

曾文星教授心理治疗丛书

PSYCHOTHERAPY:  
Supervision and Application

A close-up photograph of two hands shaking, symbolizing agreement or support. The hands are rendered in a golden, metallic-like texture against a warm, orange-gold background.

# 心理治疗： 督导与运用

曾文星 © 编著



北京大学医学出版社

曾文星教授心理治疗丛书

# 心理治疗：督导与运用

Psychotherapy: Supervision and Application

曾文星 编著

北京大学医学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

心理治疗：督导与运用/曾文星编著. —北京：北京大学医学出版社，2008.10

ISBN 978-7-81116-551-7

I. 心… II. 曾… III. 精神疗法 IV. R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 041273 号

## 心理治疗：督导与运用

---

编 著：曾文星

出版发行：北京大学医学出版社（电话：010-82802230）

地 址：(100191) 北京市海淀区学院路 38 号 北京大学医学部院内

网 址：<http://www.pumpress.com.cn>

E - mail: [booksale@bjmu.edu.cn](mailto:booksale@bjmu.edu.cn)

印 刷：北京瑞达方舟印务有限公司

经 销：新华书店

责任编辑：许 立 责任校对：金彤文 责任印制：张京生

开 本：850mm×1168mm 1/32 印张：12.5 字数：317 千字

版 次：2008 年 10 月第 1 版 2008 年 10 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-81116-551-7

定 价：33.50 元

版权所有，违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

## [编著者简介]

### 曾文星

本籍：台湾省 台南人

学历：台湾大学医学院医科毕业

台湾大学附属医院精神科住院医师专科  
训练

美国哈佛大学医学院精神科进修

曾任：台湾大学医学院精神科 讲师

美国夏威夷东西文化中心 研究学者

世界精神医学会文化精神医学分会 会长

现职：夏威夷大学医学院精神科 教授

聘任：北京大学精神卫生研究所 客座教授

世界文化精神医学协会 会长

世界精神医学会文化精神医学分会 荣誉顾问

美国精神医学会 卓越终身院士

专长：心理治疗 文化精神医学

合著：心理治疗：原则与方法（北京医科大学出版社，2000）

心理治疗：理论与分析（北京医科大学、中国协和医科大学联合出版社，1994）

心理治疗：学说与研究（北京大学医学出版社，2005）

最新精神医学（水牛出版社，1988）

现代精神医学（水牛出版社，1994）

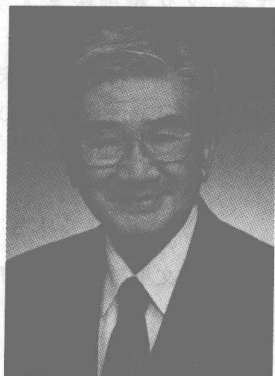
新编精神医学（水牛出版社，2003）

文静心理卫生丛书（十二册）（水牛出版社，1989 - 1996）

文化、心理与治疗（Culture, Mind and Therapy: Brunner/Mazel, 1981）

文化与家庭：问题与治疗（Culture and Family: Problems and Therapy: Haworth, 1991）

文化与司法精神医学（Cultural Competence in Forensic Mental Health: Brunner-Routledge, 2004）



- 适合文化的健康医疗 (Cultural Competence in Health Care: Springer, 2008)
- 专著: 文化精神医学大全 (Handbook of Cultural Psychiatry: Academic Press, 2001)
- 文化精神医学临床指南 (Clinician's Guide to Cultural Psychiatry: Academic Press, 2003)
- 编著: 心理治疗普及丛书 (十本) (北京医科大学出版社, 2001 - 2002) [简体版]
- 心理治疗普及丛书 (十本) (香港中文大学出版社, 2004) [繁体版]
- 曾文星教授心理治疗丛书 (六本) 北京大学医学出版社 (2008)
- 主编: 华人的心理与治疗 (北京医科大学、中国协和医科大学联合出版社, 1997)
- 合编: 中国文化与心理卫生 (Chinese Culture and Mental Health: Academic Press, 1985)
- 亚太地区自杀行为 (Suicidal Behavior in the Asia-Pacific Region: Singapore University Press, 1992)
- 中国社会与心理卫生 (Chinese Societies and Mental Health: Oxford University Press, 1995)
- 移居与适应 (日本评论社, 1996) [日文]
- 文化与精神病理 (Culture and Psychopathology: Brunner/Mazel, 1997)
- 文化与心理治疗 (Culture and Psychotherapy: American Psychiatric Press, 2001)
- 文化与临床精神医学 (Cultural Competence in Clinical Psychiatry: American Psychiatric Publishing, Inc. 2004)
- 亚洲文化与心理治疗 (Asian Culture and Psychotherapy: University of Hawaii Press, 2005)

