

团体咨询与治疗

一种崭新的人际-心理动力模式

GROUP COUNSELING AND THERAPY

A NEW INTERPERSONAL AND PSYCHODYNAMIC MODEL

吴秀碧 著



中国轻工业出版社 | 全国百佳图书出版单位

Group Counseling and Therapy
A New Interpersonal and Psychodynamic Model

团体咨询与治疗

一种崭新的人际-心理动力模式

吴秀碧 著

图书在版编目(CIP)数据

团体咨询与治疗：一种崭新的人际-心理动力模式 /
吴秀碧著. —北京：中国轻工业出版社，2018.8
ISBN 978-7-5184-1792-6

I. ①团… II. ①吴… III. ①集体心理治疗—研究
IV. ①R459.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第111216号

版权声明

本书为(台湾)五南图书出版股份有限公司授权中国轻工业出版社“万千心理”
在中国大陆出版发行简体中文版，2018。

总策划：石铁
策划编辑：戴婕 责任终审：杜文勇
责任编辑：戴婕 刘雅 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：2018年8月第1版第1次印刷
开本：710×1000 1/16 印张：31.50
字数：460千字
书号：ISBN 978-7-5184-1792-6 定价：88.00元
读者服务部邮购热线电话：010-65125990，65262933 传真：010-65181109
发行电话：010-85119832 传真：010-85113293
网址：<http://www.wqedu.com>
电子信箱：1012305542@qq.com
如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换
171035Y2X101ZYW

推荐序一

当我手里捧着刚收到的沉甸甸的新书厚作——吴秀碧教授撰写的《团体咨询与治疗——一种崭新的人际-心理动力模式》时，心中油然而生的是深深的感动和无限的敬意。这本集秀碧老师 40 多年的探索、实践与钻研的心血之作实在太丰富、太珍贵了。我的脑海里不由自主地浮现出许多与吴老师相遇、相识和成为知音的那些感人的画面。

第一次见到吴秀碧教授是 16 年前的那个秋天。2002 年，受中国台湾辅导学会的邀请，我和北京大学心理学系的钱铭怡教授一起赴台参加了辅导学会年会，并应邀在会上介绍了大陆心理咨询与心理治疗的发展。会后，时任理事长的台湾政治大学钟思嘉教授安排我们去台中的暨南国际大学交流。萧文教授精心安排了多场两岸临床与咨询心理学的学术活动，其中一项是访问台湾彰化师范大学辅导与咨询学系。在那里，我见到了吴秀碧教授，因为对团体辅导与咨询的共同兴趣和热爱，也因为吴老师谦和温暖、平易近人的风格，我们一见如故。当我得知吴老师在台湾是团体辅导与咨询研究的顶级专家，在这个领域内造诣很深、影响很大时，我心中对她更是充满了敬佩，心想：何时有机会向吴老师好好学习呢？

2008 年机会来了，5 月 18 日中美团体咨询高峰论坛在北京召开，我有幸请秀碧老师到北京参加，并介绍她独创的螺旋式团体咨询理论模式。可惜，当时正值汶川大地震刚刚发生，我被教育部调派去地震灾区做心理援助工作，没有机会参加会后工作坊跟随吴老师系统地学习。

2012 年中国心理卫生协会团体心理辅导与治疗专业委员会主办的第一届

团体咨询与团体治疗大会在清华大学召开，作为大会主席的我马上想到邀请吴老师来参会分享她的学术心得，我们又一次相聚了。在清华园里我们探讨了两岸团体咨询与治疗发展的特点、现状和未来。此后，我俩多次在两岸心理咨询学术会议上一一起主持论坛、一起分享经验，增加了了解，增进了友谊。当我得知秀碧老师在精心打造一本不同于以往任何团体咨询与心理治疗书籍的新作时，我就开始期盼能早点读到她的著作！

