图书在版编目（CIP）数据

象征与叙事：现象学心理治疗/尤娜，杨广学著.
济南：山东人民出版社，2006.1
（心理治疗新思潮丛书）
ISBN 7-209-03858-2

Ⅰ.象… Ⅱ.①尤…②杨… Ⅲ.精神疗法
Ⅳ.R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2005）第 125286 号

山东人民出版社出版发行
（社址：济南经九路胜利大街 39 号 邮政编码：250001）
http://www.sd-book.com.cn
新华书店经销 青岛星球印刷有限公司印刷

*

670×960 毫米 16 开本 21 印张 2 插页 400 千字
2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷
印数：1—4000 定价：25.80 元

需要全本请访问 www.ertongbook.com

丛书序言

世纪之交，各种新思潮相互激荡，心理治疗领域面临三大问题：第一，我们是否正经历着一场思想理路的根本性变革？第二，我们的治疗实践将走向何方？第三，我们如何才能开展切实有效的临床研究？任何一位认真的心理健康研究和实践工作者，都不能不严肃地思考这三个问题，并做出自己真诚的回答。

在大多数读者心目中，心理治疗是一个近乎神秘的术语。弗洛伊德的精神分析，荣格的原型启示，梦幻魔术般的催眠暗示等等，不用说都具有一些令人望而生畏的巫术色彩。而更为学科化、学院化、系统化的各种心理治疗体系，尤其是以行为与认知科学为基本理论支撑的现代心理治疗的临床实践，则显示出其本身特有的自相矛盾，或者说是内在的悖论：一方面声称概念体系的科学性和实证研究方法的清晰性，另一方面则是实际治疗过程的模糊性和人际关系的不透明性。科学与神话的双重身份似乎是心理治疗领域目前还难以摆脱的一个噩梦。

20 世纪末风起云涌的后现代主义思潮已经并且正在继续改变我们的思维方式和话语风格，形成了我们通常所说的后现代语境。尼采在一百年前就曾经大胆预言的“重新评估一切价值”的时代，已经来到我们身边。建构论、解构论对我们的知识体系以及习以为常的基本信念和假设形成了强有力的冲击。生活在新世纪的群体和个人都不得不面对自我重塑的问题，这是一个非常艰难的新课题。每一个人，如果他是一个个人生活的自觉反思者，都不可避免地要挑起自我选择的存在重担，在自己并不熟悉、也没有一个固定而明确的终点的道路上，向着不可预知的可能前景迈出探索的脚步。这是对我

们生存勇气的一次真正挑战。

同时,从事心理治疗和咨询的专业工作者,以及有兴趣对人性问题以及人的迷失与解救进行涉猎和研究的人士,可能都已经或多或少地意识到了在这个领域中选择自己的价值取向和实践定向是多么的困难!

可以确切无疑地说,心理治疗领域正处于历史发展的十字路口,我们正面临着多种相互冲突的话语和视角的艰难抉择。

在全世界范围内作整体的考察,我们可以说,一百多年的心理治疗历史,见证了两次思想方式和咨询实践的革命。第一次革命发生在 20 世纪初年,弗洛伊德抛开了 19 世纪的生理学观点,转而用无意识的心理机制来解释精神病和神经症,从而催生了深度心理学和动力心理学治疗的滥觞。第二次革命发生在 20 世纪中叶,罗杰斯用人本主义的个人中心治疗取代了权威式的精神分析,并且自觉地与行为科学的控制程序相对抗,以此为个人意义的创造留下了空间,成为影响咨询领域和教育、企业、社会与家庭生活中人际关系变革的一股强大潮流。今天在这里,我们也许有点大胆地预言,心理治疗领域正在面临世界性的第三次革命的契机。

虽然现在我们还不能完全确定当前所面临的这场革命的性质,但是有几个关键性的趋向已经引起了广泛的注意:

第一,后现代性的语境成为时代的一种基本话语背景。以多元化、去中心、反权威为特征的当代语言 - 文化实践的普遍流行,对大写的真理的根本怀疑和消解成为当前社会文化生活中的一股全球性潮流。可以说,这个趋势表现出两方面的动因:一是对现代知识体系

