

〔联邦德国〕诺斯拉特·佩塞施基安 著

积极家庭心理治疗

李舜伟 杨华渝 等译



9.052

国际文化出版公司

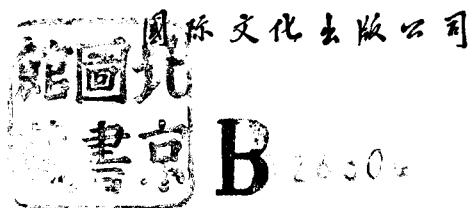
R749.052
33

积极家庭心理治疗

〔联邦德国〕诺斯拉特·佩塞施基安 著

李舜伟 杨华渝 等译

1/24/07



POSITIVE FAMILY THERAPY

Nossrat Peseschkian

根据柏林Springer—Verlag出版社1986年版译出

积极家庭心理治疗

〔联邦德国〕 诺斯拉特·佩塞施基安 著

李舜伟 杨华渝 等译

●
国际文化出版公司出版

北京新华书店北京发行所发行

北京市双桥印刷厂印刷

787×1092毫米 32开 10.5印张 223千字

1990年3月第一版 1990年3月第一次印刷

ISBN7-80049-486-1/R·19 定价：3.70元

原版前言

作者的主要目的是通过病理心理学“积极”方面的进展去赢得病人的关注——其意义，特别是在精神分裂症的治疗中，我也曾发现过。正是基于这个特定的含义，佩塞施基安称之为“积极”心理治疗。这是一种心理动力学与行为治疗出色的综合模式，对心理治疗中的一元化关系作出了实质性贡献。

在治疗中，佩塞施基安并不直接和病人的心理阻力发生冲突。作为一名伊朗人，他通过引喻、诗歌、谚语、东方故事和神话，使心理咨询在一种和谐的气氛中进行，他的能力使病人所得到的从前人传下来的智慧和精神财富是无限的，任何人只要体验过作者在治疗中的热诚和乐观，就会理解这种短期心理治疗为什么会取得这么大的成功。

瑞士多科临床大学精神科
加坦诺·贝内代蒂教授

中文版前言

一次偶然的机会在日内瓦遇到佩塞施基安夫妇，谈起他有几本有关家庭治疗的书将要到中国参加1986年举办的国际书展。书展期间我们又见了面，我向他们介绍了神经精神科李舜伟和杨华渝副教授，安排他们参观北京安定医院和协和医院。访问期间，佩塞施基安教授提出希望把他写的《积极家庭心理治疗》一书译成中文。经过一番努力，终于成为事实。

佩塞施基安教授从事神经精神疾病的家庭治疗和心理治疗的研究已有多年的研究，积累了不少资料。精神病的治疗除了药物之外尚需一个良好环境的配合。他把治疗的知识交给家庭的每一个成员，使整个家庭也能掌握治疗的知识、方法和步骤，积极参加治疗过程，使治疗在一种较为亲切的气氛中进行，这样就有利于患者早日恢复健康。

我国有关这方面的资料不多，而当前国内对这方面的需求日益迫切，将这本书译成中文会对有精神病患者的家庭、广大的医务人员和精神科专业医师等都有参考价值。这本小书也可以作为两国在精神病的家庭治疗领域内交流的开端，希望今后继续扩大交流范围，相互学习，提高治疗水平，解除病人的痛苦。

中国协和医院 葛秦生教授

目 录

一个说明积极过程的故事：梦·····	1
积极家庭治疗的六个论点·····	2
导言·····	4
第一章 积极家庭治疗理论介绍 ·····	10
第一节 科学、宗教、教育和心理治疗的状况·····	11
第二节 什么是“家庭治疗”·····	13
第三节 “积极家庭治疗”意味着什么·····	14
第四节 对读者的指导·····	17
第二章 跨文化心理治疗(东西方的概念) ·····	20
第一节 社会变化和人的观念·····	20
第二节 家庭治疗中东西方概念的实际内容·····	31
第三章 从家庭治疗到积极家庭治疗 ·····	47
第一节 家庭——地狱·····	49
第二节 家庭——天堂·····	54
第三节 家庭如同命运·····	57
第四节 家庭的形式·····	60
第五节 家庭的平衡·····	63
第六节 家庭治疗：谁应该被治疗·····	65
第七节 家庭或医院·····	70
第八节 家庭治疗的发展·····	72

