

[美] 玛丽亚·葛莫利 (Maria Gomori) 著

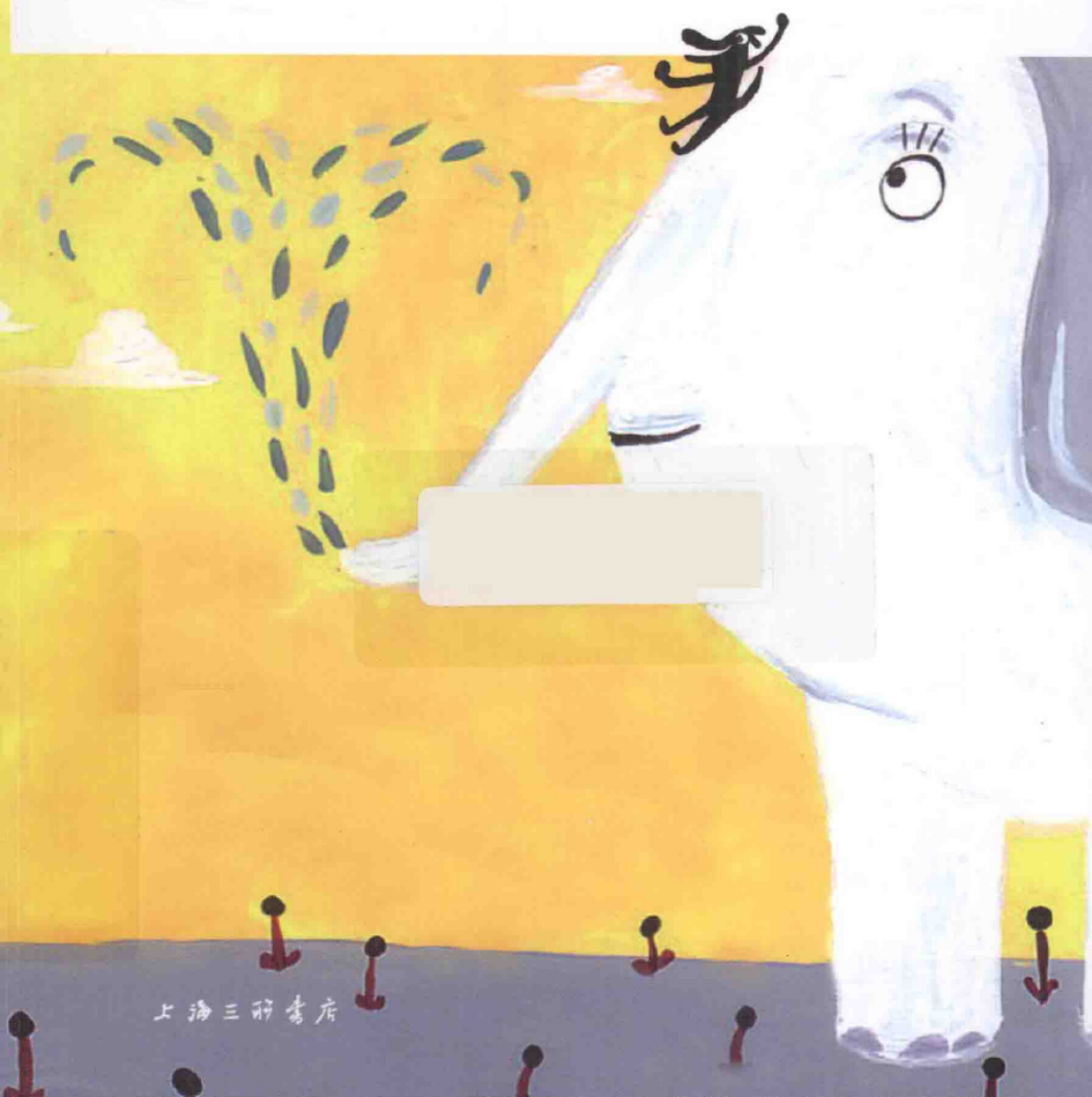
沈明莹 杨志贤 成蒂 王凤蕾 审阅

释见晔等译

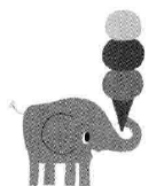
Elephant In The Room

大象在屋里

萨提亚模式家庭治疗实录



上海三联书店



[美] 玛丽亚·葛莫利 (Maria Gomori) 著
沈明莹 杨志贤 成 蒂 王凤蕾 审阅
释见晔 等 译



Elephant In The Room
大象在屋里

萨提亚模式家庭治疗实录

上海三联书店

图书在版编目(CIP)数据

大象在屋里:萨提亚模式家庭治疗实录/(美)葛莫利著;

释见晔等译. —上海:上海三联书店,2013.

ISBN 978-7-5426-4379-7

I. ①大… II. ①葛…②释… III. ①家庭—精神疗法

IV. ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 222902 号

大象在屋里——萨提亚模式家庭治疗实录

著 者 [美]玛莉亚·葛莫利(Maria Gomori)

审 阅 沈明莹 杨志贤 成 蒂 王凤蕾

译 者 释见晔 等

责任编辑 钱震华

特约编辑 黎 迦

装帧设计 孙豫苏

责任校对 汪彦弘

出版发行 上海三联书店

(201199)中国上海市都市路 4855 号

<http://www.sjpc1932.com>

E-mail: shsanlian@yahoo.com.cn

印 刷 江苏常熟市东张印刷有限公司

版 次 2014 年 2 月第 1 版

印 次 2014 年 2 月第 1 次印刷

开 本 640×960 1/16

字 数 485 千字

印 张 34.75