## [共同作者]

### 提供个案资料并参加编写的共同作者名单 (按笔画排序)

**丛中教授** 北京大学精神卫生研究所教授。主要从事心理治疗的工作与教学，特别研究成语在本土性心理治疗中的运用。

**田峰副教授** 山西医科大学第二医院精神卫生科副主任医师。从事精神卫生与心理治疗工作。

**朱金富教授** 河南省新乡医学院心理学系副主任，新乡医学院第二附属医院主任医师、教授。主要从事临床心理咨询与治疗工作，特别是本土性的心理治疗研究。

**陈一心所长、副教授** 南京医科大学脑科医院副教授，儿童精神卫生研究中心所长。主要从事儿童心理治疗工作。

**林红博士** 北京大学精神卫生研究所儿童心理卫生助理研究员、主治医师，北京大学临床心理中心办公室主任。主要从事儿童与青少年的心理研究以及孩子和家长的心理辅导。

**黄韦钦医师** 中国台湾桃园桃园疗养院精神科医师。主要从事住院病人与门诊病人的心理治疗，包括催眠治疗。

## 丛书总序

《曾文星教授心理治疗丛书》共六本，这些书是自从一九七〇年出版第一本（繁体）以来，先后陆续出版的姐妹本。这套丛书的特点是从简单而易解的原则与方法开始，逐渐说明心理治疗上如何会谈与操作，介绍所需知晓与运用的理论与学说，包括基本的学说，进而讨论如何配合所依据的学理而透彻了解病情，并树立治疗的策略，运用于实际的操作，然后经过督导而去提高操作的水准。本丛书是配合治疗者的学习程度而可去按序阅读的有系统、有连贯性的一套书。

这六本书也反映着本人将近四十年来对心理治疗上的了解层次的进展，也显示了自己对心理治疗教学的学术生涯的逐步演变与发展，以及社会专业学者们对心理治疗的学识上所需要的时时提高的表现，是个人与社会并行进展的相互反应结果。

此丛书开头三本，即：第一本至第三本，是本人与徐静教授共同书写。我们夫妇俩有五十年来共同学习、进修、工作、研究与书写的专业背景，以及一起成家立业的长年缘分与关系，能合作一起著写我们所心愿的书籍是一件很有意义的事情。

至于后面三本，即：第四本至第六本，是依靠华人学者们共同参与书写而编著完成。在过去三十五年的光阴里，我们很关心并协助华人同事们对文化与心理卫生或心理治疗方面的进修。除了邀请许多学者先后参加国际会议，有机会与

国外学者们做学术交流，或者共同进行研究工作以外，还屡次举办有关心理治疗的讲习班。这些跟我们夏威夷有关的华夏学者们，特别对心理治疗有兴趣的，被邀请提供他们过去治疗过的实际临床个案经验，构成第四、五、六本的基本资料，并经由本人编辑与书写，是共同合作著写的成就。

最后要感谢北京大学医学出版社陆银道社长的好意，建议把早期出版过的有关心理治疗的姐妹书跟目前书写的合并起来，以丛书的形式共同出版，方便当前对心理治疗很关心的学者与医师们能使用此套丛书，有系统地一起先后阅读。对于陆社长的远见以及长年的赞助表示衷心地感谢。相信这套丛书的发行能促进华人心理治疗水准的提高，推动我们社会的心理卫生事业。

曾文星

夏威夷 檀香山

2007年6月5日



## 前 言

这是《曾文星教授心理治疗丛书》的第六本，主要重心放在心理治疗的督导。目前人们普遍地对心理治疗感到很需要，而医疗教学系统也正在用心针对专业人员进行有关心理治疗训练，所以我决定编著这本书。其主要目的是：如何有系统地教导受训的精神科医师及临床心理学家或其他专业人员，让他们获得有关心理治疗施行的基本知识，学习心理辅导的各种实际操作与要领，并且经过督导的过程培养并提高心理治疗的临床能力。此书按照实际的教学课程的形式书写，讲解其道理，并且就临床个案做分析与说明，提供切实的操作建议。

