



心理治疗经典与前沿译丛

# 人类沟通的语用学

一项关于互动模式、病理学与悖论的研究

作者: [美] 保罗·瓦兹拉维克  
[美] 珍妮特·比温·贝勒斯  
[美] 唐·杰克逊  
译者: 王继堃 周 薇  
王皓洁 李剑诗  
译校: 钱 捷  
译审: 赵旭东

## Pragmatics of Human Communication

*A Study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes*



心理治疗经典与前沿译丛

Pragmatics of Human Communication  
A Study of Interactional Patterns,  
Pathologies, and Paradoxes

# 人类沟通的语用学

一项关于互动模式、病理学与悖论的研究

作者：[美] 保罗·瓦兹拉维克  
[美] 珍妮特·比温·贝勒斯  
[美] 唐·杰克逊  
译者：王继堃 周 薇  
王皓洁 李剑诗  
译校：钱 捷  
译审：赵旭东

## 图书在版编目(CIP)数据

人类沟通的语用学:一项关于互动模式、病理学与悖论的研究/(美)瓦兹拉维克,(美)贝勒斯,(美)杰克逊著;王继堃等译. —上海:华东师范大学出版社,2016.5

ISBN 978-7-5675-3429-2

I. ①人… II. ①瓦…②贝…③杰…④王… III. ①语用学—研究 IV. ①H03

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第109137号

PRAGMATICS OF HUMAN COMMUNICATION: A Study of Interactional Patterns, Pathologies and Paradoxes/by Paul Watzlawick, Janet Beavin Bavelas and Don D. Jackson and foreword by Bill O'Hanlon

© 2011, 1967 by W. W. Norton & Company, Inc.

Simplified Chinese translation Copyright © 2016 by East China Normal University press Ltd. All rights reserved.

上海市版权局著作权合同登记 图字:09-2014-681号

## 人类沟通的语用学

——一项关于互动模式、病理学与悖论的研究

著 者 [美]保罗·瓦兹拉维克  
[美]珍妮特·比温·贝勒斯

译 者 [美]唐·杰克逊  
王继堃 周 薇  
王皓洁 李剑诗

译 校 钱 捷

译 审 赵旭东

策划组稿 张俊玲

项目编辑 王国红

审读编辑 章 悬

责任校对 王丽平

装帧设计 高 山

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路3663号 邮编200062

网 址 www.ecnupress.com.cn

电 话 021-60821666 行政传真021-62572105

客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话021-62869887

地 址 上海市中山北路3663号华东师范大学校内先锋路口

网 店 http://hdsdcbs.tmall.com

印 刷 者 常熟市文化印刷有限公司

开 本 787×1092 16开

印 张 12.5

字 数 225千字

版 次 2016年8月第1版

印 次 2016年8月第1次

书 号 ISBN 978-7-5675-3429-2/B·934

定 价 39.80元

出 版 人 王 焰

---

“心之源”丛书编委会

顾问：[美国]哈琳·安德森(Harlene Anderson)

[中国香港]李维榕

主任：赵旭东 陈向一

编委：[中国台湾]吴熙琄 [中国台湾]王浩威

[美国]约翰·K·米勒(John K. Miller)

孟 馥 王 焰 张俊玲 龚海燕

刘翠莲 姚玉红 刘 亮 鲍立铎

---

心理治疗经典与前沿译丛

主编 陈向一

---

作者

保罗·瓦兹拉维克(Paul Watzlawick)

美国斯坦福大学医学院精神病与行为科学系临床教授,帕洛阿多精神研究所短程治疗中心研究院共同创始人。逝世于2007年,国际知名的心理学家,人类沟通领域的专家,他是加利福利帕洛阿多精神研究所最有影响力的成员之一。代表作为《改变》(*Change*)和《建构的现实》(*Invented Reality*)。

珍妮特·比温·贝勒斯(Janet Beavin Bavelas)

维多利亚大学心理系名誉退休教授、科研工作者、教员、心理咨询师。研究范围涉及当面对话基本过程,当面对话微分析(MFD),实验方法学,心理治疗、医疗与中介设置的对话、学科间研究方法学等。《加拿大行为科学杂志》(*Canadian Journal of Behavioral Science*)、《家庭过程》(*Family Process*)等杂志编辑。

唐·D·杰克逊(Don D. Jackson)