今天，这本凝结了秀碧老师学术生涯大半生努力，集结了她在团体咨询与心理治疗领域教学、研究、实务、训练与督导方面的思考、经验与智慧的著作就在眼前，我很兴奋，也很激动！

翻阅《团体咨询与治疗——一种崭新的人际-心理动力模式》，感觉这本专著真的很特别。它是一本理论广博、视角独特、论述严谨、中西融合、学用结合的好书！可以说，这是我从事团体辅导与咨询研究 20 多年来所读过的国内外关于团体咨询与团体治疗相关著作中理论论述最全面透彻、内容结构最新颖完整、方法技术最清晰实用的一本好书！

首先，这本书不仅汲取了心理咨询与治疗各个学派的精华，更集中了不同学科的智慧，比如社会学、社会心理学、人格心理学、发展心理学、临床心理学及咨询心理学等理论，对团体咨询与治疗的理论与过程进行了深入透彻的分析和解读，回答了目前这个领域尚未解决的一些难题。比如有关团体整体理论建构与其在治疗中的运用，团体凝聚力到底是什么，基于人际关系理论建构的团体发展历程等。尤其是本书对团体治疗机制的阐述不同于欧文·亚隆所述的疗效因子说，本书从人际-心理动力的视角，对此时此地、投射性认同、替罪羔羊、冲突、支持等做了深入精辟的分析。这些见解新颖、独创、精彩，丰富了团体咨询与治疗的理论体系。

其次，这本书的特色是中西融合，对西方理论在华人文化背景下的理解及应用有很多反思。我知道吴老师在美国的大学完成了咨询心理学硕士和博士的专业训练，对西方的团体咨询与治疗理论非常熟悉和了解。但她在台湾从事团体辅导、团体咨询与治疗的、教学、研究、训练、实务及推广工作的 40 多年里，一直致力于结合本土文化和实践探索，形成了自己独特的螺旋式的历程领导理论模式，非常适合华人社会团体领导者的养成与训练。

再次，这本书不仅重视作为一个团体带领者要深知团体背后的理论依据，也重视团体带领的技术方法的完整阐述。书中关于团体带领者需要工作的三个层面：个体、人际及团体整体的论述，关于非结构式团体的历程领导，关于团体领导行为与干预技术，关于联合领导等内容阐述的全面、清晰和精准，都是其他相关书籍中少见的，有助于团体带领者在实务工作中更有方向和信心，对团体领导者的训练与督导有重要的参考价值。

最后，我还想说，作为2016年刚刚成立的台湾团体咨询与治疗研究会创会第一任理事长，秀碧老师在花甲之年仍然在团体咨询与治疗的研究领域中孜孜不倦地求索，并且尽心尽力为团体事业的发展继续奉献智慧和力量，我深深地被她感动着，这也激励着我！

目前，团体咨询与治疗在大陆发展迅速，越来越多的心理健康服务专业人员，包括心理治疗师、心理咨询师、社会工作者、教师、医生等应用团体咨询与治疗作为助人的方式，服务于不同的人群。但是有一些团体带领者只满足于学习技术，却不了解团体背后的理论，不能真正发挥团体应有的效能。为了提升专业人员团体咨询与治疗的能力，我认为这本有深度、有广度、有厚度、有温度的大作值得所有从事团体咨询与治疗的专业人员好好学习！

樊富珉 敬笔

清华大学社会科学学院心理学系教授
中国心理卫生协会团体辅导与治疗专业委员会主任
中国心理学会临床与咨询心理学专业委员会副主任
中国社会心理学会心理健康专业委员会主任

2017年6月16日于清华园

推荐序二

“萧老师，我可以请你帮我的新书写序吗？”