及相关的社会体制和权威性话语控制的自觉或不自觉的反叛；二是对哲学和科学的认识论基础的彻底颠覆。后一个动因所导致的问题影响显得更为深远，也更加值得我们认真关注。

第二，叙事的理论研究与治疗实践蔚成风气。生活世界的故事化与本土话语的建构蔚成风气，用叙事代替体系，或者用故事代替理论，已经成为一股不可忽视的潮流。在心理治疗中，无论是自我理论的构造，还是生活故事的叙事，都具有隐喻的性质。正如保罗·利科所指出的，生活是一个不知叙事者为谁的故事。正是因为叙事隐喻的这个包罗万象的性质，叙事的心理治疗技术便具有了非常宽广的适用性。不同理论导向的咨询师都可以从中挖掘到能够利用的资源，使之成为自己的心理治疗实践和学术研究的一个参照点。例如，认知－行为学派可以把价值评定看做对个人行为的有说服力的叙事解释，看重创新性行为对改变以往非有效性行为的作用；精神分析学派则可以把兴趣点放在当事人自我叙事的防御机制上；荣格学派的心理分析则可以把对立面的吻合及整合作为治疗的核心环节；个人中心疗法则可能关注心理生活的自组织作用和象征性表达的准确性；所有这些其实都可以看做是自我叙事这一隐喻的不同表现形式。叙事和故事的隐喻有可能成为各种流派的治疗理论和临床实践交流贯通的汇聚点。表面化的差异和理论的争论不能完全掩盖它们在治疗实践中的共通性质，而叙事的大框架可以创造存异求同的理性交流空间。在这个意义上，叙事研究与叙事心理治疗的理论和技术，可以为我们提供具有普遍意义的方法论启示。

第三，超越性（或者说超个人）的心理治疗异军突起。最具文化

建设意味和人类学影响的，是注重人生意义的象征性生成的新兴的心理治疗实践方式。例如，不同形式的艺术治疗、游戏治疗、工娱治疗、身体治疗、心理剧与表演治疗等等。我国的心理治疗领域没有经过西方国家所经历的近百年的知识专业化和专业积累的过程，从而造成了目前专业化程度不高、专业资源积累严重短缺的现实，而在世界范围内心理治疗的生活化、大众化、非专业化倾向已经显露端倪，这可能会给国内本来就十分薄弱的专业基础配置带来重大的冲击，造成相当复杂的后遗症。尤其是在关于灵性和信仰的问题上，如果我们的学术研究和实际应用资源长期处于薄弱甚至空白状态，那么面对大众的精神需求的饥渴，我们就根本无法提供切实有效的指导和服务。因此，进一步解放思想，深入开展对超越性的灵性和信仰的心理学研究，为大众提供安身立命的生活践行的学术指导，已经成为心理治疗和相关学科的理论研究和实务开发的当务之急。

在心理治疗领域最先感受到直接冲击的，是实际从事心理治疗和咨询工作的专业人员。在面对求助于心理治疗的一个个当事人的时候，我们以往的心理学理论和概念系统似乎一夜之间显得陈旧不堪、繁琐而无用。虽然我们内心里早就对它们充满了失望和不满，但一下子失去了这些概念化东西的支撑，还是觉得有点儿茫然若失。如果现有的貌似客观的心理学知识体系一夜之间完全消解，我们依靠什么来确立我们合乎基本伦理准则的心理治疗目标？又如何寻求可靠而有效的方法和技术？如果我们缺少基本的学术依据和合法理论的支撑，缺少严谨有效的研究和自我批判，我们如何使自己区别于自卖自夸的江湖郎中，甚至是招摇撞骗的算命先生呢？

需要全本请访问 www.ertongbook.com

一方面，我们迫切需要一个理性的基础；另一方面，我们所处的时代恰恰是一个颠覆理性基础的时代。

西方自从近代启蒙时代以来，个人主义或者说个性主义思潮兴起，人成为评价一切的尺度：个人的兴趣和观点受到推崇；个人私己的世界在文学艺术作品中得到详细的描写；心理的现实（例如稀奇古怪的幻觉与精神病人的妄想）得到清晰的呈现；对各种特殊人群的关注也逐渐成为流行的趋势。

但是，个人化的特殊世界所具有的局限性也变得越来越明显。启蒙主义者所描绘的理想化的大同世界至今仍然未见迹象。恰恰相反，文化和价值取向的相对主义倾向，开始让人们普遍感到一种内心深处的不安和担忧。放眼今日世界，社会问题丛生，各种人群之间的矛盾冲突错综复杂，世界各地局部战争连绵不断，未来生活的不确定性成为笼罩在人们心头挥之不去的阴影。人类思想正处于彷徨迷茫的大雾之中。