医学博士,美国知名精神病学家,家庭治疗师和教师,系统科学家,沟通理论学家。杰克逊在理解人类行为方面作出了难以估量的贡献,并以他在家庭治疗中的开创性工作而闻名,探索的一个重要成果就是著名的精神分裂症双重束缚理论,被称为心理治疗之父。1958年,杰克逊创建了世界上第一个家庭精神研究中心,即加利福尼亚州帕洛阿多精神研究所(Mental Research Institute),并担任第一任主任。

---

审校者

钱婕

复旦大学心理健康教育中心讲师、心理咨询师,复旦大学法学硕士、美国芝加哥心理学院临床心理学硕士,同济大学哲学心理学研究所在读博士生。

赵旭东

德国海德堡大学医学博士,同济大学教授、医学院精神医学博士生导师,哲学心理学博士生导师,上海东方医院临床心理科主任,浦东精神卫生中心主任。中国心理卫生协会心理治疗与心理咨询专业委员会主任委员,德国德中心理治疗研究院中方名誉主席。是新中国成立后第一个在国外获得博士学位的精神科医生,也是最

早引进、推广和实践家庭治疗的著名学者之一。

---

## 译者

### 王继堃

同济大学医学博士,华东师范大学心理学博士后,精神科主治医师,华东师范大学心理学讲师,美国常青藤盟校布朗大学精神医学系访问学者。赵旭东教授“一年四季”家庭治疗连续培训项目教员;上海市心理学会临床心理与心理咨询专业委员会理事。中德高级家庭治疗师连续培训项目等心理治疗培训及相关会议翻译。

### 周薇

北京协和医科大学临床医学博士,神经内科专业,第五期中德高级家庭治疗师连续培训项目学员、翻译。国家二级心理咨询师。目前供职于外资制药企业医学部,从事精神科药物研究相关工作,同时在上海同馨济慈等心理咨询机构担任兼职心理咨询师。关注神经症、情感障碍、青少年行为问题及亲子教育。

### 王皓洁

同济大学精神病与精神卫生学博士在读,2012年起接受系统家庭治疗培训,2014—2015年参加弗莱堡中德心身医学硕士项目,2013年起担任中德高级家庭治疗师连续培训项目、系统家庭治疗“一年四季”班等心理治疗培训及相关会议翻译。

### 李剑诗

复旦大学外国语言文学学院(MTI)英语翻译硕士,南京师范大学外国语学院英语翻译专业学士。有丰富的英语口笔译经验,为多家境外机构本地化提供语言翻译服务。

谨以此书献给我们的良师益友  
格雷戈里·贝特森(Gregory Bateson)

---

一个学科的发展,不仅需要概论性及技术性的书,更需要梳理这个学科的里程碑式的奠基之作,以及介绍当今最新发展的重要著作。心理治疗在当今世界的发展,早已超越经典的各门各派的独立发展,而趋于后现代与本土的整合,在技术上百花齐放的同时,具有越来越多理论的共识。在这样的背景下,发挥华东师范大学出版社在教育心理出版方面的深远影响,以经典和专业为宗旨,带着研究开发的心态,认真整理,出经典,出精品;专业著作和大众成长类同时推出,以大众类图书普及知识,提供自助信息,以专业著作深化学科发展;翻译上细心打磨、多重审校,保证品质——这些都不失为回应现实需要、指导实践和引领学科发展的重要举措。

“心之源书系”的选书、出书是个浩大工程。在选书过程中,不仅各位编委们认真研究、积极梳理,家庭治疗的老前辈哈琳·安德森、李维榕博士大力推荐经典书目,约翰·米勒博士提供美国心理治疗领域百读不厌、经久不衰及最新的重要著作,来自中国台湾的吴熙琄老师、王浩威老师贡献多年合作选书出书的经验并推荐本土书目,身居加拿大的鲍立铨博士也积极参与。在众多学者、专家推荐的基础上,我们选择了重复推荐次数最多的书目先行出版,并且很荣幸地按计划推出第一批心理治疗的重要著作。在与多位不同年龄、资历的同道一起迎接这个初步成果的时刻,我想跟大家分享一下参与者们辛勤务实的匠心背后应该告诉人们的心愿、动机,以及他们在学理上对于心理治疗之“道”的领悟。

心理治疗在中国是一个既古老又年轻的学术技术领域,人们对它既感到熟悉,又觉得陌生。作为一种文化现象,利用情绪安抚、励志教化、行为规训等方法来改变人的心身健康状况,一直是我们中国的人文及医药传统的长项。可是,作为一个单独学科的心理治疗在中国并没有得到充分的发展,时至今日还没有合适的地位,其对社会、民众的作用也未得到认可。没有几本好书可看,就是这个学科孱弱的标志。

