在过去……人们通常将存在主义治疗界定为是反对其他治疗的;也就是说,以一种反应性的或消极的方式对其加以界定……在将来,存在主义治疗必定会向前迈进,出现一种支持某物的定义;也就是说,以前摄性的或积极的方式对其加以界定。通过这样做,其同一性就必定会坚定地植根于一致且有用的理论结构之中。(p.63)

但是,甚至更为重要的是,诺克斯宣称,“**必须具体地参照治疗过程和结果**来对存在主义治疗师的实践进行考察”[加上斜体,表示强调](p.63)。

尽管存在主义团体中有一些人可能会对诺克斯的辩解感到很生气,但是,我相信,他们完全可以给予它细心的关注。例如,存在主义治疗对它曲高和寡、不尽其用的局面还能维持多长时间?存在取向的从业者对与其矛盾的理论传统的合并以及由此导致的自身观点的淡化还能容忍多长时间?最后,存在主义理