这种局面可以说完全出乎启蒙思想家们的预料。具体到心理学界，人们也有充分的理由对学院式的心理学深感失望。其中一个重要的原因就是内在实在论的心理主义的理论失误。一百多年的心理学理论建设，似乎只是假设了许多类似于“个体中的小人”一样的“心理实体”，能够为我们人类安身立命所提供的学术成果却相当可怜。这样的心理学理论构造，对于人生的指导意义实在有限，甚至不无害处。

后现代的反主体主义正是对于实在论的心理主义理论的质疑和抵制。所谓“语言的转向”，对“大写的真理”的批判，对主体性的颠

覆,都是这一运动的主题话语。但是,在解构主义横扫一切传统的风暴之后,似乎什么有价值的东西都没有保留下来。“上帝死了”,“人死了”,“主体死了”,“作者死了”,“不是人说话,而是话说人”,凡此种种,在一面“反独断论”大旗下面挂出来的一系列标语口号,让人觉得似乎世界末日就要到来。普遍的联系、整体性、连贯性、完整的意义和价值,似乎都要统统被扫进垃圾堆。

西方一些学者对于近现代历史的发展现状进行了积极而深入的探究和反思。现象学就是这一探索的一个主要思潮。胡塞尔关于意识的纯粹现象学(1997),关于生活世界的理论和超越论的现象学(2001),梅洛-庞蒂关于人类身体综合作用的知觉现象学(2003),都力图从根本上克服独断论和怀疑论,从而真正为理性认识奠定具有自明性的科学基础。他们的方法和理论也许不是最终的答案,但是我们不能否认这是一个伟大的目标,而且现在看来也并没有过时。海德格尔曾经深入地研究中国典籍,特别推崇老庄思想的道家思想。他所倡导的“在世生存”(being-in-the-world)观和诗性生活态度,充满了十足的东方情怀。从西方哲人们关于存在即化生(being is becoming)的理解之中,难道不可以窥见庄子乃至整个东方心性哲学的影子吗?海德格尔临终前接受采访,说了一句令不少学者大倒胃口的话:“或许只有某个神才能拯救我们。”仔细考察他的著作和生平,我们觉得,海德格尔其实对于基督教是持有深刻的怀疑态度的。他对超越性目标的追求,其实更多地属于对普遍人文性的关怀。道家这样一种无神论的本体论和价值论思想,倒是与他的气质相当合拍。他对环境保护和诗性人生的坚持,可以毫无疑问地与中国的天人合

一精神贯通一气。贯通中国和西方各种优秀的精神传统，可以帮助我们有效地克服、矫正偏激的后现代主义的走火入魔，找到通向真理和解救的出路。宾斯万格（Binswanger）的此在分析（Dasein analysis）就是以现象学－诠释学为基本理念而创生的心理疗法。我们坚信，在新的时代条件下对中国古典心性学进行重新阐发和综合创新，能够为当代人安身立命的文化实践找到美好的希望和宽广的出路。

在目前反对心理主义、原子主义、抽象主义的当代思潮之中，特别值得我们关注的是一种充满政治学自觉的关于现实生活世界的现象学思潮。德国学者黑尔德提出的关于生活世界境域的“世界现象学”（黑尔德，2003）就是一例。黑尔德认为，人类所共有的世界和人与人的相遇才是我们应该关注的焦点，而雅典民主政治的真意，就是要开辟自我负责的人类共同世界。而这才是社会建构论应该关注的焦点。

超越的目标是人类追求自由解放的必然课题。真正的问题是：我们每个人以及我们人类全体，是否还有足够充分的理性来自由、自觉地选择我们共同的命运？超越性的真理本身是否还有立足之处？在后现代语境下讨论这些根本问题，无论是西方超越性的现象学，还是东方天人合一、出入圆融的心性学，都具有不容忽视的价值。而东西方的文化对话，正应该突出这个主题。为历史发展找到一个可能的方向，是任何一种关心人类命运的学问都不能忽视的真正使命。而心理学和心理治疗的研究在这个问题上尤其显得任重而道远。

中国古典心性学所追求的精神超越的境界，不仅体现了中华文化传统中一种极具魅力的价值评判和思维方式的取向，而且在哲学

理论建树和心性修养途径的探索中也达到了极高的水平。天人合一,内外和谐,出入自由,可以看做是这一取向的几个基本特征。禅宗之所以被看做是“中国化的佛教”,与此有着直接的关系。至于这些思想成就与当代现象学如何进行融会贯通,还是一个全新的课题。认真提炼东方心性观独特而精到的理解,对于我们心理学等“人学”研究具有不容忽视的启发意义,对于我们在当代社会条件下寻求协调心与身、个人与他人、人类与自然的紧张关系,也具有直接的现实借鉴意义,而且对于心理健康和治疗的价值评估和目标定位,其应用含义也是不言而喻的。我们需要以更加清醒的头脑,付出更大的努力,澄清许多不必要的观点和认识的迷误,深入发掘我们中华民族的丰富精神宝藏,以期对世界性的人类思想变革和学术创新做出重大贡献。