没书可看的局面,与心理学的发展历程以及在中国的坎坷命运有关。说到此处,一般就会有人提到具体的社会运动的影响。但我在此更想说有关认识论、方法论的问题。

自从西方的心理学在19世纪从哲学中“离家出走”,努力把自己当作自然科学的一个分支发展以来,心理治疗由于其与人文的密切关联而成为一个纷争不断的问题领域。科学主义者用自然科学实证研究方法,力图将心理治疗里面的混杂因素甩干净,意图发现可观察的现象与事实之间的清晰的因果联系;而人文主义者恰恰顽强抵制着非人化的尝试,继续靠感悟、体验和思辨的方法,死守由心理学的哲学传统围起来的意义的王国。前者走的是“解释心理学”的路,后者走的是“理解心理学”的道。

例如,号称现代心理治疗鼻祖的弗洛伊德及其追随者们,用了科学的概念、术语,串起神话、催眠、自由联想、释梦、心理防御机制、客体关系、依恋等内涵丰富的人类体验,发展了庞大的理论与实践体系,曾经在西方占过心理治疗大半壁江山,也影响了心理学、医学及其他许多学科,但到现在也不被科学认可。相比之下,以巴甫洛夫条件反射学说为基础的行为主义,沾了前者的光,一路昂首挺胸走来,几乎所向披靡。不过,即使这个比较符合唯物主义、



自然科学研究范式的心理学流派,其主要用途是用于“解释高级神经活动”,也并没有在改革开放之前的中国促成临床上的行为治疗的开展,因为一旦用于活生生的临床患者,心理治疗就不是像训练狗、鸽子、小鼠那么简单,一定是人文的实践了,而这又是极左时期不可能得到鼓励或支持的工作。

也就是说,片面强调科学性的解释心理学与重视人文的理解心理学之间的“方法之争”一直持续了百余年,加上我国社会的一些历史原因,二者结合以致显著影响了心理治疗的引进、传播与发展。这是近百年来的积弊沉疴,应该尽力革除、矫治。对此最有效的办法之一,就是引进出版国外的经典及重要的著作,并致力于及时整理、出版蕴含本土文化理论与实践的成果。

心理治疗与咨询方面的著作虽在近30年来有很多出版,但仍然存在以下问题:(1)不够全面,缺乏深度和系统性——或偏于概论性的基础读物,或重于实践导向的技术引进,或立足于某一流派的引介,缺乏整体的考虑,尤其是缺乏经典著作和理论发展源头的整理;(2)在专业与应用之间,科普与大众需求之间存在很大差距;(3)许多著作的学术价值不高,既不科学也缺乏人文精神与境界,有的著作翻译质量还有待提高。

除了精神分析和行为治疗,世界上还有很多其他行之有效的心理治疗形式和流派在中国的知晓率更低。在这些鲜为人知的流派中,有的比精神分析还偏向人文,如基于系统思想的心理治疗、基于后现代主义的心理治疗,以及各种表达心理治疗。相反,有一些心理治疗比经典的行为治疗更贴近冷峻的神经科学,如强调用简单躯体性运动来诱导神经活动调节的生物反馈、眼动脱敏治疗等。如果我们对于“理解心理学”有更加宽容、好奇的心态,如果对神经科学与心理治疗结合的应用现状及前景有更强的兴趣,就会发现,其实心理治疗领域十分宽广,前景无限。从出版书籍的角度说,我们就有了非常大的选择范围。

本丛书既选择了涵盖以往心理咨询与治疗的经典著作,又发掘表现当代的前沿理论和本土实践进展之重要著作,同时还推出大众成长类的优秀科普著作。丛书分为三个分部,包括:心理治疗经典与前沿译丛(陈向一主编),华人心理治疗与咨询精粹丛书(王浩威主编),七彩虹心理成长系列(孟馥主编)。书系中,可谓是经典与精品汇集、理论与实践结合、专业与科普共享,满足各层次读者的需求。“问渠哪得清如许,为有源头活水来”,希望这个丛书系列真正成为心理治疗领域里的清冽、甘甜之源泉,启发中国同道的澎湃创造力,滋养、培育出有本土文化内涵的,接地气的心理治疗理论和技术。

