

心理治疗系列

# 完形治疗：观点与应用

*Gestalt Therapy:  
Perspectives and Applications*

埃德温·尼维斯 (Edwin C. Nevis) 主编

卓纹君 校阅

蔡瑞峰、黄进南、何丽仪 译

ISBN 7-309-05566-5  
0240000095566  
四川人民出版社



四川大学出版社



# 完形治疗:观点与应用

*Gestalt Therapy:  
Perspectives and Applications*

埃德温·尼维斯 (Edwin C. Nevis) 主编

卓纹君 校阅

蔡瑞峰、黄进南、何丽仪 译

四川大学出版社

责任编辑:张晓舟  
责任校对:朱兰双  
封面设计:李金兰  
责任印制:杨丽贤

### 图书在版编目(CIP)数据

完形治疗:观点与应用 / (美) 尼维斯 (Nevis, E. C.)  
主编. — 成都: 四川大学出版社, 2007. 4  
ISBN 978 - 7 - 5614 - 3682 - 0

I. 完… II. 尼… III. ①完形心理学②精神疗法 IV.  
B84 - 064 R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 051977 号

四川省版权局著作权合同登记图进字 21 - 2007 - 12 号

GESTALT THERAPY: Perspectives and Applications  
by Edwin C. Nevis

Copyright © 2005 by Psychological Publishing Co., Ltd.

Simplified Chinese translation copyright © 2007 by AGECO CULTURE

DEVELOPMENT INC.

ALL RIGHTS RESERVED

国际简体中文版授权 / 深圳埃基柯文化发展有限公司

[www.ageco.com.cn](http://www.ageco.com.cn)

本书系经台湾心理出版社股份有限公司同意授权

译者: 蔡瑞峰、黄进南、何丽仪

### 书名 完形治疗: 观点与应用

主 编 埃德温·尼维斯 (Edwin C. Nevis)  
译 者 蔡瑞峰 黄进南 何丽仪  
出 版 四川大学出版社  
地 址 成都市一环路南一段 24 号(610065)  
发 行 四川大学出版社  
书 号 ISBN 978 - 7 - 5614 - 3682 - 0/R·140  
印 刷 成都蜀通印务有限责任公司  
成品尺寸 170mm × 220mm  
印 张 30  
字 数 330 千字  
版 次 2007 年 4 月第 1 版  
印 次 2007 年 4 月第 1 次印刷  
印 数 0 001 ~ 5 000 册  
定 价 41.00 元

◆ 读者邮购本书, 请与本社发行科  
联系。电话: 85408408/85401670/  
85408023 邮政编码: 610065

◆ 本社图书如有印装质量问题, 请  
寄回出版社调换。

◆ 网址: [www.scupress.com.cn](http://www.scupress.com.cn)

版权所有 ◆ 侵权必究

此书无本社防伪标识一律不准销售

# 校阅者序

决定再投入这一本《完形治疗》的翻译校阅工作，仍是秉着希望将完形治疗介绍给任何对它感到好感、有兴趣，或有心想进一步了解它并且深入学习它的人。就内容的广度与深度来看，此书可说是继《完形治疗的实践》之后，有关完形治疗理论与实务应用上进阶的读本。当然，它也是一本适用于研究生层级的教科书。

这一本书的完成首先要归功于三位翻译者的贡献，他们在各自的选择与协助下，以分量相近的原则决定了章节，并为此负起责任，在我不断的提醒下完稿。真是要感谢他们的配合与忍受我的催促。值得一提的是，由于各章作者书写的风格不一，在翻译的口吻上要求一致便较为困难，这点还望读者见谅。另外，对于某些章次需要再另做说明的也加了校阅注来补充。

我也非常感激心理出版社的总编辑为此书争取到版权，以及对期限的宽容，另外还有编辑工作团队的协助；没有他们的付出，此书是无法顺利付梓的。而最后，我也要完形治疗抱着一份推

广使命感的自己表达欣赏与慰问。投注于此书为时近大半年的翻译校阅工作，让我有机会再次温习，为完形治疗的宽广与创意且兴且叹！最后在校阅者序的撰写中，走完这样一个经验循环圈。阿弥陀佛，我终于完形了！

接下来，就看各位读者如何享受在你自己阅读此书的经验里啰！

辛纹君

2005年5月于中国台湾地区高雄师大



# 目 录

导 论 ..... (1)

Edwin C. Nevis 博士

## **\*第 1 部分**      观点

第 1 章 完形治疗的理论 ..... (15)

Joel Latner 博士 (蔡瑞峰译)

完形治疗的起源与发展 ..... (16)

觉察关系 ..... (18)

接触 ..... (27)

完形的形成 ..... (36)

接触界线的干扰 ..... (46)

自体 (Self) ..... (53)

性格 (Character), 精神病理学与发展 ..... (60)

完形治疗梦的理论 ..... (66)

完形理论的现代趋势 ..... (67)