书 号 ISBN 978-7-5426-4379-7/B·306

定 价 78.00 元

译者序

萨提亚模式家庭治疗的著作，始于维琴尼亚·萨提亚(Virginia Satir)女士于1964年出版的《联合家族治疗》(Conjoint Family Therapy)。1983年，萨提亚女士与其学生合著《萨提亚治疗实录》(Satir step by step: a guide to creating change in families)，书中第一部分“家庭会谈实录”，是萨提亚女士家庭治疗的逐字稿。萨提亚过世以后，台湾似乎不再有关于萨提亚模式家庭治疗的书籍出版。而玛莉亚这本关于“家庭治疗”的书，对萨提亚模式家庭治疗者而言，可说是承先启后之作。

玛莉亚自四十九岁起开始追随萨提亚女士学习，如今已届94岁高龄，仍以孜孜矻矻的精神，在每年春、秋两季，自加拿大远赴亚洲地区教导与带领萨提亚模式工作坊。本书即是她2010年6月在上海、2011年3月在南京，以及2011年11月在上海举办三阶“萨提亚模式家庭治疗”专业训练的成果。^①

本书的出版是“无心插柳柳成荫”，它一开始并不存在“萨提亚模式家庭治疗”专业训练的预期成果。第二阶段的训练即将结束时，为了学习，译者建议誊写玛莉亚工作的逐字稿，供学员互相讨论与学习。没想

^① 十场家庭会谈，其中九场在南京、上海，但有一场家庭会谈是在北京进行，那是另一梯次萨提亚模式家庭治疗的训练课程。

到此一建议的影响如雪球般愈滚愈大,其中的过程译者并未参与,但是竟从誊写中文逐字稿而演变成一本书的出版。在此,一并谢谢那些家庭同意他们的故事出版,才有这本书之问世。其间的过程相当艰辛:由专人在保密协议条件下誊写这些案例的中英文逐字稿,^①经玛莉亚的修改、增补、删订后,再翻译为中文。接着又把译稿寄给大陆的治疗师过目、确认、修改或重写。“治疗师的说明”即治疗师介绍案例的部分,有些是重写,而不是现场提案的修改。