为了让心理咨询与治疗学界更加清晰地了解国外本学科发展的情况,华东师范大学出版社利用本身出版经典系列的优势与功力,开始编辑出版这一整套丛书。作为“心之源”丛书之一的“心理治疗经典与前沿译丛”的主编,出版社邀请我来写序。反思自己走过的心理咨询与治疗专业历程,从时间上来看,正好经历了一段它在国内发展的风云变幻时期。尤其在专业书籍的翻译出版介绍方面,自己也有一些参与的经历和体会,应该也有必要把它们写出来,为先行者留名,为后学者铺路。因为书系的跨度要求很大,它既要涵盖以往心理咨询与治疗的经典著作,又要有表现当代的理论和实践进展之重要著作,承前启后,为将来本专业的发展趋势作一些推演。面对如此重大的使命,一己之力总是太过微薄,难免挂一漏万。希望本文能够抛砖引玉,引发更多的人来反思和总结,继而扩展这段历程。

先说说我所了解的过去。西方心理治疗和咨询最初被引入国内是在20世纪30年代,从高觉敷先生翻译的《精神分析引论》起,国内心理学和精神病学界就开始了西方心理治疗的介绍以及零星的实践工作。心理学方面早期能见到的资料多与心理测量和知识普及有关。从我较熟悉的精神病学领域来看,粟宗华先生创办了上海精神病院,其后夏镇夷等人在发展上海精神卫生事业上功勋卓绝。在我国南方,凌敏猷教授从1944年起在湘雅医学院担任精神病学教授,同时开始教授和介绍精神分析等心理治疗的方法。在此阶段,先行者们较多的是翻译和撰写一些西方心理治疗理论流派的介绍性材料,少见自己独立撰写的相关著作。

1952年,国内大学和学科的院系有一翻天覆地的调整,之后社会学和心理学专业基本被取消了,相关的理论和实践探讨也销声匿迹了。只有精神病学界还存留些许声响,可能当时被归于“自然科学”才得以留存下来。在20世纪60年代,四川医学院的刘昌永教授编写了全国高等医学院校教材《精神病学》。后来在80年代,国内翻译出版了牛津精神病学教科书,它们是国内较少见的介绍心理咨询与治疗的专业书籍。

“文革”过后,劫后余生,湘雅医学院的左成业教授从狱中回校工作,这位从教会小学就开始钻研英文的学者(同期还有许又新、刘协和等校友),主持《国外医学:精神病学分册》的编辑工作后,学校罕见地为他订阅了几十种国外的精神病学和心理治疗的原版杂志,以便及时了解国外最新进展。想当年,医院图书馆排列着印刷装帧得十分漂亮的一大排原版杂志,引来其他科室老师的羡慕,也吸引了国内许多单位派人前来检索、查寻资料。国内的精神科医生和从事心理治疗的人员,都以尽早看到《国外医学:精神病学分册》为荣,不少人甚至从微薄的工资里自费订阅。该杂志为精神科重振心理治疗、为现代心理咨询与治疗在国内的重新掘起发挥了不可忽视的作用。

可能大家都知道,1988年在昆明召开的中德心理治疗讲习班上,那位刚被重新任用而敢挑重担,身处边陲而心忧天下的云南省精神病院副院长万文鹏先生,与几位国内同道(许又新、左成业、沈德灿、徐韬园、张伯源、杨华渝、张明圆等),提出了建立“中国心理治疗协会”的倡议,得到与会者的一致赞同。它也是后来中国心理卫生协会临床与咨询心理学专业委员

会的雏形,同时也带动了 中国心理学会临床心理咨询师注册系统的发展。从那以后,《国外医学:精神病学分册》连续和分批介绍了几种心理治疗流派,尤其是家庭治疗在国外的相关进展,翻译介绍了《系统式治疗词典》、《系统式治疗对于精神分裂症和情感障碍的作用》的节选等,引发了一个小高潮。当时因为左成业老师就是 1988 年昆明讲习班上家庭治疗的翻译,他带领我们几个小医生(苗国栋、刘铁榜、朱少纯和钟丽萍等)反复领会和翻译国内从来没有介绍过的家庭治疗,同时也翻译了发表在美国精神病学杂志上的一些精神分析和行为治疗方面的重要文章。