第 2 章	诊断：为一个有意义的典范而努力 .....	(75)
	Joseph Melnick 博士及 Sonia March Nevis 博士 (蔡瑞峰译)	
	什么是诊断 .....	(76)
	为什么要诊断 .....	(77)
	完形治疗如何异于其他系统 .....	(78)
	完形治疗师如何做诊断 .....	(81)
	经验循环与性格 (Character) .....	(82)
	经验的完形循环 .....	(83)
	总结 .....	(100)
	感谢 .....	(102)
第 3 章	跨时间 (Over time) 的完形治疗：	
	整合困难与诊断 .....	(105)
	Norman Shub 社工硕士 (蔡瑞峰译)	
	介绍一个长期纵贯 (Longitudinal) 的模式 .....	(105)
	一种阶段性的取向 .....	(107)
	初期阶段 .....	(110)
	中期阶段 .....	(122)
	中期阶段——自我工作一：脉络 .....	(126)
	中期阶段——自我工作二：内摄/投射系统 .....	(128)
	自我工作三：内摄 .....	(133)
	自我工作四：内摄——生命类似状态 (Life parallels)	
	的整合 .....	(141)
	治疗的后期阶段 .....	(142)
	后期阶段二：终结 .....	(144)



<b>第 4 章 完形伦理</b> .....	(147)
Gordon Wheeler 博士 (黄进南译)	
澄清图像, 发展背景 .....	(148)
实验 .....	(154)
消退、事后了解 (Debriefing)、完成 .....	(162)
<b>第 5 章 沟通分析与完形治疗</b> .....	(169)
Robert Goulding 医师 (何丽仪译)	
执行 .....	(182)
<b>第 6 章 完形治疗与身心: 卢本飞德能量同步疗法概述</b> .....	(193)
Ilana Rubenfeld (黄进南译)	
创造者的诞生 .....	(194)
身心联结 .....	(196)
探究“整合”(Synergy) 这个字的背景 .....	(199)
卢本飞德能量同步疗法的基本要素 .....	(199)
动态结构 .....	(200)
改变的责任 .....	(203)
觉察是关键 .....	(204)
有意图的碰触 .....	(205)
开放且倾听的手 .....	(208)
直觉 .....	(210)
自我照顾: 照顾个案时的第一步 .....	(211)
桌子代替热椅 .....	(213)
RSM 的后续发展 .....	(214)





- 第 7 章 心理整合与完形治疗 ..... (237)  
Janette Rainwater (黄进南译)

## ✦ 第 2 部分 应用

- 第 8 章 酒瘾：一个完形治疗的观点 ..... (253)  
C. Jesse Carlock 博士、Kiathleen O'Halleran Glaus 博士及  
Cynthia A. Shaw 社工硕士 (何丽仪译)  
完形模式 ..... (254)  
喝酒阶段 ..... (263)  
转变阶段 ..... (277)  
早期复原 ..... (284)  
持续复原期 ..... (288)  
结论 ..... (312)  
致谢 ..... (312)
- 第 9 章 与精神病患的完形工作 ..... (317)  
Cynthia Oudejans Harris 医师 (蔡瑞峰译)  
我们精神病族群的需要 ..... (322)  
对精神病人的完形治疗 ..... (332)  
一些与精神病人工作的特殊完形技巧 ..... (342)  
总结 ..... (344)
- 第 10 章 完形儿童治疗：儿童愤怒和内摄的处理 ..... (349)  
Vilet Oaklander 博士 (何丽仪译)
- 第 11 章 完形取向的夫妻治疗 ..... (379)  
Joseph C. Zinker 博士 (何丽仪译)



绪论 .....	(379)
完形的婚姻观 .....	(380)
完形夫妻治疗的过程 .....	(391)
结论 .....	(400)
<b>第 12 章 完形团体历程的理论与实务概观 .....</b>	<b>(403)</b>
Mary Ann Huckabay 博士 (黄进南译)	
对完形团体过程的理论贡献 .....	(405)
完形团体历程介入的方法 .....	(422)
结论 .....	(432)
感谢 .....	(433)
<b>第 13 章 完形的思考与治疗性环境 .....</b>	<b>(439)</b>
Glaire Denner Stratford 社工硕士 (黄进南译)	
以完形为基础的原则与态度 .....	(441)
设计与实现一个治疗性环境 .....	(448)
将人视为环境计划的一部分 .....	(453)
实验 .....	(455)
为特定个案设计的团体 .....	(457)
行政过程 .....	(461)
总结 .....	(464)