心理治疗对于生活经验所具有的开放性质,不适合以概念的形式固定为某种理论的体系。如果我们热衷于建构封闭的心理治疗的知识和技术体系并试图将它制度化,我们就会犯削足适履的错误,甚至会造成严重的危害。

以人的生存为基本价值取向的心理治疗重视对于人生意义的追问,启发人们以新的视角来看待生活本身。这种生存本位的治疗观充分尊重个人的体验及其象征性的表达,重视人的在世生存的丰富的可能性,因而展现出强劲的活力和宽广的前景。严格说来,心理治疗关注的不是疾病,而是活生生的人本身。心理治疗是人类心灵生活本身自我进化、自我调节的途径。按照福柯的观点,传统宗教专注于修补受伤的灵魂 ;近代医学致力于治疗身体的疾病。将来的人类

又会以何种方式来解决自己的问题呢？以广义的文化建设作为大背景，全面考察心疗的发展走向和治疗师的工作性质，不可避免地要考虑生活哲学、应用伦理学和意识科学的价值取向问题。毫无疑问，心理治疗关注的焦点是个人的精神生活。自我意识的主观自觉，身体力行的道德践履，无疑是心理健康、人格健全的最重要的维度。如果我们承认这个命题，就需要对心理学的性质和功能重新思考、重新定位。当前流行的学院心理学远远不能适应社会和群众的迫切需要，必须经历脱胎换骨的改造，扩大其范围，丰富其方法，使之能够有效地处理人生意义的问题。

《心理治疗新思潮丛书》是对当前心理治疗领域前沿的学术思潮进行探究的专著系列。通过这套丛书，我们试图紧密结合心理治疗的理论和临床实践的最新发展趋势，准确而深入地介绍西方当代有关的学术流派和研究主题，并努力针对中国社会的迫切需要进行有的放矢的讨论和评价，以期引起学术界人士对这些前沿性问题的重视，开展理性的探索研究，更好地推进我们的专业建设。

《叙事心理治疗导论》对最近 20 年叙事研究和叙事心理治疗的发展趋势和主要思想作了系统的梳理和全面的评介。我们希望这本书能够引起国内同行对于全球性的学术研究和文化实践的叙事化潮流的关注和研究。

《象征与叙事 现象学心理治疗》针对叙事与象征的心理学和心理治疗理论，从现象学、存在主义、诠释学、后结构主义（如拉康的精神分析）等理论思潮的分析入手，对心理治疗的价值论和方法论展开深入的学理讨论，期望提出当前具有普遍意义的理论论争的一些焦

点问题。本书涉及心理学和心理治疗理论的许多深层问题，有些观点可能会引起争论，但是如果能够有助于在心理学界形成认真讨论问题的学术氛围，我们觉得把自己并不完全成熟的观点和思考表达出来，也是一种值得尝试的真诚冒险。

《艺术心理治疗》针对当代社会生活中艺术的远离与意义的荒芜倾向，从意象形成与意义建构的角度，探究本真的人生体验和意义完形表达的过程，澄清创造性的对话式治疗关系，揭示艺术治疗的基本机制和临床实践的原则。对这个无限广阔的领域的探索还刚刚开始，不过只要有潜心致志的耕耘，收获的季节就指日可待。

《短程心理治疗》考察了短程心理治疗的兴起原因、类别、特征、有效性、应用现状，并对早期精神分析的短程心理治疗、短程的动力心理治疗、现当代精神分析取向的短程心理治疗、短程的认知治疗、解决方案中心的短程治疗、短程的叙事心理治疗做出了系统的分析和评价。这本书还是目前国内尚少见的比较系统的短程治疗的研究专著，希望能够为大家提供翔实确切的资料和严谨的分析、评价。

《超个人心理治疗》系统考察了超个人治疗运动深厚的精神传统背景，介绍了诸位理论大师的奠基工作，较为全面地呈现了当前超个人治疗的整体面貌和发展走向并对意识变异状态、致幻剂治疗、催眠与治疗、生物反馈技术、全回归模型、超个人身体治疗的技术、静修、分析心理治疗、“心理综合”的治疗模型和意义治疗等课题进行了深入的评介和分析，可以为国内的专业界同行提供有益的借鉴。