本书是玛莉亚在台湾出版的第三本书^②。前两本书先有英文版,再翻译为中文,本书却只有中文版,直接由英文稿翻译而成。玛莉亚期待台湾繁体、大陆简体版可以同步出版。

本书内容含括八个家庭、十次会谈,并非是以洋洋洒洒、长篇大论的方式来介绍萨提亚模式家庭治疗的教科书,而是呈现玛莉亚现场工作的内涵,看她如何多元运用萨提亚模式为家庭工作。每次会谈,由“治疗师说明”开场,治疗师介绍自己与个案工作的重点;中间是玛莉亚与家庭的会谈;最后则是小组讨论的回馈、提问和玛莉亚的教导。

唯一的例外,是本书中的《舍与不舍——想离家独立做自己的儿子》是首次会谈。换言之,玛莉亚见这个家庭前,并没有治疗师和这个家庭工作过,而是玛莉亚直接和家庭进行首次会谈,所以没有“治疗师说明”这部分。其后,因为时间限制,没有进行小组讨论,所以也没有“回馈、提问和教导”。

本书内容除了呈现现场工作的过程外,玛莉亚为了本书的出版,还新增了一些文稿,除了导论,她增补一段“当我见家庭之前,我的内在发

① 项目组注:在南京的课前工作会议上,赖积丰、夏倩等助教们反映,学员希望有一本教材。玛莉亚回应说,如果逐字稿能转录,就可以写出教材来,大家踊跃响应,并于二阶课结束时专门开会分工。自此,开始了中英文逐字稿的同时转录工作,并于三阶逐个征得愿意参加的家庭的同意,其中也有选定的精彩个案家庭因害怕暴露而最终婉拒。

② 第一本是玛莉亚的自传《爱与自由》;第二本是介绍“家庭重塑”的专业著作《心灵的淬炼》,皆由易之新译,张老师文化出版。

生了什么？”这份珍贵资料，放在本书《由“心结”至“连结”——四个女人之间的爱与痛(1)》第四部分“答客问”里。从中可以管窥玛莉亚在工作时的内在历程。

本书之译文在大陆治疗师过目、确认时，为了照顾个案特定需求或其他因素，删除了一些重要、敏感的语句。这些删除，对于要完全看到玛莉亚现场工作的读者而言，虽有遗憾，但也是不得不的妥协。这是对案主需要之尊重，后来我心也从“不得不”转化为“愿意”妥协。

书中有关萨提亚模式专有名词之中译。自1983年萨提亚来台，萨提亚模式就在台湾落地、散播，其间相关书籍不断地被翻译、出版。近十余年来，萨提亚模式也在大陆心理治疗、教育、精神医学等领域大量传播，翻译书籍如雨后春笋般冒出。而专有名词因理解上的差异，出现许多不同的中译词，如congruent被译为一致型、一致、表里一致、一致性等。中文的“一致”，意指“我希求，我和你‘相同’”，而这忽略了“我和你可以是有差异的”。此外，“一致性”除了求“表里一致”外，有时因应不同的情境，可以有“一致性的不一致”。所以在本书里，“congruent”均译为“一致性”。

另外，“self-esteem”常被译为自我价值(感)、自尊等。中文的自尊有时会与自尊心相连在一起，但自尊心强的人，其自我价值感有时可能很低，因此本书将“self-esteem”译为“自我价值(感)”。

萨提亚模式某些基本名词如placating、blaming、super-reasonable、irrelevant，经常被翻译为讨好型、指责型、超理智型、打岔型，因为“型”易有暗指僵化、不变之义，但萨提亚模式相信，“人有改变的可能性”，所以在本书译文里，这些都被翻译为讨好、指责、超理智、打岔。

从传入、散播至今，在前人基础上，后学者对萨提亚模式的理解与时俱增。笔者有感于学习者在学习中有术语本身的使用与诠释，对于了解萨提亚模式的意义相当重要，为使文本能适当地被诠释，可以为读者提供学习的服务，译者对于译词有其选择，但非定论，之中尚有讨论、发展的空间。