本书里所书写的内容是我数十年来从事教学或讲学的经验积累，所使用的个案都是实际治疗或督导的个案。大多是国内华人的案例，以用来做操作上的说明或督导方面的讨论。过去我跟国内学者共同从事研究或教学的工作，常常在一起讨论个案的治疗问题。近来有几位国内的年轻同道们，经过特别安排，先后来夏威夷大学医学院精神科进修，共同学习心理治疗。本书采用了他们所提供或讨论的个案，用来做个案的详细说明与讨论，在此感谢他们各位的协助与贡献。除了大部分是华人的例子，有些个案是在美国夏威夷临床教学与督导所接触的例子，虽然是当地各个不同民族背景的病人，其生活方式与病情可能和华人略有不同，但是很适合讨论治疗上的技巧与督导的问题，而且可以通过文化的层次而加以

说明与解释，相信也会适合华人学者与临床心理学家的阅读。这些中外个案的私人性资料都加以适当的修饰，以便保护病人的隐私。

此书共分三部分，前一部是关于心理治疗督导的总论，主要说明督导的目的、不同的督导模式以及督导上要考虑的各种问题。第二部是就各种实际案例而施予督导的情形，按不同的要点而分章，而每章均有数个案例。提供案例的同道学者们，虽然他们本身对心理治疗已经有良好的经验，但在第二部里，他们以治疗者的身份接受督导，以方便讨论督导的实际操作。第三部说明治疗者如何随时自己扮演督导者来督导自己，自我训练，以提高治疗上的水准。

心理治疗的施行要以学理与知识作为基础，但其实际操作要依靠专业的经验与技术。因此，学习心理治疗的实施，最好要依靠有经验与教学能力的督导者来指点，经过督导来学习实际上的知识与技巧。但是目前国内有经验的资深心理治疗者不多，难以提供所需的督导工作；同时针对督导方面的书籍也很少。因此，我们决定编著此书，希望能提供有关督导工作上需要的一般知识与要领，了解需要注意的各种事项，包括如何帮助初学者或受训人员去避免各种错误，减少困难，并且提高对病人的了解与治疗的要领。由于如何实施督导是一种特殊的专业知识、技巧与要领，所以在此书里作了详细的解释与建议，帮助教学的教授们与临床督导者们作为实施督导的参考。同时这本书也可以让初学者亲身体会并了解施行治疗时需要注意哪些方面的事情，如何提高自己实施治疗的临床能力。因此，我们期望本书除了可以为督导者们提供参考而实施督导与教学之用以外，同时还可做为教科

书而被受训学员们使用，有双重的作用。

最后要感谢北京大学医学出版社陆银道社长的远见与长期的赞助，在多年的光阴里，有恒心的支持，先后连贯性地出版有关心理治疗的书籍，有系统地提供有关心理治疗的必读书籍，促进心理治疗水准的提高，推进我们社会的心理卫生事业的发展。也要感谢程伯基总编辑、庄鸿娟副总编辑数年来的协助，以及这次许立编辑对本书的细心编辑，使这本书能适合国内同道们的阅读与运用。在此一并致谢。

曾文星

夏威夷 檀香山

2008年6月5日

# 目 录

## 第一部 心理治疗的督导

第一章 督导的目的与需要	3
心理治疗的基本教学方法	3
实际的临床工作与经验	4
专题研讨会：有系统且逐步地积累与具备专业知识	5
个案讨论会：提高了解病情的能力与治疗策略的适当选择	6
临床督导：实际的临床锻炼与修正	7
临床督导的目的、功用与需要	8
协助治疗者选择适当的个案做治疗	8
帮助治疗者有深度地了解个案的病情概念	11
督导治疗者养成能抓住问题重心与要点的能力	17
协助治疗者思考并决定治疗的方向与策略	18
纠正治疗者操作会谈的要领与技巧	20
讨论并帮助治疗者采用适当的治疗模式	25
协助如何分析病情而进行指点的要领	26
督导“治疗者与病人”的治疗上关系	27
无形中两方呈现的“转移关系”	31
协助治疗者发觉、处理并运用“转移关系”	33
帮助治疗者去避免跟病人发生非职业性关系	36
监督治疗者避免采取不符合医德的措施	37
支持治疗者的心情与处境，并协助处理心理上的负担	38