电话那头传来秀碧老师邀请我为她的新书《团体咨询与治疗——一种崭新的人际-心理动力模式》写一篇序文，刹那间我的血液沸腾起来，传说中的团体咨询九阳真经终于要问世了。在还未看到这本书的原文时，我心中浮现出秀碧老师的身影，记忆也拉回到1985年我刚到台湾彰化师范大学任教时，有天在建白馆的大廊巧遇秀碧老师，那时她正值青壮之年，面色和悦却眼光犀利。她问了我一些国外学习的情形，然后很坚定地鼓励我要为咨询辅导界打拼，事后我才知道她就是当时辅导系赫赫有名的秀碧老师。其后有段时间她出国进修，回来后先是在咨询督导方面倾注心力，然后又见她开始进行团体咨询方面的研究。她认真、敬业又执着。在过去20年的岁月里她投身于团体咨询这个领域，不只是教学而已，更在无数次的实作中反思，还结合了各学派理论的精华，独创了她自己的螺旋式团体咨询理论模式。近年来，听过她演讲和上课的人，没有不为她在团体咨询领域的精熟而深深佩服的。秀碧老师还是一个淡泊名利的人。她虽无显赫的行政职务，可是在团体咨询的殿堂里却是一个高不可攀的“巨人”，2016年10月她更是成立了团体咨询与治疗专业发展学会，竭力推动台湾团体咨询研究的专业发展，秀碧老师的学术超越的精神值得吾辈学习。

团体咨询虽不是我的专长，应该说其实不懂团体咨询，可是当出版社把原稿寄给我看时，我很认真地拜读了这本著作。我发现这本团体咨询著作与我过去所见的类似书籍有很大的不同，它不是在讲述团体咨询的理论，也

不是用一堆文献堆砌出来的篇章结构。读这本书的时候我感觉秀碧老师就好像坐在我前面娓娓地叙说团体咨询是什么！每一个概念、每一句话，都是如此的平易近人却又字字珠玑，就好像一个活生生的团体在面前开展起来。其中第三篇“团体中的重要议题与治疗机制”，更让我读来恍然大悟。如果不是秀碧老师已臻“人剑合一”的境界，这些议题不会写得如此深入却又自然地恰到好处。整本书我花了将近一个星期才阅读完，而且还有一种跃跃欲试的感觉。当然我不会真的去带团体，因为我真的不懂，但我知道这是一本非常值得推荐的好书！

我投身辅导界已经 30 余年，我在想要是台湾咨询辅导界能有位像秀碧老师这样的人，将其毕生精华著作传世，则是何等令人拍案叫绝的事啊！

萧文 敬笔

台湾暨南国际大学荣誉教授

2016 年 12 月 25 日

推荐序三

秀碧老师的大作《团体咨询与治疗——一种崭新的人际-心理动力模式》要出版了！作为她近 30 年的同事及同行，我真的是非常佩服她。秀碧老师投身于团体咨询领域将近 40 年，她对团体咨询的钻研却始终不断，钻研之深，当今台湾咨询心理界，我认为没有人可与她匹敌。在校时，秀碧老师除了在课程中传递理念，还带着研究生就团体咨询的运作一步步地进行探讨及验证，以期从本土的研究中建构及印证团体咨询的理论和实务，即使是退休后，她也未曾停止，她仍投入博士班学生的团体咨询实务课程中，除了亲身示范外，还督导研究生所带的团体。依我对她的认识，她对台湾心理咨询领域界专业人才的培养有极强的使命感，有感于我们年轻一代在离开学校后，在带团体的方式上有偏向仅借用媒介或活动来运作的倾向，而忘却了如何激发团体自身特有的疗效因子带出团体咨询效能。她的感触驱使她想方设法让助人专业人员团体咨询的能力能够提升，我想著书就是在这样的一个心愿下的产物，将她投入团体咨询与治疗的经验及多年的思考呈现在这一本深度和广度兼具的精彩著作中。

当我拿到秀碧老师的文稿，一开启阅读时，就欲罢不能。其开宗明义就将人际互动和个人内在心理的互为表里阐述得清晰易懂，让带团体之实务工作者警惕在心，可以在带领时不致迷失，只关注其一，而忘了另一个潜在层面。此外，我特别欣赏的是本书将许多与团体相关联的知识（团体动力、系统理论、人格理论、社会心理学……）予以解析、论述、整合，再重新建构出本书所呈现的团体咨询与治疗模式。因此本书的丰富性可以说是超越了当