翻译以信、雅、达为原则，但本书是现场工作之结集，使用的是口语的文字。若要修饰成典雅的文字，则会丧失玛莉亚现场工作的精华。故译文以信为首要原则，再辅以达到。

谨慎起见，我希望中文能无误地传递玛莉亚的意思，所以每篇译稿至少都经过沈明莹、杨志贤、郑怡君等人对“英翻中”文义的审阅。他们除了核对“中、英文义”无误外，还会再修稿，尤其沈明莹本人是现场的翻译者，更能掌握文句的前后脉络，经其修订之处，更见文本之流畅、生动。在此，对沈明莹之参与和协助，致上一份我的敬意与谢意，她是我翻译此套书的英语老师。翻译初期，时间较为充裕，译稿经过审阅，再经译者修订后，还会请第三者帮忙润稿，这部分则要谢谢李婉如的耐心修润。

因为翻译过程极为复杂，本书出版实是众志成城，而非译者本人单力可为。过程中有许多英文书信的往来：玛莉亚每修订完一个案例，即邮寄给我翻译，我的英文程度虽然可以英译中，但回信联络时的中译英则无把握，需要沈明莹、李岛凤的帮忙。对于沈明莹之大力鼎助及李岛凤之临危救急，我不胜感激。

案例都是中国家庭，用的是中文，但在英文逐字稿里，玛莉亚见到的是“中翻英”的语汇。我再“英翻中”，如果直接依英文翻译而成，实难以抓到案例使用中文语汇的语感，这样的译文将展现出中不西的风格。为使译文能流畅、生动，我急需对照中文逐字稿，以了解家庭成员使用的语汇为何。说到这里，我由衷感谢张瑶华，她是我的“救火队”。尤其在翻译后期，时间急迫时，我很感谢她的无私、慷慨，愿意从事这样繁琐的誊写工作，解我燃眉之急。

回首来时路，真觉不可思议。我明了自己个人特质，年少轻狂时的选择是宁可写论文也不要从事翻译，没想到为了萨提亚模式家庭治疗的承先启后，我竟然走过十三个月的翻译生涯，这岂不又印证了萨提亚模式的治疗信念：人有改变的可能性。

这段时日对我来说不只是工作，也是心性的磨练：磨我的不耐烦，

要定下心来一字一句地琢磨、翻译；磨合我的焦虑与不安，译程中有太多的变数，太多的不按部就班，太多的介入……我需要接纳那随之而来、不停舞动的焦虑与不安，才能又按下性子慢慢地推敲、翻译，完成任务。

总之，庆幸生命当中有这段与我本性不合的翻译生涯，因为我的抉择，我需要决定、调整、修炼我的心性。一切滋味，尽在不言中，有不耐烦、枯燥、索然无味的日子，但也有专注、会心一笑的时刻、柳暗花明又一村的豁然。对生命里冥冥之中的安排，我又再一次臣服。

释见晔

目 录

导 论	1
-----------	---

带刀上学的男孩——突破爱与控制的矛盾

一 治疗师说明	31
二 会谈	36
三 回馈、提问和教导	71
四 团体讨论	74
五 后记	84

忧郁的呐喊——忧郁症下的家庭难题

一 治疗师说明	87
二 会谈	94
三 回馈、提问和教导	126
四 治疗师的追踪报告	130

暗中饮泣的男孩——多重系统的合作

一 治疗师说明	133
二 会谈	135

三 回馈、提问和教导	163
“完美”的诱惑——夫妻连结,松绑孩子	
一 治疗师说明	187
二 会谈	188
三 回馈、提问和教导	228
舍与不舍——想离家独立做自己的成年儿子	
一 冥想与教导	241
二 会谈	252
由“心结”至“连结”——四个女人之间的爱与痛(1)	
一 治疗师说明	289
二 会谈	292
三 小组讨论之呈现	325
四 答客问	340
由“心结”至“连结”——四个女人之间的爱与痛(2)	
一 玛莉亚的回馈	345
二 会谈	345
三 小组讨论之呈现	385
四 治疗后追踪与补充	403
“失控”与“温暖”——家庭如战场中的生命能量(1)	
一 治疗师说明	407
二 会谈	409
三 回馈、提问和教导	443

