

移情与投射

原著：Jan Grant · Jim Crawley

翻译：张黎黎

审校：贾晓明

北京大学医学出版社
北京大学出版社

心理治疗核心概念系列丛书

移情与投射

——自体之镜

Transference and Projection

——Mirrors to the self

原著 Jan Grant

Jim Crawley

翻译 张黎黎

审校 贾晓明

Jan Grant, Jim Crawley

Transference and Projection

ISBN: 0 335 20315 9

Copyright © Grant & Crawley

Original language published by The McGraw-Hill Companies, Inc. All Rights reserved. No part of this 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.

Simplified Chinese translation edition jointly published by McGraw-Hill Education (Asia) Co. and Peking University Medical Press.

本书中文简体字翻译版由北京大学医学出版社和美国麦格劳-希尔教育(亚洲)出版公司合作出版。未经出版者预先书面许可,不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

本书封面贴有 McGraw-Hill 公司防伪标签,无标签者不得销售。

北京市版权局著作权合同登记号:01-2006-0461

图书在版编目(CIP)数据

移情与投射/(澳)格兰特原著,(澳)克劳里主编;
张黎黎译.—北京:北京大学医学出版社,2007.7

(心理治疗核心概念系列丛书)

书名原文:Transference and Projection

ISBN 978-7-81116-178-6

I. 移… II. ①格…②克…③张… III. 精神疗法 IV.
R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第030028号

移情与投射

翻. 译:张黎黎

出版发行:北京大学医学出版社(电话:010-82802230)

地 址:(100083)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

印 刷:北京瑞达方舟印务有限公司

经 销:新华书店

责任编辑:冯智勇 责任校对:金彤文 责任印制:张京生

开 本:889mm×1194mm:1/32 印张:6.375 字数:148千字

版 次:2008年1月第1版 2008年1月第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-81116-178-6

定 价:18.00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)

中文版序

去年在北京大学医学部参加一个有关心理治疗的学术活动时，北京大学医学出版社的编辑冯智勇将一套外文丛书放到了我的面前。书有十几本，每本不厚，但看起来却精致、有韵味。一拿起便再没有放下，由此就有了今天的这套“心理治疗核心概念丛书”的翻译出版。

作为这套丛书翻译的负责人，我审校了全部书稿，这使我有先睹为快的机会。在翻译和审阅过程中，我常禁不住为书中的精彩话语拍案叫绝，感叹丛书作者对人性的反思，佩服丛书作者拥有的心理治疗的渊博知识和深邃的智慧，也常常产生强烈的共鸣感，引起许多的思考，甚至有一种想与作者进行交流的冲动。由此翻译和审校也就不觉得辛苦，反而是一种愉悦之事。

那么究竟这套丛书具有哪些特点呢？

首先，这是一套强调理论而不是实践的丛书，但是它的精妙之处在于不是空泛地讨论理论，而是特别阐述理论在临床实践中的涵义，看到概念或者理论怎样影响治疗，而治疗又如何影响理论的形成，使理论好似有了生长的沃土，与实践有了很好的结合。

二是，丛书的每一本书籍是以某一心理治疗的核心概念入手，如心理治疗的环境、移情、阻抗等等，从核心概念出发，介绍这一概念的发展脉络。丛书打破学派之间的隔阂，清晰地

介绍不同学派对某一核心概念的理解。因此书的重点是不同理论关于这些名词实质性的观点和差异，而不是某一个理论对这些概念的分类或详细解释。或者丛书所展现的是不同学派理论使用的术语不同，但是可能所指的内涵相同；或者使用的术语相同，但其中的涵义却有差异。丛书很好地阐明了各个学派在治疗患者方面的接近，如人格障碍，表明了各学派是怎样相互的理解与融合的，让人不仅知其然而且知其所以然。

三是，这是一套百科全书式的丛书，每本书关于某一核心概念所涉及的领域极为广泛，从经典弗洛伊德精神分析，到近十几年来最新发展的、前沿的心理治疗理论，甚至包括从古至今的民间习俗，东方文化中的宗教传统。

另外，每本书涉及的学者众多。丛书中所出现的人名曾让我们觉得眼花缭乱，虽然有许多我们耳熟能详的名字，但同时也出现了大量未知的相关学者。这使人不得不佩服作者们渊博的知识以及广博的胸怀，看到他们对其他学者包括对不同领域的努力的尊重。