今我所阅读到的许多团体咨询与治疗的书籍，因为过往大部分书籍的内容彰显的是团体咨询与治疗操作的外显状态，而没有详细言明其内在建基的理论与理论发展，本书不仅详细指引作为一个领导者如何带领咨询团体或治疗团体，更讲明了带领背后的理论凭据，因此本书对如何进行团体咨询与治疗之学习者或实务工作者有着极大的帮助。再者，在阅读本书时让我感到兴奋的是看到秀碧老师对“非结构（或程序结构）团体”的解说，其或能化解许多想尝试带领非结构团体领导者的内心的忐忑，而其创建发展的螺旋模式的历程领导，可以更清楚地指引团体带领者努力的方向，这些我相信可以更激发助人专业工作者运用团体的特质进行咨询与治疗的工作。

最后，我想说的是吴秀碧教授的《团体咨询与治疗——一种崭新的人际-心理动力模式》一书是其一生专业的体现，也是其对台湾心理咨询领域、咨询师培育上的贡献，这本书的出现与出版是后学者的福气，该是她引以为傲的。

程小羊 敬笔

台湾团体咨询与治疗研究学会理事

前台湾彰化师范大学学生辅导与咨询中心主任

2017年1月于台湾彰化

推荐序四

如果说本书是吴秀碧老师的倾囊相授的代表著作，一点也不为过。这恐怕是国内外关于团体咨询与心理治疗相关书籍中第一本对团体咨询与心理治疗的理论基础做出最详尽探讨、又完整说明实务执行背后的理论依据的一本书。更难得的是，秀碧老师不仅对相关理论做了详尽的描述，更增加了她个人多年经验的反思与评论，同时佐以一些相关文献来支持，以及提供本土化的文化反思，又有实务的说明与呼应。阅读起来，有种终于“知其然，并知其所以然”的顿悟快感。

评论此书，虽然我十分喜欢后半段团体实务带领的说明，不过我更推崇秀碧老师对于团体咨询相关理论的完整整理与评析。这样的内容深度，十足反映出秀碧老师在团体咨询领域的深厚功力。若非有丰富的团体实务与教学经验，再加上勤于阅读与反思，恐怕是无法写出这样的深度和内容的。不同于其他团体咨询与心理治疗的教科书在理论基础的探究，多只聚焦于一两个团体动力或人际互动的理论基础，此书几乎是上穷碧落下黄泉般地探究与团体咨询与心理治疗相关的理论。它不仅从咨询与心理治疗理论和团体动力的角度探究，更包含心理学、社会学乃至华人文化的广度，详尽探究个体的人格发展与人际模式的理论、人际-心理动力、团体发展阶段与动力以及阿德勒（Adler）的家庭星座论等，来帮助读者理解团体，并理解可以如何运用团体从事咨询与心理治疗的助人工作。更重要的是，秀碧老师还针对这些主流理论提供了一些发人深省的反思。以目前在团体咨询与心理治疗很热的人际治疗理论为例，在大家一窝蜂追逐该理论时，秀碧老师除详尽地介绍相关理论，

说明该理论可以如何协助治疗师理解个体的内在或人际模式，以及诠释个别成员与治疗师之间的关系，协助治疗师观察团体中成员彼此的人际互动特征与形态外，她更指出这些人际取向的治疗理论的限制，其中最大的问题即在缺少团体发展与阶段演进的原理，以及在团体层面或团体整体欠缺清晰与明确的建构概念。