“失控”与“温暖”——家庭如战场中的生命能量(2)

一 治疗师说明	447
二 会谈	449
三 追踪报告	488

厌食是武器——争取自主的女孩

一 治疗师说明	491
二 会谈	493
三 回馈、提问和教导	537

后 记	543
-----------	-----

导 论

本书如何诞生

2009年在上海,有位很特别的人问了我一个问题,她能做什么以让我完成一个我梦想中的计划?那时候,我已经累积了多年和中国不同团队工作的经验。我曾在北京师范大学教导萨提亚模式的家庭治疗,也曾和很多团体合作,在不同的城市,面对大型的团体,采用不同的方式教导萨提亚模式。

我的愿望是和一群专业人士一起工作,他们或许已经从事或即将从事家庭治疗,他们需要具备萨提亚模式的基本知识,必须承诺在两年内愿意参加三期,每期六天的萨提亚模式工作坊。现在的问题是:有多少符合上述条件的人愿意这么做,不但要有足够的时间与精力,还要能偿付参加训练的差旅支出及各项费用。我的愿望终于实现了。这个特别的人叫李希哲,她主动提出赞助这项计划。就这样,一班人马聚集在一起,开始了筹备策划及各项组织安排。

李希哲自愿出资资助,让专业训练可以责无旁贷地进行。感谢我的朋友孙雅芳在整个训练过程中的参与、支持和照顾。夏倩、刘翠莲、鲍立铄等人在筹划、邀请、评估、审核及召集方面发挥了重要的作用,使这一切都变成了事实。刘翠莲以专业态度全心投入个案的召集工作。

陆程专业地录制了上课录像带，鲍立铤、何丽华包揽了其余剩下的事情。

此外，还要感谢“增爱同路人公益专项基金”的尹琪、李希哲、马东、吴海明、袁敏；“上海高校心理咨询协会萨提亚模式研究与发展中心”的叶斌、陈增堂、刘翠莲、鲍立铤、何丽华等人，及由邓焕成带领的“宏慧焕然管理咨询有限公司”的苏青、梁秀丹等人的帮忙与协助，培训项目的第一个阶段完全由他们负责完成。

感谢刘翠莲召集了整个逐字稿的誊写工作。释见晔、沈明莹、黄玉如召集、协调了台湾、香港地区的学员参与誊写工作。

感谢誊写中文逐字稿人员：付林涛、田淑梅、李慧贤、何丽华、茆丁、范忠凤、陈庆玲、张天安、张瑶华、黄碧珠。

感谢誊写英文逐字稿人员：朱雪娴、沈明莹、李伟庆、吴延基、周根骐、徐立新、陈华盛、袁敏、区纯华、黄玉如、曾慧雯、叶李淑仪、鲍立铤、卢婉婷、苏青。

感谢学习小组导师的帮忙：王凤蕾、成蒂、沈明莹、林宏川、陈桂芳、夏倩、杨志贤、赖杞丰、释见晔。

感谢周根骐、李伟庆对“导论的翻译”；还有黄碧珠翻译《答客问》的部分（玛莉亚重要的教导）。

感谢释见晔对整本书稿进行翻译、整理及审核的工作。

还要感谢提供相关案例的治疗师：范忠凤、郭苏皖、闵霏飞、付林涛、夏倩、刘翠莲、田玉荣、李雪霓。他们在提供案例后，还进行案例内容的审核与确认工作。

特别要感谢愿意把自己家庭呈现给大家的个案家庭：王振武、王霞、王广坤、Jane、Lydia、Alan、Steed 等。

要特别感谢工作坊所有工作人员的努力工作，让项目过程变得非常愉快。感谢摄影师的努力付出，没有他就不可能有此书的诞生。感谢所有小组导师的辛勤工作和对此项目的贡献。感谢钱震华编辑在整个简体版出版过程中克服困难、辛苦的付出。感谢刘翠莲在大陆简体