此套丛书让本人由衷的敬佩，不仅是作者们精深的专业水平，而且是他们对待心理治疗的反思及豁达的态度。本人认为这对刚处于心理治疗与咨询发展初期的中国同行来讲，显得尤为珍贵。

丛书以精神分析学派的学者为多，但在介绍其他学派时，内容极为中肯，介绍自己遵从的学派时客观而平实，显示出一种大家风范。有的书是由两个学派完全不同、观点非常对立，甚至来自不同国家的学者共同完成。其写作方式是针对该书的核心概念某人写作一章，另一人对其写作的内容进行点评，并阐述自己的观点。里面没有相互的攻击、贬低，有的是彼此的尊重，以及相互撞击出的智慧的火花。

丛书由此展现的，也许早已超出了其所传递的知识，更传

达出一种需我们牢记在心的精神和理念，即心理治疗最重要的是让来访者真正受益，而不是表明哪个学派更正确，哪个治疗师更聪明。治疗师和来访者一起对人类本身，对人性进行的有益探索，每位治疗师和来访者为此都做出了重要的贡献。

另一让人尊敬的，是丛书作者的自我反思能力。作者结合所写的内容，不断进行自我反思。这实为心理治疗师的一种境界。目前关于边缘人格障碍（BPD）的讨论很多，即使在中国，培训中个案病例报告也多呈现的是被认为 BPD 的患者，在生活中圈中人不乏给某些人戴上 BPD 的帽子。丛书对这一现象也做了反思，文中写到 BPD 的诊断也许是一种职业上的防御，是专业人员感到压力而戴在来访者头上的一顶帽子，由于我们有话语权，当遇到我们觉得无法理解和面对的个案时，给其戴上一顶诊断的帽子无疑是一种很好的自我保护方法，因为我们的专业能力和信誉受到了挑战，而也许委屈的是来访者。

作者的反思也许给予我们这样的警示，即当一个人的内心是真正比较安全的，对自己有着充分的自信时，会更坦然面对来访者的各种问题，以及所遇到的各种挫折。这远比心理治疗的技术要重要得多。

最后，谈一点翻译的问题。

这套丛书的翻译队伍，是由一个年轻的翻译群体组成，成员均是近几年毕业的心理咨询与治疗方向的博士、硕士。他们不但有着年轻的热诚，而且也有着良好的专业基础以及一定的心理咨询与治疗的实践。为了保证翻译的一致性和准确性，翻译团队几次聚会讨论，对丛书中的人名进行统一翻译，同时对于一些疑难词汇进行反复讨论，对每本书的翻译难点进行集体攻坚，也征询其他同行的意见。由于出版时间的原因，真正翻译此书的时间并不长，每位作者都做了极大的努力，但是由于

经验上、时间上等主客观原因，使本套丛书的翻译难免有疏漏之处，也希望得到读者们的指正。

写作是一个成长的过程，翻译也是一个成长的过程。在共享人类智慧时，愿此书为中国心理治疗与咨询的专业发展贡献微薄之力。

贾晓明

2007年8月

丛书序

20世纪知识和文化生活的一个主要领域是对心理学的研究，当然，无论在东方还是在西方，心理学以实践的形式及具体的人类智慧和见识出现在各种精神世界的创造、文学创作、戏剧，以及治疗艺术和指南中，已经有若干个世纪了。与19世纪的小说和戏剧对角色的内心世界和人物关系的浓厚兴趣相一致，精神病学也重新建构了它对人类精神世界的理解，并以足够的勇气挑战精神疾病之谜，鼓励用新的方法来探索心理过程。

在20世纪下半叶，心理学对探索人格、心理发展、认知和行为理论产生了浓厚兴趣，同时对治疗实践，更精确地讲，对治疗方法也进行了深入的探索。我们也看到了不同理论和不同流派的治疗师之间的争论，比如，精神分析和行为主义之间的争论，它们与人本主义和超个人心理学（transpersonal）之间的争论，以及主要流派内部各分支流派之间的冲突。这些争论在其他学科领域也并不鲜见。这种争论并不令人吃惊，实际上，客观地说这种现象是健康的。它可以使研究更加精确，可以探索更多的治疗疑难心理问题的不同方案，并加深对人类思想、情感和行为根源的理解。虽然如此，几十年来治疗师之间存在的隔阂和鸿沟，阻碍了治疗师们更仔细地观察自己的职责以及观察其他对立的流派，这是令人困惑的。就好比外交官们忽视自己的知识和技巧，而用枪炮来解决彼此之间的争执一样。