《现象学个案研究方法》针对心理治疗领域个案研究的方法论和具体操作程序（过程研究，文本分析、话语分析、对话的叙事研究，单

需要全本请访问 www.ertongbook.com

一被试实验研究，自我叙事的行动研究等）进行了比较系统的探究。本书在强调方法多元和问题中心的基础上，力图在现象学原则、质的分析、原始文本研究和过程转变的丰富描述等方面，提出解决实际问题的有效策略。心理治疗效果的科学评估，以及操作程序的实验控制，历来被看做是最困难的研究课题。个人的价值选择和内心体验很难进行客观的控制和大样本的比较。实验科学的方法要用于微妙复杂的治疗过程非常困难。现象学主张，研究者要悬置自己的主观判断和理论概念，强调以开放的心态面对经验事实，通过本质直观，让事物显现其自身的结构。面对心理治疗的过程，详尽地记录完整的对话，描述丰富的现象，让事实自己说话，让新的意义得以涌现，是个案研究的特色和优势所在。个案研究可以在实际的治疗关系中，将研究者和当事人的体验和启示，表达为具有一定普遍性的意义象征，以翔实的细节提供令人信服的证据，从而达到有效的学术交流的目的。这样不断地积累经验材料，不断进行理论的归纳和技术的创新，心理治疗的研究才能真正开花结果。希望本书作者在这条荆棘丛生的研究道路上的探险，能够为同行们提供一些有益的经验，至少也可以提供失败的教训。

这套丛书反映了当前学术前沿的潮流和动态，也记录了作者们在治疗实践和个人成长旅程上的心得与甘苦。我们深知心理健康事业的艰难，写作的过程也使我们充分体验到了思想磨炼的痛苦。在与大家分享经验的时候，我们心中未免有些忐忑，唯恐自己的浅知陋见会误导读者。我们真诚地相信，真正的学术交流是一个切磋琢磨的过程。我们在此把这套丛书呈现给大家，诚恳地渴望得到学者专

家的批评，渴望在问学求道的路程中，从各界有识之士的指点获得教益。

丛书得到教育部回国留学人员研究项目和鲁东大学出版基金的资助，在此表示感谢。

杨广学

2005 年 3 月

目 录

丛书序言 1

导论 1

一、现象学的心理学研究 3

二、象征、叙事及其研究 9

三、象征、叙事与诠释学 11

第一章 现象学的心理学 14

一、现象学及其特征 14

二、现象学的心理学 26

三、现象学与心理治疗 31

四、话语和叙事在治疗中的地位 46

第二章 语言相对论及其超越 48

一、语言相对论 48

二、言说的多重维度 52

三、景观世界与文化差异的超越 57

第三章 拉康“话说人”与庄子“言无言” 60

一、象征界与潜意识的欲望 60

二、庄子“言无言”的生活处方 69

第四章 心理治疗中的象征 76

一、荣格的象征理论 81

二、弗洛姆的象征观 90
三、象征态度 91
四、接受象征 96
五、象征的体验 98
六、象征作用与心理治疗 100

第五章 叙事与心理治疗 103
一、什么是叙事 104
二、叙事结构 112
三、叙事与关系世界 116
四、话语和叙事 118
五、叙事存在 123
六、叙事心理治疗 127

第六章 故事式自我:一个基本隐喻 135
一、经验 136
二、意义 139
三、言说的真实性 143
四、由“外”到“内”的自我 146
五、叙事心理学中的自我 149
六、叙事:自我建构的整合性隐喻 156

第七章 叙事与身体自我 164

一、后现代主义对主体和自我的消解 164
二、故事与身体自我 167
三、身体自我与现象学治疗 172

第八章　小睿的故事：自我与混沌 184
一、“一个女人，或者一只狗” 184
二、“你觉得我像男孩还是女孩” 189
三、“我时时刻刻在寻找依靠” 207
四、大海无言 210
五、“三年以后再见分晓” 210

第九章　梦与象征 - 叙事治疗 214
一、梦是什么 216
二、梦的意义 221
三、梦的语言：象征和隐喻 227
四、梦与自我 230
五、梦，文本，叙事 234
六、心理治疗中梦的工作 249

第十章　心理治疗的诠释学 259
一、心理治疗的悖论 263
二、诠释学与心理治疗 265
三、共情的理解与批判的诠释 270

四、对话与心理治疗 274
五、不知的立场 285
六、本土意义和对话性的询问 289
七、总结 294

主要参考文献 299
主题词中英文对照 309

需要全本请访问 www.ertongbook.com