在同一时期,国内的人文社会科学界也开始推出心理学原著的翻译和介绍,精神分析学说开始流行起来并引发了不少争论,记得当时曾看到在权威的《红旗》杂志上,有知名的外行人士撰文对精神分析加以批判,成为一段轶事。此时商务印书馆也开始在世界名著丛书里介绍心理学和心理治疗的书籍。1987 年,《中国心理卫生》杂志创刊,1993 年,《中国临床心理学》杂志出版。随后,国内能够见到翻译介绍国外心理咨询和心理治疗的书籍多了起来,其中轻工业出版社的“心理咨询与治疗”系列丛书起到了不小的作用。

我个人读书、买书和编书的经历,也是一个与此时代相关的饶有兴趣的过程。记得还是在医学院读书的时候,我第一本订阅的杂志是创刊不久的《医学与哲学》,第一本购买的心理治疗与精神医学的书是《基础精神医学》;参加工作后,第一本参与编辑的书是《行为医学》,第一次编辑的丛书是《精神医学丛书》(其中包括在当时颇有争议的许又新教授写的《精神症状学》),第一次独立统稿的百万字大部头著作是《基础精神医学(第二版)》。尽管如此,当时能够读到或找到的书实在有限。曾经有一段时间,我拥有市面上能够买到的所有精神医学与心理治疗的相关书籍,还不时以此为荣。不过这种情况并没有持续很久,随着国内翻译出版的书籍越来越多,我拥有的书的比例也越来越小了。回忆起来,买书的行为也可能是受到硕士生导师杨德森教授的影响,当时他每每从国外访学回来,最得意的事情就是不顾旅途劳顿,给我们一本本地介绍他带回来的一大箱书。大约从 1993 年开始,我自己也加入了购买外文心理咨询与治疗方面著作的行列。在不加选择地自己买、请朋友亲戚帮着买之后,才发现这样买书是难以穷尽的,而且买到的书也良莠不齐。再往后,2002 年我有机会到香港中文大学师从马丽庄教授读博士,面试时她问我为什么来香港读学位,我说是为了多读书。她也确实最大限度地容忍我两年多只是在读书,直到不得不完成学校要求的开题、研究和答辩为止。十分感谢那一段读书的时光,让我发现书里面的许多学问。记得当时还专门去请教过石丹理教授,如何快速而有效地读书,如何选择要精读、多读的书。通过大量的阅读和比较,我体会到书本身是有规律的,这个规律表现在它们常常是围绕着几本经典的著作而展开或者发展的。那几本经典著作就像是基石,需要反复读、认真读,还要在通读其他书籍时去比较,在平时工作中去实践,让经典指导当前、预测未来。

绕了这么一大圈,现在回到正题上来。在国内,在过去的近百年中,我们经历的是信息匮乏、找不到好书、难得到好书的状况。过去的几十年里,我们开始有了越来越多的翻译著作。但是因为行业的稚嫩,专业水平辨识力不够,也因为出版业的市场导向,以往严格的查重、校对、编辑等把关手段近乎失效,使得已经出版的翻译作品良莠不齐,同一本书重复出版,甚至文不对题的荒唐笑话时有发生。

正是在这样的背景下,经过大家两年多的共同努力,“心之源”书系之一的“心理治疗经典与前沿译丛”的首批著作得以推出。细心的读者可能已经发现,我们这个系列选的书是从系统论和家庭治疗开始的,我们翻译出版经典著作、发掘现代趋势里有分量的外文著作,当然我们还在继续努力,从更大更广的范围内,寻找心理治疗与咨询的经典和现代知名著作,加以翻译并介绍给广大读者,希望能为国内心理咨询与治疗的健康发展发挥力所能及的作用。也恳请国内同道给我们推荐,让我们共同努力,希望在不久的将来,越来越多的具有国际水平和影响的我国本土原创著作能够得到发表。

陈向一

深圳华侨城倚荔楼

2015年11月

**保**罗·瓦兹拉维克(Paul Watzlawick) 1921年出生于奥地利菲拉赫的一个银行董事家庭。他游历丰富,能流利地讲几国语言,为心理治疗领域带来了不少改变。他辞世于2007年3月。

我首次接触瓦兹拉维克博士的理念和著作时,还是一名亚利桑那州立大学的学生。当时我参加了家庭治疗的课程。我们的授课老师洛娜·莫琳奈尔(Lorna Molinaire)借用了这本《人类沟通的语用学》(*Pragmatics of Human Communication*)的结构,将其作为这门为期一年的课程第一学期的教学大纲。这是我第一次知道能够以这样不同的方式去看待人们带入治疗中的问题,同时它也改变了我的人生。