心理治疗事业同样也是国际性的。即使在心理治疗的初创阶段，世界上就有多个创新的中心：巴黎、莫斯科、维也纳、柏林、苏黎世、伦敦和美国波士顿。很快，在爱丁堡、罗马、纽约、芝加哥和加利福尼亚，各种不同的理论和治疗实践也发展起来了。地理位置的多样性丰富了这一学科，特别是界定了文化和社会的差异，并在某种程度上把心理学的争辩扩大到包括社会和政治这两个维度。

由于地域、研究兴趣的不同，个人差异以及流派之间传统的相互隔阂，心理治疗的发展是互相分隔的。在这种情况下，我们必须提出的问题是，是否我们在某些时候称之为“心理治疗语言”的东西，实际上只不过是运用特定“行话”来描述相同心理现象、并对各个心理治疗流派进行理论概括的不同语言的混乱组合。或者说，不同流派之间存在真实的差别，因此，在某些时候可以得出结论说，某个流派是正确的，因此另一个流派是错误的；还是，“不同的治疗流派适合不同的人或问题，适合某个问题的流派不一定适合其他问题”；还是根据“有效的就是好的”原则，“所有治疗流派都应该获得奖赏”？

20世纪下半叶不同的心理治疗（及咨询）理论和方法之间出现了一些和解的趋势。这主要是由于来自外部的压力：社会公众和政府的卫生保健计划要求更加负责任地组织这个行业，并达到他们所要求的高标准。正是这种各流派和解的萌芽，激发了创作本系列丛书的动机。在本丛书中，处于心理治疗核心位置的许多重要的理论和概念可以进行跨流派的比较和对比。在不同传统流派中使用的某些概念可能被证实其表达的是相同的概念；其他一些概念可能看上去很相似，但事实上却强调了不同的内容，这些概念对于其他流派来说，也可能有用也可能没什么用处。还

有一些术语，表面上看来完全一样，但在两个或多个不同的治疗流派来说，可能有着完全不同的意义。

为了完成本系列丛书的创作，邀请到代表尽可能多的心理治疗传统流派的作者是十分关键的。要做到这一点，同时激发不同流派之间的对话精神，比较理想的做法是丛书中的每一本书邀请两位作者。每位作者，如果可能的话，代表不同的治疗取向。同样重要的是，本丛书要在方法上做到真正的国际化，因此，作者队伍应当是国际化的。20世纪后期科技发展的奇迹——互联网，既是寻找作者的一个非常有效的手段，也是极为有效的相互沟通的途径，特别是在一本书的两位作者居住在地球两端的情况下。

因此，本丛书代表了在新千年特别激动人心的发展趋势。作为本系列丛书的编辑，当我悄悄阅读在作者之间来回传递的草稿时，发现这种和解的趋势越来越迷人。在本丛书中，读者将会第一次发现，所有主要的心理治疗和心理咨询流派（而不是一部分的分支流派）的主要理论和概念被放到了一起，这样，它们可以被比较、对比并最终得到运用，运用于不同治疗取向之间的争鸣。然而，更重要的仍然是，运用于来访者或患者并使他们获得益处。让来访者不再感兴趣于像打游击一样到处寻求治疗，而是感兴趣于寻求有效的帮助，或者说去寻求能带给他们开启治愈和自我了解的光芒。

迈克尔·雅各布斯

作者序

本书的副标题“自体之镜”，言中了移情与投射在心理治疗中重要性的实质。正是通过体验和理解移情和投射的潜意识过程，来访者的内部世界才能被感知，自体的结构也才得以部分展现。这种过程就好像有着一整厅的镜子，经过反射再反射呈现出很多映像——有的虽与原始图像相似，但并非准确的复制，它们或被拉长，或被变宽，或被歪曲。移情与投射即是指发生在治疗之中的某些过程，它们意味着在治疗师与来访者的相互关系的此时此刻，过去的经验得以重现。当个体用来组织他们的愿望、幻想与信念以及建构他们的人际关系的潜意识模板或图式在治疗室中向治疗师“活生生”地展现时，它们才会得到最好的理解和处理。