第九节 积极家庭治疗解决什么问题·····	82
第四章 积极家庭治疗的手段·····	90
第一节 积极家庭治疗的三大支柱·····	90
第二节 积极的起点·····	93
第三节 什么是“积极家庭治疗”·····	97
第四节 人的积极的想象——多样性的和谐统一·····	99
第五节 论著中的基本能力·····	104
第六节 重新解释的可能性·····	106
第七节 “积极的解释”的实际应用·····	109
第八节 改变人们看法的帮助·····	128
第九节 什么是“概念”·····	125
第十节 积极家庭治疗有益无害·····	126
第十一节 病人是治疗者·····	128
第十二节 治疗过程中的积极程序·····	129
第五章 冲突的内容和动力学·····	131
第一节 对待冲突的四种方式以及它们如何发挥作用·····	131
第二节 对待冲突的四种方式在积极家庭治疗中的应用·····	148
第三节 四维模式·····	151
第四节 积极家庭治疗中的四维模式·····	167
第五节 实际能力·····	171
第六节 微小的精神创伤：所谓小事情·····	178
第七节 使内容具体化·····	180
第八节 实际能力的意义·····	181
第九节 实际能力作为跨文化区别的标志·····	183

第十节	鉴别分析表(DAI)的应用	185
第十一节	真正冲突和基本冲突	190
第十二节	相互作用的三个阶段	193
第六章	积极家庭治疗中的五个步骤和实施	201
第一节	观察—距离阶段	205
第二节	编排阶段	212
第三节	环境鼓励阶段	216
第四节	言语表达阶段	220
第五节	扩大目标阶段	223
第六节	积极家庭治疗的战略	231
第七节	治疗模式间的关系	237
第八节	积极家庭治疗：语言和社会阶层	240
第七章	积极家庭治疗的实践	244
第一节	积极家庭治疗的概念和应用	244
第二节	治疗中的概念：前景的变化	246
第三节	用故事和谈话帮助人们改变前景	248
第八章	概念及其在家庭治疗中的积极作用	253
第一节	性感缺失：对躯体说“不”的能力	254
第二节	胃病与节俭的关系	256
第三节	父母引起的问题	263
第四节	肥胖	266
第五节	心脏神经症	271
第六节	“别人会怎么说？”	274
第七节	文学概念：你最喜欢的作家是谁	278
第九章	家庭的传统和认同	283
第一节	传统的神经症	283

第二节	掌握概念与改变概念·····	286
第三节	不确定的一代人之间的冲突·····	288
第四节	至死不分离·····	289
第五节	错误的方法·····	291
第六节	代表性概念·····	293
第七节	古老的禁令·····	295
第八节	危险的茶·····	297
第九节	一个人能伤害别人吗? ·····	298
第十节	救世主·····	300
第十一节	概念家谱·····	301
第十二节	症状的传统·····	307
结束语	·····	309
附:	心身疗法治疗糖尿病的探讨·····	311

一个说明积极过程的故事：梦

在中东，有一位国王做了一个可怕的梦，梦见自己的牙齿一个个地全掉光了。他大为不安，于是将圆梦者传来。圆梦者仔细地听完国王对梦的描述后说：“陛下，这可是一个坏的兆头。就象您一个个掉光的牙齿一样，您全家的人也将会一个个地先于您死去。”

国王听后大怒，命令将圆梦者投进监狱，并吩咐再传一个圆梦者来。

这个圆梦者听完了国王的梦后说：“陛下，这可是一个好兆头呀。梦的意思是，您将比您家里所有的人活得都长。”国王非常高兴，给了这个圆梦者一大笔赏钱。

大臣们十分不解，问这个圆梦者说：“你所说的跟先前那个可怜的家伙说的是一个意思呀，为什么他受罚而你受赏呢？”

这个走运的圆梦者说：“大家说得对，我们两个人对梦的解释是同样的。但是，问题不在于你说些什么，而在于你是怎么说的。”

积极家庭治疗的六个论点

1.自助：积极家庭治疗出自拉丁语“积极的(positum)”一词，也就是固有的和给予的是什么。一个家庭里固有的和给予的东西，决不仅仅是障碍和冲突。这个家庭同时也产生了解决这个冲突的能力。依照积极家庭治疗的原理，病人不再是病人，而是自己及周围环境的治疗者。