尽管瓦兹拉维克作为心理学家,所受的是个体心理治疗的正统训练(他受训于荣格[Jung]学派),但他从新的视角找到了发展路径,并成为将这一当时看来具有颠覆性的观点带入心理治疗实践主流的主要力量。

我被他的独特观点所吸引,在好奇心的驱使下,试图获取更多的信息,结果无意间发现了藏匿在我们大学图书馆录音磁带区的隐秘珍宝,并花了数个小时聆听瓦兹拉维克的那盘关于人类沟通的磁带——《人类沟通选集:文字与录音》(*An anthology of human communication: text and tape*)。在这盘磁带中,他讲述了一个引人入胜的故事:那次他去一位精神病医生的办公室拜访,想与这位专攻精神分裂症治疗的精神病学家探讨一下沟通在该疾病的发展过程中所扮演的角色,但是瓦兹拉维克的奥地利口音,再加上他的名字不在这位精神病学家的会客预约登记本中,导致了一些误会发生,而这一切正好展示了什么是沟通以及它在问题的产生与发展过程中所扮演的角色。

当时,保罗用简单的句子颇为正式地向秘书介绍自己:“我的名字是瓦兹拉维克。”不过秘书怀疑他不过是个弄错了预约时间的精神病人,将他的自我介绍解读为“我的名字不是斯拉维克”,因此她回应道:“我又没说它是。”这个回答激起了他轻微的困惑和恼怒,于是他坚称:“但是我是。”后面的对话加深了两人之间的误解,双方都开始加大嗓门。这时,那位精神病学家从他办公室里听到了这愤怒的交锋,探出头来问:“见鬼,外面到底怎么了?保罗,为什么你吼我的秘书?你,又为什么对瓦兹拉维克博士大喊大叫?”误会在那一刻消除了。瓦兹拉维克用这个故事阐明了在问题的产生与发展中,情境、互动和人类沟通的重要作用。

瓦兹拉维克与我之间也有分歧:有一次我们参加了同一个讨论组,当讨论到来访者对他们的问题有自己的解决之道并可以引发一些快速的改变时,他训斥了我。“如果患者自己有解决方案,他们就不会来治疗了。就是因为他们的办法不奏效或者他们的办法其实就是导致他们产生问题的原因,他们才来找到我们。”他雷霆万钧地对我说。对此我恭敬地保持异见。时至今日,针对改变的焦点解决模式已非常成熟,且被广泛接受。如今,大部分临床工作者都相信,来访者对自己的问题常常有他们自己行之有效的解决办法。

然而,瓦兹拉维克的观点反映了一个来之不易的认识:“试图解决问题”往往会使情况恶化,或者让问题解决停滞不前。在与许多来访者打过数年交道后,我发现这一观点极其有

用,这也是我能领会并欣赏他对这一观点的坚守的原因。

希望本书的新版能吸引新读者,也能带领老读者重温这一革命性的巨著。

《人类沟通的语用学》打响了心理治疗领域革新的第一枪。过去,大部分的治疗模式聚焦于个体(此书将其定义为“一元论(monadic)”式的)。本书介绍的治疗模式在当时相当惊世骇俗,当然现在时过境迁,其观点已为主流社会所接纳,这就是:脱离了情境、互动和沟通,精神健康领域的行为表现或症状往往不能被正确地解读。

本书中的想法很大部分脱胎于格雷戈里·贝特森(Gregory Bateson)的研究小组对沟通模式的分析。这个小组的成员包括杰·海利(Jay Haley)、约翰·威克兰德(John Weakland)、保罗·瓦兹拉维克、精神病学家唐·杰克逊(Don Jackson),以及沟通分析家珍妮特·比温·贝勒斯(Janet Beavin Bavelas)(杰克逊和贝勒斯也是这本书的合著者)。这一观点——问题并非总是脱胎于深层次的潜在的心理问题,反而可能来自互动模式与沟通模式——在一次次内容丰富的讨论中逐渐成型。

这本书,以及同在20世纪60年代出版的海利的《策略性心理治疗》(*Strategic psychotherapy*),标志着认识治疗问题和解决方案的视角从个体向人际的转变(需要注意的是,此处的用词已从“症状”改成了“问题”,这表示心理治疗所用的语言已与病理学和精神动力学框架分离)。这一生态化的变动恰巧产生于语用学首次面世时期,不过在那时,“我们都嵌于情境之中”这一道理对很多人而言尚不直观明了。

