



徐钧◎著

心理咨询师的
部落传说

中国轻工业出版社



心理咨询师的 部落传说

徐钧◎著



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理咨询师的部落传说/徐钧著. —北京: 中国轻工业出版社, 2012.6

ISBN 978-7-5019-8739-9

I. ①心… II. ①徐… III. ①心理咨询—工作人员—传记—世界 IV. ①K816.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第058565号

总策划: 石铁

策划编辑: 阎兰

责任编辑: 阎兰

责任终审: 杜文勇

责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2012年6月第1版第1次印刷

开本: 850×1168 1/32 印张: 10.25

字数: 110千字

印数: 1—5000

书号: ISBN 978-7-5019-8739-9 定价: 28.00元

读者服务部热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65288410

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: [wanqianedu@yahoo.com.cn](mailto:wanjianedu@yahoo.com.cn)

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换

120132Y2X101ZBW

目录

- 推荐序一：意外 / 1
推荐序二：认识“翠花”真面目 / 5
推荐序三：人性的门缝 / 9
自序 / 13
前言 / 15

西格蒙德·弗洛伊德

(Sigmund Freud, 1856—1939)

- 工作的动力是什么 / 21
弗洛伊德与女儿苏菲 / 22
弗洛伊德之死 / 25

兰克 (Theodore Reik, 1888—1969)

- 内在的声音 / 31
相合的人并不一定都要在一起 / 32

荣格 (Carl Gustav Jung, 1875—1961)

- 波林根与中国村庄的故事 / 37

太阳父亲 / 39

荣格与爱因斯坦的互学之苦 / 41

乘火车的治疗 / 44

防御性的自我分析报告 / 46

费伦齐 (Sándor Ferenczi, 1873—1933)

费伦齐治疗一匹马 / 51

拒绝精神分析 / 53

克莱因 (Melanie Klein, 1882—1960)

在命运中的努力 / 59

霍妮 (Karen Horney, 1885—1952)

仨女孩大战俩母亲大师 / 65

弗洛姆 (Erich Fromm, 1900—1980)

弗洛姆的爱情 / 71

安娜·弗洛伊德 (Anna Freud, 1895—1982)

安娜和父亲的外套 / 75

安娜的个性特质 / 77

森田正马 (Morita Masatake, 1874—1938)

“豁出去了”神经症自我疗愈 / 83

正马与其妻 / 85

费尔贝恩

(William Ronald Dodds Fairbairn, 1889—1964)

会关怀人的费尔贝恩 / 91

小便困难想要自杀 / 92

赫伯特·罗森费尔德

(Herbert Alexander Rosenfeld, 1910—1986)

抛弃病人的痛苦 / 97

温尼科特 (Donald Woods Winnicott, 1896—1971)

所有治疗的开端——倾听 / 103

愿我死时是生机勃勃的 / 106

甘崔普 (Harry Guntrip, 1901—1974)

火车上的牧师 / 111

一次无声的治疗 / 112

比昂 (Wilfred Bion, 1897—1979)

容器理论 / 117

拒绝维多利亚十字勋章 / 118

梦一样飘然而至的记忆 / 121

科胡特 (Heinz Kohut, 1913—1981)

科胡特的追求——“nuclearself” / 127

放下自我 / 129

人性能如是 / 131

巴史克 (Michael Franz Basch, 1930—1996)

细腻的共情 / 137

从未解决问题的治疗师 / 139

卡尔夫 (Dora Kalff, 1904—1990)

每一粒沙子都找到了它们的位置 / 145

两位心理学家的倒霉事 / 147

河合隼雄 (Hayao Kawai, 1928—2007)

找回根基 / 153

马丁·布伯 (Martin Buber, 1878—1965)

我与你 / 159

罗杰斯 (Carl Rogers, 1902—1987)

人性需何者 / 165

来访者教会罗杰斯咨询 / 166

大师的有限性 / 168

简德林 (Eugene T. Gendlin, 1926—)