本书汇集了有关移情和投射的不同观点，首先是孕育这两个概念的心理动力学治疗的观点，然后是其他主要的心理治疗模型的观点。尽管并非所有的治疗模型都使用了“移情”和“投射”这两个术语，但是对于在治疗工作中如何处理移情样现象这个问题，它们都有着重要的论述。

本书首先通过一些临床资料和更为普遍的观点介绍了移情和投射现象。解释了什么是移情？为什么在治疗工作中它有着重要的意义？以及它有哪些形式？第2章集中阐述了移情现象的两种特殊形式——投射与投射性认同——以及它们如何出现在治疗、家庭生活以及更广泛的社会系统之中。第3章讨论了移情、投射以及投射性认同这些概

念在弗洛伊德及其后的克莱茵等人的早期精神分析理论中的缘起。第4章集中讨论了在心理动力学框架之内，客体关系、自体心理学以及主体间治疗取向等各个学派在理论与实践方面的后续发展，以及这些取向如何丰富了对移情和投射现象的理解。其余章节阐述了在其他三种主要的治疗模型中有关移情和投射的概念与处理方法。第5章讨论了认知行为治疗中的一些发展，近来这一治疗方法越来越注重和强调治疗关系，而治疗关系中正包含着移情与投射现象。这些发展的出现部分是因为这一模型已扩展运用于更为复杂的人群，如人格障碍病人。第6章介绍了人本主义-存在主义治疗的理解和处理移情的方法，以及如何适合聚焦于来访者和治疗师之间的“真实关系”。第7章介绍了伴侣/家庭治疗的一些发展，这有助于我们理解投射于长期关系之中的家庭的固定模式，以及怎样进行处理以增进疗效。最后一章总结了移情和投射的本质特征，并且讨论了心理治疗师和咨询师如何才能识别移情与投射，并以能够增进治疗关系的方式来反应。

本书期望能为那些即将成为心理治疗师和心理咨询师的学习者，以及那些对于移情和投射现象所知较少的有经验的从业者提供一个关于这些临床现象的清晰理解。我们列举了许多自己作为心理治疗师的临床实践中的实例，来阐明这些我们试图从理论上予以澄清的各种复杂过程。我们还期望本书能为那些已经在针对移情进行工作，但是对当前其他治疗模型如何处理移情和投射尚不够了解的临床工作者提供一个综述。籍此，本书也期望能为心理治疗的整合有所贡献。尽管我们重视不同治疗模型间的差异，但是我们也认为这一领域如今已相当成熟，因此可以从技术和理论方面对不同模型间的重叠加以认真考虑。当然，在

培训心理治疗师和咨询师时，我们希望能够确保新的临床工作者能够恰当地使用一种以上的治疗方法。另一方面，我们并不提倡那些对不同模型之间哲学和理论上的重大差异未加考虑的随随便便的折衷主义。相反，我们希望本书能够帮助临床工作者找到他们自己喜爱的模型，同时也能善加利用其他模型有关治疗关系的丰富理解与智慧。

致 谢

我们感谢来访者。他们曾是我们的老师，让我们理解了哪些因素在心理治疗中有作用，以及治疗关系如何影响治疗工作。对那些在本书中作为补充的临床资料而谈起他们故事——为保密起见隐瞒了一些细节——的来访者，我们要特别地感谢他们，感谢他们对治疗过程的承诺，以及允许我们讲述他们的故事。正是通过这些故事的讲述，治疗的基础理论才显得更为生动，并能帮助其他临床工作者理解所描述的这些临床现象。尽管治疗的焦点在于来访者的变化，但是，在更为扩展和有力的治疗中，治疗师的改变也确实发生了。治疗关系对于来访者和治疗师双方都有着重要的影响。