本书的结构反映了瓦兹拉维克相当正式的写作偏好——它被分为几个编了号的章节。它富有哲理,但也有些让人晕眩。对于坚持读下来的人而言,它的基本信息直到今天仍然坚实有力且富有变革性。尽管瓦兹拉维克在此书出版后仍继续独立写作或与他人合著了许多著作,但确立他作为具有开创性的思想家、理论家以及心理治疗领域先锋力量地位的,却是这本《人类沟通的语用学》。

请认真通读,仔细消化。本书中的信息力量无穷,能改变所有临床工作者思考人类和问题的方式。

比尔·奥汉隆(Bill O'Hanlon)

**现**在您手上的这本书,是我在美国受训成为一名治疗师时读过的最重要的书之一。本书的作者们提出了一些精妙的想法,传播了一种新的思考方式,以看待人类行为、互动过程在问题产生以及维持中的角色,以及情境在理解这些问题时的重要性,影响极其深远。本书是沟通理论领域的奠基之作。

本书的一些概念诞生于格雷戈里·贝特森在加利福尼亚州的帕洛阿尔托心理研究所带领的研究团队,其中包括一些非常有影响力的思想者,比如保罗·瓦兹拉维克、唐·杰克逊、杰·海利、约翰·威克兰德和珍妮特·比温·贝勒斯。这些杰出人物在思想王国中作出了他们各自独特的贡献,并且协助奠定了家庭治疗在西方世界的疆土。

本书的第一作者瓦兹拉维克最初是个体取向的心理治疗师。我认为他提出的很多观点在本书出版时是非常前卫的,尽管现在它们被接受的程度已有所加深,但依然显得比较激进。对“被认定的病人”个体的聚焦,在心理治疗界依然非常普遍(即本书中提到的“一元”观点)。在阅读本书的过程中,你会获得一些认识,比如对人们在治疗中呈报的问题的情境加以理解的重要性,还有问题情况与其所处的更大情境之间的相互关联(即其生态)。一个人在生命历程中体验到的最重要的人际生态之一,就是他们出生于其中的生态,即他们的家庭。因此,本书在家庭治疗领域中的重要性不言而喻。

我第一次见到瓦兹拉维克博士是在2000年。当时我作为精神研究所的助理研究员,受邀前往他在1974年参与创建的精神研究所下属机构——短程治疗中心,访问他及其他工作人员。尽管只是第一次见到他,但我感觉自己已因他在哲学、激进建构主义、心理治疗和家庭治疗等领域的浩瀚著作而深受震撼。当时他已年近八旬,简朴的办公室里有一张小书桌,擦满了他多年来的学术论文与手稿。当我走进办公室时,他正在写作,但他立刻从桌边站起来,用浓重的奥地利口音和蔼地向我作自我介绍,并很快递给我一份手稿。他说,他刚刚完成这篇论文的写作,正考虑投稿给一家杂志社。他眼中闪着光芒,鼓励我读一下这份手稿,然后将自己的想法告诉他。这第一次会面,以及之后与他的每一次交流,都令我对他倾注于工作的激情、他与下一代治疗师和思想者分享观点的渴望印象深刻。我们一起工作了几年,在合作教授关于系统理论和家庭治疗的暑期课程时,他借助可视电话参与教学。他对我说,以他的年纪,已经很难坐飞机去我们学校亲自授课了,但他仍会与我们同在,他的精神将与我们在一起。他是一个体贴、风趣、善于激发学生的老师,很有幽默感。学生们都爱听他讲课,我也是。他在2007年去世。

本书的很多观点现已成为学习、教授和研究心理治疗的共识,包括那些沟通原理。这些原理包括不沟通的不可能性(一切行为都是沟通)、沟通的关系层面(报告和指令)、事件序列分割法、对称型/互补型沟通,以及数字/模拟沟通。本书呈现的其他观点包括病理性沟通的本质、等效性、非加总性、整体性、稳态和悖论。如果这些观点对你而言很新鲜,那么请读下去,这将为你打开通向理解人类行为和改变的大门。本书的某些部分可能读起来有点复杂、晦涩,但是我希望你能坚持读下去,咀嚼这些概念并牢牢抓住它们。你的努力将是值得的。