考验了一把罗杰斯 / 173

简德林被认为是精神分析师 / 175

罗洛·梅 (Rollo May, 1909—1994)

与死神相遇的梅 / 181

离婚后写下爱的经典之作 / 184

莱因 (Ronald David Laing, 1927—1989)

令人震撼的真实案例演示 / 189

欧文·亚隆 (Irvin D. Yalom, 1931—)

遭遇真实的自己 / 195

保持初学之心 / 197

弗兰克尔 (Viktor E. Frankl, 1905—1997)

弗兰克尔和悖论治疗 / 203

美学意义的精神世界 / 205

莫雷诺 (Jacob Levy Moreno, 1889—1974)

莫雷诺创立心理剧 / 211

小28岁的妻子——哲卡 / 214

萨提亚 (Virginia Satir, 1916—1988)

萨提亚治疗的诞生 / 219

家庭治疗大师哭了 / 221

弗雷德里克·皮尔斯

(Frederick Salomon Perls, 1893—1970)

坏孩子皮尔斯 / 225

被弗洛伊德伤害了 / 228

艾瑞克森

(Milton Hyland Erickson, 1901—1980)

策略的智慧 / 235

吉米的故事 / 237

艾利斯 (Alben Ellis, 1913—2007)

朗克斯公园的男孩 / 241

狗屎主义 / 243

贝克 (Aaron T. Beck, 1921—)

有个抑郁的妈妈 / 249

贝克告别精神分析 / 251

夏皮罗 (Francine Shapiro, 1948—)

发现“苹果”的秘密 / 257

海斯 (Stephen C. Hayes, 1948—)

久病成医 / 263

平衡的生活 / 266

佛陀 (Buddha, 公元前 624 年—公元前 544 年)

东方古代杰出的临床心理学家 / 271

复活生命的芥子 / 272

复活生命的芥子故事之前 / 275

慈悲：治疗的共情 / 277

舍利弗的智慧 / 279

中道 / 280

菩萨的恐惧 / 282

卡巴金 (Jon Kabat-Zinn, 1944—)

火星人占领地球 / 287

卡巴金的博士论文答辩 / 288

后记：心理治疗和咨询的历史发展 / 291

推荐序一：意外

徐钧的这本《心理咨询师的部落传说》中选取的小故事，与其说是传说，不如说是“意外”，或者说“传说”就是“意外”。我实在找不到一个合适的词，权且用“意外”吧，借这篇序，也借这“意外”，以表达我的一点理解。

一般意义上的意外，即出乎意料、碰巧，都发生在这些伟大的心理学家身上。比如兰克为职业选择困扰时，在街头巧遇弗洛伊德；又比如森田正马在投入学习之后，意外地脚气与神经衰弱没有恶化；再比如在卡巴金的博士论文答辩会上，分子生物学的教授们饶有兴致地讨论论文开头的一句格言……

人们常说情理之中、意料之外。情理之中，说的是事后怎么看都有其内在必然；意料之外，说的是实际过程总与事先计划不一致，有太多的偶然性。意料之外是暂时的中断，情理之中则是随时的接续。对于人的世界，这意料之外尤为重要，差不多是其本质所在。没了这意料之外，生活会显得多么贫瘠、无趣，将少了许多活泼的创造。

徐钧在本版自序中说起本书的写作动机：“……就是试图通过这本书，逼真地描绘在心理咨询互动过程中发生体验的转变点……”这样的转变点，由上述的诸多意外构成，是人类学视野中所谓的“心灵发现”。毫无疑问，这些意外都对当事人产生了至关重要的影响。

所以，本书的诸多传说是真值得去细细品味的，同理，我个人认为心理咨询的当事人，他们个人史中的故事、一些经历的片断，具有寓言的性质，也需要反复解读。文艺理论家认为文学是生活陌生化或戏剧化的结果，其实，生活本身即是意外的戏剧。如果浸泡在当事人的故事之中，去充分感觉、描述，总会有超乎想象的发现，心理治疗师与当事人由此得以体认自身的独特性与丰富性。