我们还感谢我们的许多“重要他人”——我们的伴侣，Guy Grant 和 Shirley Crawley——他们都以自己的方式极大地支持了我们的治疗工作、学术工作以及本书的写作工作。他们为我们提供了一个“安全的基地”，使我们可以据此探索心理治疗的世界。我们还要感谢我们的孩子们——他们现在多已成年——感谢他们教给了我们有关人类个体发展的第一手资料，并让我们感受到爱的终生联系的强烈程度。Jan Grant 还要感谢 Dave 和 Sandy Gauntlett，我的母亲与父亲，感谢他们让我懂得生活要充满活力，要尽情享受家庭的欢乐，并且笑很重要。

其他一些人为本书的不同章节提供了良好的建议和反馈。我们要感谢 Lynette Clayton, Paul McEvoy, Lee God-

dard—Williams, Andrew Ralph 和 Neville Sparrow, 他们阅读了本书的初稿并从他们自己的治疗观点出发给予了反馈。我们感谢他们的临床智慧以及机智的评论, 这使我们的思考和写作变得更加深刻。此外, Michael Jacobs, 这套丛书的编者, 在编辑此书的过程中敏感而又智慧, 使我们受益匪浅; 我们感谢他, 同时也感谢他耐心等待终稿的完成。

广泛地说, 在我们自己的心理治疗师的成长之路上, 许多心理治疗师、督导、同事, 当然还有朋友, 都曾给予我们很大的影响。我们感谢他们, 没有他们, 我们自身或我们的临床智慧将难以发展至今, 从而使心理治疗对于我们来说如此引人入胜。我们感谢 Lynette Clayton, Lekkie Hopkins, Robert van Koesveld, Paul McEvoy, Gally McKenzie, Paige Porter, Sherry Saggars, Chris Theunissen, Margaret Topham 和 Wendy—Lynn Wolman, 感谢他们给予我们支持和鼓励, 并和我们分享他们的智慧。

我们还要感谢科廷科技大学 (Curtin University of Technology) 和伊迪斯·科文大学 (Edith Cowan University) 的支持, 它们分别为我们提供了一个学期的学术休假, 使我们能够暂时远离学校的教学和管理工作的需要与挑战, 完成本书的大部分书稿。作为专业人员, 心理治疗的教学工作对我们来说也是相当重要的。最后, 我们要感谢这些年来学生和被督导者给予我们的建设性的反馈, 这些反馈使我们更加深入思考所关注的问题, 也使得我们的理解变得更加清晰, 因为我们试图以能让他们明白的方式将治疗这一领域讲解清楚。

Jan Grant
Jim Crawley

目 录

第 1 章	自体之镜：移情绪论	1
	移情简介	1
	移情的工作定义	4
	移情与潜意识	6
	移情为何重要？	8
	理解移情的三种主要方式	9
	移情的表达	11
	移情与短程心理治疗	12
	利用移情与投射来理解内部自体	14
	促进移情的发生	15
	处理移情与投射	15
	对移情的阻抗	16
	解释与移情	16
	小结	19
第 2 章	投射与投射性认同	21
	导言	21
	投射	24
	日常生活中的投射	26
	网络空间中的投射	27
	治疗团体中的投射	28
	投射性认同	31
	投射性认同为何重要？	35
	处理投射性认同的一些原则	36

	小结	38
第 3 章	移情理论的早期发展	40
	导言	40
	弗洛伊德发现移情	41
	梅兰妮·克莱茵眼中的移情	48
第 4 章	移情理论的发展：心理动力性心理治疗	54
	导言	54
	客体关系	54
	客体关系治疗中对移情的处理	56
	自体心理学	60
	自体心理学中对移情的处理	62
	主体间取向	65
	从主体间观点看对移情的处理	66
	短程心理动力性心理治疗	68
	短程心理动力性治疗中对移情的处理	69
	小结	72
第 5 章	图式与脚本：认知行为治疗与移情	74
	导言	74
	认知行为治疗与治疗关系	75
	图式与脚本理论	76
	作为现场干预的移情现象	79
	认知治疗取向中对移情的理解	81
	认知行为治疗中对“移情”的处理	83
	认知行为治疗中对“投射”的处理	86
	小结	87
第 6 章	真实关系：移情与人本主义—存在主义/体验治疗 ...	89
	导言	89
	以人为中心/人本主义治疗取向	90