启发治疗者的个人优点与特性 .....	39
<b>第二章 各种不同的督导模式 .....</b>	<b>40</b>
<b>经过治疗者的摘要性报告而给予督导 .....</b>	<b>40</b>
摘要性督导的进行方式 .....	40
摘要性督导的实例情况 .....	41
摘要性督导的好处 .....	42
摘要性督导的短处 .....	42
<b>由治疗者作详细报告而接受督导 .....</b>	<b>43</b>
仔细督导的进行模式 .....	43
仔细督导的实例情况 .....	44
仔细督导的优点 .....	46
仔细督导的缺点 .....	46
<b>观看会谈录像记录而作评论与督导 .....</b>	<b>48</b>
看录像督导的方法 .....	48
看录像督导的实例情况 .....	49
看录像督导的特点 .....	49
看录像督导的缺点 .....	50
<b>会谈中督导者在座，旁观性观察而事后做评论与督导 .....</b>	<b>51</b>
在场观察后督导的办法 .....	51
在场观察后督导的实例情况 .....	52
在场观察后督导的用处 .....	53
在场观察后督导的短处 .....	53
<b>督导者做示范性会谈而事后做回顾性督导 .....</b>	<b>54</b>
示范与督导的尝试 .....	54
示范性会谈后的讨论情况 .....	55
示范与督导的功用 .....	56
示范与督导的缺点 .....	56

督导者与治疗者共同施予治疗会谈，事后回顾与讨论 .....	57
共同治疗后督导的模式 .....	57
共同治疗的实例情况 .....	58
共同治疗与督导的优点 .....	59
共同治疗后督导的缺点 .....	60
群体治疗者轮流治疗同一病人，事后作讨论与督导 .....	60
轮流会谈与督导的特殊方法 .....	60
轮流会谈与督导的实况 .....	61
轮流会谈与督导的特别用处 .....	62
轮流会谈与督导的考虑与短处 .....	63
结语：各种督导模式的综合性运用 .....	63
<b>第三章 督导上需要考虑的各种问题 .....</b>	<b>65</b>
督导者与被督导者的基本相互关系 .....	65
被督导者的性格与被督导的动机 .....	66
督导者与被督导者的背景差距：个人因素、学术取向、 文化背景 .....	68
督导者的督导要领：灌输教导、提供榜样、自我逐渐体会 .....	70
督导者在督导上需要特别注意的事情 .....	71
督导者的训练 .....	72
<b>第二部 心理治疗督导的各种案例</b>	
<b>第四章 会谈的要领与辅导方向的督导 .....</b>	<b>77</b>
个案一 从童年就开始不高兴的中年妇女（田峰） .....	77
个案二 想惩罚发生婚外情的丈夫而自己找男人的妻子 （朱金富） .....	84



个案三	被揭露内心情感而气愤自杀的精神病女患者·····	219
第十一章	儿童与青少年的辅导·····	222
个案一	聪明、漂亮，但失去两个父亲而忧伤的女孩子 （林红）·····	222
个案二	恐惧、记仇、爱报复、让老师头痛的小男孩 （林红）·····	251
个案三	因早恋而痛苦、学校也放弃了的小东（林红）·····	285
第十二章	婚姻治疗的督导·····	310
个案一	因治疗师提议暂时分居而来向治疗者发脾气的妻子 （朱金富）·····	311
个案二	预期企图自杀的丈夫与抱怨几乎被遗弃的妻子 ·····	315
第十三章	家庭治疗的督导·····	323
个案一	患终期癌症而将死亡的妇女及难于沟通话别的家人 ·····	323
个案二	孩子揭露家丑而家长不肯再来接受家庭治疗 （陈一心）·····	331
第十四章	辅导进展过程上的督导·····	336
个案一	跟父亲吵架而跳楼想自杀的年轻男人（第二部） ·····	336
个案二	知道将更换治疗师而常打电话来的病人·····	343
<b>第三部 心理治疗的自我学习与运用</b>		
第十五章	自我督导与学习的各种途径·····	351
自我督导的课题与检讨的范围·····		351
阅读有关个案的辅导案例·····		354



个案讨论会：同道们的相互比较、评论与建议·····	355
累积治疗与辅导的临床经验·····	357
尝试各种不同的辅导模式·····	359
听取病人的评判与建议·····	359
自我心理的分析与领悟·····	360
从文学作品的故事内容领悟对人性与心理的分析·····	363
从格言、成语与典故等文化产品而学习人的心理与适应 ·····	367
从传统思维体会对心理健康的看法·····	368
结语：自我学习、继续成长·····	371
<b>第十六章 总结：从经验里学习与发挥运用·····</b>	<b>372</b>
人生经验、个人成熟与学习发展·····	372
对各种治疗模式的熟练、适当地选择与综合性运用·····	374
发挥自己的长处·····	376