2.涉及面广泛：积极家庭治疗认为，疾病决不仅仅是病人本身的问题，也反映了家庭和社会的关系。积极家庭治疗提出了一个解决所有疾病和障碍的基本概念。

3.跨文化形式：跨文化的观点是积极家庭治疗的基础。它认为，人既是群体的一员又是单个的个体。每一个人均置身于他所生长的文化环境之中，同时又有自己由于教养而形成的个人天地。后者会造成他与周围人的跨文化问题。

4.内容方面：积极家庭治疗力求解答“人们有哪些共同点，又有哪些不同点？”为了解决这个问题，制订了一个冲突内容的调查表，其中包括了个人、家庭及社会问题。这些冲突的内容是积极家庭治疗的治疗手段基础。

5.理论上交替：由于积极家庭治疗来自这些内容，它提出的概念里，各种方法和方向均可用以互相补充。

6.家庭约束的相对性：积极家庭治疗是一种特殊形式的治疗观点。虽然是以家庭为中心，治疗起来并不局限于以家

庭作为治疗单位，而是将家庭成员当作个体来对待，同时也包括了社会因素。

如果我们将积极家庭治疗的观点运用到整个社会关系（群体、民族、国家、以及文化领域），我们很可能建立一个社会学说。再加上经济因素，则有可能构成具体的人际关系。

导 言

两个人各有一只苹果，互相交换之后，每个人仍然只有一只苹果。

可是，如果这两个人各有一个主意，互相交换之后，每个人将会有两个主意。

——萧伯纳

在欧洲或美国，熟人们在街上相遇，打过招呼之后就问：“你好吗？”对方很自然地回答：“好。你呢？”在中东，这种对话就有些不一样。人们大多问：“你好吗？你家里也好吗？”在礼节上必须先问候对方的家庭才开始交谈。

由这些不同的礼节，可以了解到人们对事物本质看法上的不同。在西方，个人的核心是自我。如果我没有问题，那么我的家庭、我的工作等等也就没有问题。然而，在中东，考虑问题的方式则不同。人们认为，“如果我的家庭没问题，我也就没问题。”家庭是个人不可分割的组成部分。

当肯尼亚的马赛人相遇时，他们相互致意：“我愿你的牛健壮！”牛是他们生活的唯一来源，提供了三种主要食物：牛奶、肉和血。因此他们特别地关心牛的情况。

这里所谈到的概念，有其有利点及不利点：与家庭紧密联系及这些联系破裂。我不打算在此证明到底哪一种概念更好

些。我的目的只是考虑这些概念发展的条件，描述它们的后果，以及如何运用它们作为治疗和自助的手段。

积极家庭治疗的跨文化形式

1968年以来，我一直采用一种新的心理卫生和心理治疗方法。我尽量不用传统的观点来研究病人的行为和冲突。之所以运用这种新方法的动机，可能是由于我本身处于跨文化的状况。

这种新的发展，是由于国家、民族、以及文化群体对外开放，与其它群体接触来往的结果。这种趋势造成了新的可能性，即我们称之为跨文化问题。简而言之，它们为下述的两个基本问题：

1. 人们的共同点是什么？
2. 人们有哪些不同点？

一个群体的基本特点，在于这个群体遵循什么样的标准。而这些标准又使个人产生伴有情感成分的社会心理标准。比如，两种不同的文化(如联邦德国和伊朗)对“礼貌”这个社会心理标准就有不同的态度、期望和行为。两个群体都很重视“礼貌”。缺乏礼貌，在两个群体里都会造成社会、心理和心身障碍。然而，每一种文化对“礼貌”的理解有所不同。

在德国，当你被邀请去吃饭时，你将你那一份食物全部吃下，才是礼貌的表现。说明你称赞女主人的烹调技术高超。剩下一些食物以表示礼貌被认为是旧的俗套。有一个访问伊朗的德国人得了病，她诉说：“我对吃的东西连看都不想看一

眼了。在这儿的头一个星期，我每天都被附近的人家请去作客。主人们十分热情好客，无微不至。可是，我吃得实在太多了。每当我吃完那一份可口的食物，主人们又往我盘子里添了一份。为了不失礼貌，我将这一份又吃下去。可是主人们接着又往我盘子里盛，直到我饱得几乎要吐出来。最终，我受不了了，也就顾不得主人会有什么想法，把东西剩在盘子里。可是，在心里仍然为主人们的热情好意而过意不去。”