此外，秀碧老师也指出了当今团体咨询与心理治疗教科书的通病，或理论缺乏，或仅依据实证和实务经验来描述其介入方式，导致当今团体咨询与心理治疗学习者容易陷入依样画葫芦、却不知所以然的困境，这或许也是秀碧老师用尽其洪荒之力将团体相关理论做如此详尽而完整的探究吧！以团体发展和阶段理论为例，目前所有相关书籍关于团体发展阶段的描述，大多只依据实证和实务去描述团体阶段特征，并未诠释团体发展和阶段特征如何形成。因此当治疗师以一个模糊的团体整体概念去带领团体，自然就无法充分地理解有关团体整体的现象，一旦遇到不同于教科书描述的团体现象，也就缺乏应变与有效介入的能力。当然团体的效能也就难以展现了。本书的另一个独到之处，就是秀碧老师特别依据社会心理学的人际关系理论建构了一个五阶段的团体发展历程，提出螺旋模式的历程领导，并透过实证研究加以检验，其精彩的内容与独特的见解，十分值得读者好好阅读。

本书还有一大特色，就是秀碧老师在每个章节都纳入华人文化对团体咨询与心理治疗工作可能的影响的反思，对读者学习如何在华人社会带领团体十分有帮助。以大我与小我的界限为例，秀碧老师指出，西方治疗因多采取“人”“我”对立观，强调人际界限，因此在治疗上多重视协助个人发展“抉择”的能力，来处理其冲突困境；然而重视团体和谐的华人社会，治疗师则不能忽视当事人难以放弃人际亲和需求的内心的强烈冲突。当“大我”与“小我”间的界限，因人际亲和需求而被挤压到痛苦和无力的时候，坚持界限或强调抉择反而容易导致个体崩溃或逃离。如果治疗师可以协助个人的界限不僵化、不阻抗，甚至发展出可扩大个体界限的具有华人文化特性的“协调”策略，将有助于其化解冲突。

最后，虽然秀碧老师对团体理论做了详尽的说明，不过我更喜欢她的一段回答准治疗师询问如何才能做到人对人的一段话：“记住你的功能和任务

就好，忘掉你是治疗师的角色，真诚地去对待成员”。是的，虽然本书的内容十分丰富，绝对值得读者细细品尝、反复咀嚼，甚至当作典范加以熟背。不过一旦带领起团体时，请务必记得“你的功能与任务，并真诚地去对待你的成员”。

王丽斐 敬笔

台湾师范大学教育心理与辅导学系教授

前台湾咨询心理学会理事长

自序

作者从事教授硕士和博士班团体咨询理论与实务训练的课程，以及多年工作坊的培训，长久以来深感训练团体领导者最大的困难，在于当代广泛的心理动力团体咨询与治疗相关理论所隐藏的两大缺失：（1）适当的凝聚力操作性定义和团体历程与阶段发展理论的缺乏，影响了领导者催化团体历程发展的明确指引；（2）有关团体整体（group as a whole）的理论建构与其在治疗方面的讨论特别少，影响了领导者运用团体整体的治疗功能。另外，坊间团体咨询与治疗的书籍甚多，作者希望依据个人多年从事研究、教学与训练的心得，撰写一本在内容结构与组织上有别于现有的团体咨询与治疗的书籍。因此本书在基本理论建构、治疗与介入的原理、方法与技术等方面，有较为完整的论述。

第一篇“基本假设”有三章，包括第一章论述人际-心理动力团体咨询与治疗的基本假设，并于第五节根据阿德勒的家庭星座理论提出一个有关团体整体的建构概念及其运用，这个团体整体的建构概念，是阐明从团体历程发展所形成和产生的一个“看不见的团体”，为有效的团体领导者不能不知的团体结构。第三章则阐述了较新的通用系统理论，对团体整体的性质进行了论述，协助读者对团体整体的现象有更为清晰的认识。

第二篇“团体的发展与领导”共八章，其中最独特之处在于本书作者提出凝聚力的新概念与定义，及建构团体发展与阶段的原理和领导策略。其余各章内容，则包括对于团体中的治疗关系与人际网络相关议题，采取整合而具区分性和实用性的论述，并讨论非结构团体与螺旋式领导的运用，以及实