版出版过程中的持续努力与支持,感谢刘翠莲、方伟英、何丽华、李宁、王荣、毕晨虹、冯冰、朱承熹等对简体版的校阅。

我要把最特殊的感谢献给所有参与现场会谈的家庭,他们对我们分享了自己的生命。能与这些家庭连结,真的是我们的荣幸。我代表所有读者向这些同意在此书中分享自己个案的家庭表示感谢,读者将从你们的经验中学习并获益。

我本人玛莉亚也要给自己一个欣赏,为了写作、修改、编辑此书,不知花了多少时间。我带着爱与欣赏,将此书献给所有在工作坊勤勉工作的同事及学员,他们分别来自中国大陆、香港和台湾地区,每个人都渴望学习和成长。

你们的参与促进了我的个人成长,也更让我相信我们彼此在一个非常特殊的层面上互相连结。我感谢能有这样的机会分享彼此的生命。

第一阶段的训练,2010年6月23日至27日在上海举行;第二阶段的训练,2011年3月16日至21日在南京举行;第三阶段的训练,2011年11月16日至21日在上海举行。

训练导师是玛莉亚·葛莫利;翻译是沈明莹;来自香港和台湾地区的学员担任学习小组的导师。^①

学习的基模是依据维琴尼亚·萨提亚家庭治疗的体验性训练工作坊,其方法是以小组分享学习要点、现场的家庭会谈,以及会谈之后的各种讨论。

我们邀请治疗师把他们治疗的一些家庭带到工作坊,让他们接受一次或一次以上的会谈,而每次都只做一场会谈。

每个被选中的家庭,都会有一位治疗师负责追踪。在我进行家庭会谈前,治疗师需要简要陈述会谈的诉求与期待,以及到目前为止的家庭治疗情况、介入,以及对历程的评估。我们对所有参加会谈的家庭承

^① 有一位来自中国大陆。

诺保密,这些家庭也都同意录像。

会谈后,学员分组(十至十二人为一组)讨论他们的观察和学习要点。小组导师代表小组在全班面前分享学习要点并提出相关问题。为了确保后续的学习成果,我们依照学员居住的地区分组,由指定的地区小组导师带领大家定期观看及讨论工作坊的相关录像资料。地区小组的导师分别是台湾成蒂、香港沈明莹、南京夏倩、上海赖杞丰。

玛莉亚·葛莫利的开场白

工作坊开课的第一天上午,李希哲、邓焕成、夏倩分别致词欢迎、感谢所有学员的参与,并对这个重要的学习机会表达了成功的期待和美好的祝愿。

玛莉亚·葛莫利的开场白如下:

首先,我要感谢大家参加 2010 年度在上海举行的首届工作坊的学习。同时也要感谢筹备和赞助这个工作坊的所有人员,是他们把这项计划变成事实。我很荣幸有这个机会和大家分享我的信念以及我所知道的家庭治疗。相对而言,家庭治疗是心理治疗领域的一个新发展,到目前为止还在不断地变化与发展。

虽然其历史短暂,却有着漫长的过去——它是一种较新的心理治疗方式。有趣的是,在家庭治疗的初创期,那些独特而富有创新精神的先驱们,虽然生处同一时代,却生活在世界的不同地方,而且有很长一段时间,彼此互不相知。1966 年,我在加拿大完成社工硕士学位时,学校里还没有“家庭治疗”这门课。

由历史观之,弗洛伊德认为发生在成人时期的心理障碍,是由儿童时期未解决的问题所导致,但是弗洛伊德的治疗方法却剔除了家庭。

在美国,儿童指导诊所(Child Guidance Clinics)一开始只关注儿童的个体症状,从 20 世纪 20 年代起,甚至演变成一场运动。后来诊所的工作人员慢慢发现问题的根源并不是儿童的病态症状,如尿床,而可