如果这个人知道，在伊朗剩下一些食物在盘子里被认为是礼貌的举动的话，也就不会感到内疚了。这并不意味着某一种行为模式就比另一种为好，而是对于人类整个经验的互相补充。

从这些形式，我所注意的是这些社会标准对社会化的意义，以及这些社会标准对人际冲突和内心冲突发展的意义。我发现，在东方也象欧美一样，病人的症状通常是由于屡屡发生的行为标准的冲突而造成的。

这些经验和反映，促使我在心理治疗领域中，不是孤立地对待个人，也考虑到他的人际关系及使他成为那个样子的跨文化状况。个人跨文化的方式是积极心理治疗的特点。我的部分工作是研究文化和疾病之间的关系，以及二十个不同文化群体的文化概念之间的关系。

人的积极概念

运用医学、心理学和精神病学的术语必须准确无误，必须依据它们的理论和科学概念。这些术语也是这些理论历史

的一部分。由一个术语，可以推导出与其相联系的理论、可能采取的~~诊断~~以及治疗的方法等。比如说，为了弄懂“超我”这个词，至少必须熟悉精神分析学说的基本原理；而为了弄懂“支持”一词的意思，就必须对学习理论以及行为疗法的运用有所了解。

旨在调动人类基本能力(潜在的和觉察得到的)的积极心理治疗，能够用于不同社会背景的人，并能解决跨文化的问题。教育、治疗和心理治疗的原则均来源于人们平时的概念。这些概念既来自父母和同伴的经验，也同化了别的信念，其中部分为传统的信念。这些原则具有群体的特点，并在任何时候都最大限度地依赖于人生哲学和宗教的价值系统。我本人跨文化的处境，可能是造成我关心积极心理治疗的重要原因。我是个伊朗人，可是自从1954年以来一直生活在欧洲。我发现，在这两个文化群体中，对许多行为、习惯、态度等有着完全不同的评价。我儿时~~在德黑兰~~所看到的东西，明显地具有宗教的偏见。比如，伊斯兰教、基督教及犹太教同学和老师之间，总为巴哈教派而争斗不休，使得我注意到不同宗教派别之间的关系，以及人际间的关系。我到同学家里去，了解他们的家庭，弄明白他们的行为是基于什么样的家庭哲学概念。尔后，在我接受专业训练期间，我又目睹精神病学家、神经病学家、心理治疗家和精神分析家之间同样也存在争斗，尤以精神病学和精神分析学说在观点上冲突更甚。我开始对这种争斗的实质及其真正的理由产生了兴趣。对我来说，尤其重要的是，我在儿童和少年时代的体验，使我认识到家庭可以有另外一种形式和结构。我的家庭不光有我的父母、兄弟、姐妹，还有许许多多跟我们关系密切的亲戚。在

这样的家庭里，我感到自己是群体的一员，感到了互相照顾和安全，也感到互相依存和限制。典型的美国家庭是有很大的独立性的。这些优点又补充了我的东方式的家庭制度。从而，我把家庭比作配电盘。在这上面，人类的某些能力发展了，而某些能力则被压抑了。家庭强有力地影响着生活中的许多方面，决定了人们的职业选择和配偶选择，影响了人们与周围人的关系，也影响了对自己未来的态度。

这些观点，使得我主要从人际关系这个角度去观察人。即便在心理治疗之时，我也不把病人当作一个孤立的个体。对照着我自己的成长过程，我开始注意一个人的跨文化状况，力求由此而找出该人之所以成为那个样子的原因。

这个跨文化的观点，显然贯穿积极家庭治疗的始终。它之所以非常重要，是因为它能帮助我们弄懂某一个人的冲突所在，也能帮助我们处理某些社会问题，如非法的外国人及难民的处理问题、援助第三世界国家问题、对待不同文化制度成员的问题、各种族间及跨文化的婚姻问题、偏见问题、由别的社会迁入而改变生活方式的问题等。它也可用来处理跨文化而造成的政治问题。

没有我赖以长大成人的家庭以及我自己的“小家庭”，就不可能有这本书。我要特别感谢我的妻子玛丽叶、儿子哈米德和纳维德。他们对问题的探讨，使得我不断地重新审评自己的观点。我特别感谢我的同事迪托尔·肖恩的建议。感谢行为治疗家汉斯·戴登巴赫和威利·科勒尔读了手稿，并提了许多建议。感谢我的老师弗鲁坦先生、费基先生和鲁尔医师给了我力量和许多帮助。感谢我的秘书克利格尔夫人和霍夫曼夫人努力而认真的工作。感谢本书译者，芝加哥的罗尔