用的领导相关行为与介入技术等。由于笔者曾于2004年在台湾辅导与咨询学会年会的演讲上，提出以社会心理学的人际关系理论建构团体历程和阶段发展的理论，因此本书将该理论及其在领导中的应用进行了较完整的论述，同时也以社会心理学的人际关系理论依据，提出具有操作性的团体凝聚力的定义，以使团体历程与阶段发展原理和凝聚力的建构概念两者，在理论建构的基础上能够一致与完整，使领导者知道催化团体历程发展与凝聚力的具体关联，因此在原理和应用上对于催化团体历程发展是一项重要的突破。

第三篇“团体中的重要议题与治疗机制”共六章。由于欧文·亚隆所提出的治疗因子已广为团体咨询与治疗专家和实务工作者所熟知，故本书不再赘述。因此第三篇特别针对团体中常见的重要治疗机制，包括此时此地、代罪羔羊、投射性认同、矫正性情感体验及团体中支持环境等，综合最新的一些观点加以阐述，使治疗机制及其在团体咨询与治疗的运用较为详细与具体。

第四篇“团体成员与领导”有三章，除了领导者与成员有关的重要议题之外，“联合领导”另成一章，书中对其做了更详细的说明，以供读者了解联合领导的多样性，以及不同的联合领导方法的特色与优劣。所以，本书希望带给读者有关团体咨询与治疗较为完整的理论与实用的指导。

完成本书最深刻的感受是，撰写的过程带给作者回顾多年来从事团体咨询与治疗的研究、教学、培训和实务工作，一个再度反省与整理的机会，并期待能够将个人的想法和经验同从事团体咨询与治疗研究、教学、训练及实务工作者分享。本书因篇幅限制或个人能力而有疏漏之处，请各位学者专家指正。

吴秀碧 谨识

2017年初春于台湾彰化

目 录

第一篇

基本假设

第一章 人际-心理动力团体咨询与治疗的基本假设 / 5

- 第一节 治疗团体为复合的现象 / 5
- 第二节 社会性需求为人类行为的主要动力 / 8
- 第三节 人格是人际动力的产物 / 11
- 第四节 个人的问题多数来自人际关系 / 17
- 第五节 团体整体如家庭星座 / 23
- 第六节 团体治疗方法可以内外兼具 / 32

第二章 小团体与团体治疗 / 37

- 第一节 小团体的定义 / 38
- 第二节 小团体的性质 / 39
- 第三节 角色 / 42
- 第四节 沟通 / 45
- 第五节 团体文化与规范 / 47
- 第六节 权力 / 53
- 第七节 团体气氛 / 54

第三章 通用系统论与团体治疗 / 57

- 第一节 整体观 / 59
- 第二节 相互依赖与互补 / 60

- 第三节 结构 / 62
- 第四节 团体的互动 / 63
- 第五节 团体发展的循环和阶段 / 66
- 第六节 结语 / 69

第二篇

团体的发展与领导

第四章 团体凝聚力的定义和概念 / 73

- 第一节 再定义凝聚力的需要 / 73
- 第二节 凝聚力定义的演进 / 75
- 第三节 团体凝聚力是友谊 / 78
- 第四节 凝聚力的本质是一种人际关系 / 80
- 第五节 结语 / 81

第五章 团体中的治疗关系 / 83

- 第一节 团体中的人际网络 / 84
- 第二节 领导者与成员的治疗关系 / 86
- 第三节 领导者进入成员关系的系统 / 96
- 第四节 团体中成员关系的发展 / 98
- 第五节 结语 / 106

第六章 团体历程发展与阶段的原理 / 109

- 第一节 团体历程发展的理论基础 / 110
- 第二节 咨询与治疗团体的阶段 / 119
- 第三节 结语 / 128

第七章 非结构式团体的历程领导通论 / 133

- 第一节 非结构团体的性质 / 133
- 第二节 非结构团体历程的议题 / 136