能是与家庭的紧张度有关。开始治疗时,母亲和儿童被分开观察,母亲被认为是问题的诱因;父亲则被忽略,因为父亲不被视为是家庭情感生活的一部分。常见的治疗安排是精神科医师治疗小孩,社工会见母亲。会见母亲的主要目的是减轻她的焦虑和情绪压力,调整其育儿态度。虽然在治疗态度上,重视家庭已得到认同,但母亲和孩子被视为个体而分别接受治疗。受到精神分析盛行的影响,关注和强调的重点是人的个体心智及内在冲突。受到大环境影响,虽然儿童发展领域有了很多新发现,但临床治疗还是常常忽略人际互动之脉络。

如前所述,在20世纪40、50年代时期,家庭治疗的先驱们各自以其独立的方式,在美国不同地方开始其演变发展。1951年,维琴尼亚·萨提亚会见了她的第一个家庭;萨尔瓦多·米纽庆(Salvador Minuchin)也在1959年面见了他的第一个家庭。1950年代初期,默里·鲍温(Murray Bowen)和卡尔·华特克(Carl Whitaker)会在某位家庭成员被诊断为精神分裂症时,让所有家庭成员都前来住院。1950年代,有关家庭生活与罹患精神分裂症之关联性研究,引发了格雷戈里·贝特森(Gregory Bateson)开创性之研究工作——精神分裂症研究之项目,该研究阐明了“沟通”、“家庭”及“治疗”三者间的关联性。

2010年11月在安纳海姆(Anaheim)举行的心理治疗发展大会(Evolution of Psychotherapy Conference)上,米纽庆博士谈到自己身为家庭治疗师的发展历程,我被他的演讲深深打动。他谈到了自己在哈勒姆街区,为住在寄宿学校的少年犯工作时的经历。和这些住校男孩一起工作两年后,他们各自回到自己的家庭,不久后他们又开始新一轮的行为障碍之恶性循环。这个发现引领他开创出家庭治疗的新途径。他不知道如何着手,所以决定从经验中学习。

他们做了一个双面镜,两名治疗师留在镜后观察,两名治疗师带领会谈。他们发展出“三阶段会谈”法。第一阶段,两名治疗师同时会见整个家庭;第二阶段,一名治疗师会见父母,另一名会见小孩。到了第三阶段,两名治疗师花半个小时会见整个家庭。之所以这么做,是因为

他们认为父母和孩子在分开时会有不同的行为表现，他们试图探讨这些行为差异。会谈结束时，留在镜子后面的两名治疗师问道：“我们做了什么？”他们不知道自己做了什么。这是一个学习的过程。他们对家庭系统的结构、联盟、结盟、界限、不同的功能，以及家庭成员在不同系统中所呈现的不同行为等种种因素产生好奇。

米纽庆博士谈到了他的第一本著作《贫民窟家庭》(1963年)，此书是以社会学书籍的名义发表，因为那时没有心理学读者会对拿政府福利金的家庭产生兴趣；此书只售出五千本。

接着，他们与有厌食症患者的家庭一起工作。他们发现这些家庭相互纠缠，父母间的冲突加重了孩子的症状。随后几年间，米纽庆博士出版了十本书。他说，在那些年里，他的风格和思想发生了很多变化。他说：

当我听到结构式家庭治疗时，我多半会有很大兴趣，就像 20 世纪 70 和 80 年代时那样……，但现在我已不再那样了。所以我说我不是结构式家庭治疗师。我曾经是，但我现在的做法不一样了。

我的风格随年龄而改变，也随时代的习尚而改变……我在前二十至二十五年间所从事的工作虽说可以，但还不够……尽管我的思想保持了某种连续性，但我的风格已经发生很大变化。我阅读过所有同事的著作，通常我有自己的想法，而且经常不同意他们的观点。但我效仿维琴尼亚·萨提亚、阿克曼(N. Ackermann)、贝特森和海利(Haley)、华特克，我效仿麦克·怀特(Michael White)，我效仿每个我认为值得效仿的人……如果他们的观点正确，那便是他们奉献给这个领域的礼物……当然，我也效仿自己。我在自己的领域里不断地思考探索，不停地工作。

我被他的人性、诚实及企图变革的持久好奇心深深打动。我认为