这里特别要提一下另外一个层面的“意外”，即心理治疗中解释的功能与意义。解释是心理治疗重要的工具，然而，真正的痊愈（如果有的话）发生在解释之外，即“意外”，治疗师当下的意想之外。完美的解释是治疗师企图理解当事人的一种努力，绝对不是问题的正确答案，解释与寻求解释的努力把我们带到人迹罕至之处，那里春暖花开，人声鼎沸……

回到作者徐钧身上，以我有限的了解来看，徐钧也大概是误打误撞进入了心理治疗领域，他今天的成就应该是一系列“意外”的结果。我总感到他在兴趣

盎然地钻研自体心理学、聚焦、正念……投入饱满的热情在治疗和培训，想象他是以天真的赤子之心在发现和创造一个个意外吧。这本特别的书可以算做是意外之喜了。

以“意外”观之，每个人都是传奇，无处不是神迹。

中国地质大学（武汉）应用心理学研究所 吴和鸣

2012年1月

推荐序一：
意外

推荐序二：认识“翠花”真面目

中国心理咨询师这个部落被一股浮躁之风笼罩着。具体表现为几乎任何一个稍微有点影响力的人都被冠以“大师”称号，比如说我，不过几百人知道我是谁而已，然后就有人叫我“大师”，很像中学生推选班花、班草。

近150年来，其声名真正走出这个部落，进行了环球旅行，让各地、各土著、各部落都了解到他的人只有一个，就是弗洛伊德。在他后面的是荣格，不过显然荣格的声名所跋涉的地域没有弗洛伊德那么宽广，只能算出差次数多，比不上徐霞客这样的专业旅行家。

当然，如果把佛陀算成心理咨询这个部落的始祖的话，那这个部落的叙事和传说要完全改变。一方面，这个部落就应该算是人类历史上最声名显赫的部族；但是另一方面，在佛陀那太阳般无限光明的照耀下，弗洛伊德的光芒要比上任何一个行星都很困难了。我想这种超级严重的自恋创伤是心理咨询大师和他们的粉丝们所无法承受的。对佛陀的嫉妒是这个部落的老

毛病了，当然也可以理解，谁愿意在人类社会群星闪烁之时做个流星，甚至只是浩瀚宇宙中微尘一粒呢？

徐钧这部书显然是要让这个部落里面的各位老人们出来，让人民群众一观其音容笑貌。这是一本适合所有初学者或者对心理咨询感兴趣者阅读的书。你们也来看一看，瞧一瞧，俺们这些大师多深刻啊，多睿智啊，别老跟着歌星球星屁股后面转，也偶尔整个高雅的，玩个深沉的，心理咨询，懂吗你？

此外，这本书对于专业工作者的意义我认为也是值得重视的。我一向主张，专业者在学习任何一个疗法的时候应该首先了解这个疗法的创始人的背景。如果你不了解当初弗洛伊德为什么要发明精神分析，他是针对哪一种患者发明出来这个方法的；不了解他的个性有何局限，让他过于执著某些东西，过于忽略某些东西，你是不可能理解精神分析的。你会照葫芦画瓢地在那里“装”精神分析，装得很像，几乎没人看得出破绽，直到有一天你的来访者跑掉或者告诉你真实的你是什么样的。因为你在做的精神分析其实是在“装”你想要成为的那个人，或者成为某个学派的“孝子”从而获得归属感的满足。只有当你真正了解一门治疗技艺发明出来的历史和背景，你才真正知道了这门技艺。这就像你闭上眼睛的时候，你很容易把自己身边的那个叫翠花的姑娘想象成仙女，然后你很容易就可以爱上她。可是你爱上的是仙女80%+ 翠花20%，

而不是完整的翠花本人。我想很多心理治疗的“粉丝”实在需要阅读一下这本书，认识“翠花”真面目，帮助你内心的“翠花”茁壮成长吧！

上海林紫心理咨询中心 李孟潮

2007年6月

推荐序二：
认识「翠花真面目」