我在攻读家庭治疗的硕士学位时，第一次读到这本书。我们专业的教授温德尔·雷(Wendel Ray)博士将这本书作为系统理论课程的教科书。他曾向学生们反复强调，对于思索人们在治疗时呈报的问题和如何推动改变的过程，本书的观点是革命性的。在我读研期间所读的全部书中，这本书被我反复阅读。在一遍遍的重读中，我获得了新的启发，它的意义之重在今天仍一如当年我第一次读它之时。岁月流逝，我现已成为家庭治疗专业的教授，当我教授系统理论时，我也选择将这本书作为教材。与新一代的心理治疗师们继续我多年前与雷博士的交流，对我而言是一种享受。

从2005年起，我开始访问中国，与许多对家庭治疗感兴趣的中国同事一起工作，他们经常要我推荐一些值得译为中文的书，本书一直都是我的首选。我相信这本书将在中国情境下得到甚至可能连其作者都未曾预期的新应用。我向本系列丛书的编辑所做的工作致敬，他们努力与那些感兴趣的人分享本书的观点，从而将帮助遍及全球的无数家庭。

约翰·K·米勒(John K. Miller)博士



本书讨论人类沟通的语用(行为)效应,尤其关注行为障碍。在语言沟通的语用代码和语法代码尚未规范,甚至对“人类沟通的语义学可以被更好地理解”都充满怀疑的时期,任何试图对人类沟通的语用学进行系统化的尝试都被证明是无知或过于主观的。在当前的知识水平状态下,对自然语言的习得都无法进行充分解释,谈何提炼沟通和行为之间的本质关系?

另一方面,沟通显然是人类生活和社会秩序必不可少的组成部分。同样显而易见的是,个体自诞生开始就被卷入习得沟通规则的复杂过程,虽然他对诸如规则主体、人类沟通的演算机制之类的内容仅有最低程度的意识。

这本书并没怎么超出这一最低程度的意识范围。它的内容仅限于尝试构筑模型和陈述一些看似可以支持该模型的事实。人类沟通的语用学是一门尚在婴儿期的科学,它只不过刚能阅读和写下它自己的名字,还远远不能形成自己的语言体系,至于与其他许多科学领域的整合,则更是未来的事情了。然而,正是怀着未来整合的希望,我们向所有在最广泛意义上面临系统互动问题的领域中工作的人们推荐此书。

也许有人会认为,这本书忽略了那些与此课题具有直接联系的重要研究,比如缺乏非言语沟通及普通语义学方面的内容。然而,此书只是一本对人类沟通的语用学(这个领域显然至今仍没受到关注)进行介绍的书籍,它并不是一本所谓的百科全书,因而不可能囊括所有与人类沟通的语用学有关联的研究领域。出于同样的原因,我们在人类沟通理论方面也做了限制,尤其是对那些将沟通局限为单向现象(从讲者到听者)而不是将其看作交互过程的研究。

这个课题的跨学科性反映在它的呈现方式上。本书尽管主要着眼于精神病理学领域,但还是尽可能广泛地选取不同的对象进行举例和类比。需要注意的是,当本书借助数学进行类比时,仅仅是出于表达方便的考虑,而非意味着我们认为我们的数据已可以被量化。大量引用文学作品中的例子可能会引起不少读者对本书科学性的质疑,因为引用一些充满艺术想象力的虚构作品去印证某些观点看起来实在不够有说服力。我们并不想把对文学作品的援引作为证据,而是希望通过它们,用更容易理解的语言来阐述和演示理论观点;援引这些并不代表我们认为它们作为证据能证明什么。总之,这些例子和类比仅用于解释,并非用于预测或断言。

本书中有很多来自其他领域的基本概念需要加以解释,当然,该领域的专家并不需要这些解释。为了事先告知这些专家,也为了方便广大读者,在此简要概述各个章节的内容。

第1章试图勾画本书所参考的内容框架。本章介绍了一些基本概念,如函数(1.2<sup>①</sup>)、信息和反馈(1.3),以及冗余(1.4),并假设存在一种尚未系统化的代码,它是一种人类沟通的演算机制(1.5),成功的沟通都遵循其中的规则,而当沟通被干扰时,这些规则就会被打破。

第2章界定了一些关于上述演算机制的原理,第3章对这些原理所揭示的潜在病理现象进行考察。

<sup>①</sup> 此处使用小数的形式细分章节,并不为误导读者或哗众取宠,而是希望通过这种形式的标示,更清晰地展示章节的组织架构,从而更清晰地展示本书中相互参照的内容。(译者注:1.2表示第1章第2节,后同)