## 导论

✧ Edwin C. Nevis 博士

完形治疗为专业助人者在实务上提供的概念和方法学上的基础，一直是很丰富的，这本书即证明了这一点。其中的贡献者是一个具有不同背景及多元工作方式的团队。他们代表了那些被完形治疗创建者所影响的所有世代，同时还包括了 Fritz Perls、Laura Perls、Paul Goodman，以及 Isadore From 的徒子徒孙们的四种新的声音。此外，这本书反映了完形治疗允许实务工作者表达他们个人风格的自由。从 Bob Goulding<sup>译注</sup>开始，他独到的、如“智慧老者般的洞察力”，接着是 Joseph Zinker 惯用诗意的、隐喻式的强调，到 Joel Latner 和 Gordon Wheeler 的聪明敏锐，再到 Ilana Rubenfeld 个人化的、关怀的工作方式以及她对于过程的分享——还有在此书中的其他的声音——我们看到了其中丰富的多元性。

先简短地看看完形治疗出版物的历史或许有助于透视这本书的重点。创建者最初所著的书籍是《自我，饥饿与攻击》（*Ego, Hunger, and Aggression*）（Perls, 1947）及《完形治疗：人格中的

译注：此书涉及到大量早期及当代完形治疗师的名字，因为译名的不统一和随意性会带来混乱，故本书一律用英文原名。

兴奋与成长》(*Gestalt Therapy*) (Perls, Hefferline, & Goodman, 1951), 这两本著作是以非常不同的方式来看待事物的, 具有重要革命性的论述。经验丰富的心理治疗师与学生, 以及其他初学者都对这些书, 还有这些书的作者们所带领的工作坊及专题研讨会深感兴趣。随着 Fritz Perls、Laura Perls、Isadore From、Paul Goodman 以及他们同侪的发现, 他们广被邀请去带领训练工作坊, 接着开始在纽约、克里夫兰及洛杉矶等地建立了训练机构, 同时还带出一股流行来落实这个新治疗的“运动”。

而有趣且值得注意的是, 近 20 年来几乎没有关于完形治疗的新书出版。到处都有文章、简短的专题论文, 以及在各种会议中发表的论述, 但就是没有成册的书籍。而且这些论述本身大多关心的不外乎是努力解释完形治疗是什么, 或者是赞扬它的优点。

从 1970 年开始, 这一现象才有了戏剧性的改变, 而且许多书出现了, 大多数是纽约小组的第一代学生以及一些这些学生的学生所写的。看来认真的实务工作者花了好几年, 终于进展到可以把他们自己的一些东西说出来给别人参考的地步。我没有把那个时期所有的书都列出来, 但值得注意的有 Fagan 及 Sheperd (1970) 的《现在的完形治疗》(*Gestalt Therapy Now*), Polster 夫妇 (1973) 的《完形治疗整合了》(*Gestalt Therapy Integrated*), Latner (1973) 的《完形治疗之书》(*Gestalt Therapy Book*), Smith (1976) 的《完形治疗的成长边缘》(*The Growing Edge of Gestalt Therapy*), 以及 Zinker (1978) 的《心理治疗中的创造性过程》(*Creative Processes in Psychotherapy*)。1978 年《完形期刊》(*The Gestalt Journal*) 创刊, 为开始出现愈来愈多的严谨论文提供了一个发表的园地。

整体看来, 这一系列的工作显示出完形治疗已经取得它作为



一个备受瞩目之心理治疗方法的地位。此外，这些书也展示了作者们独特的标记，而且也突破了那些创建者在他们的早期著作与教导中所留下的内容。这些作者们聚集于完形个别治疗的基本议题，但他们也加上了我们的了解与我们的实务。

这些出版物以及世界各地完形治疗研究训练机构的成果是，新世代的治疗不但承袭原有的完形治疗，同时还把它应用于个人治疗以外的领域。我们现在已有对配偶及家庭、团体、机构等等工作的训练规划<sup>注①</sup>。虽然有些人，尤其是 Isadore From 和 Joel Latner，质疑完形治疗超出个人成长与发展之模式的应用性，然而很多不只是在做个别治疗的私人执业环境的实务者，已采用了完形治疗的概念及方法来改进他们的工作效能。简言之，过去的 15 年可以视为“应用时期”，而这本书正是试图将这之中某些比较重要的讨论集成一册。它是完形机构克里夫兰出版社所发行的几本应用书籍之一，专给那些想要知道如何应用与推广完形治疗的人参阅。

聚集于应用并不表示对检讨及改正完形治疗的基本概念没有兴趣。事实上，随着第三代、第四代学生小组的成熟，他们已经重新修改了一些基本概念并且考虑可以怎样去澄清困惑或弱点。此外，我们现在也有一些发展得很好的是把完形治疗与其他取向整合用在治疗和自我发展上。这些扩展了实务工作者的视野，并且丰富了理论与应用之间的领域。这部分也会在本书中讨论到。

本书分为两部分。第一部分，观点，始于对完形治疗理论的精彩叙述。Joel Latner 以他惯常的、简明扼要而渊博的方式，带领我们走过完形治疗的核心面。他传达了这一套方法的力量，并且同时要我们注意理论中的某些弱点以及再探讨这些弱点的必要

性。这一章可以作为初学读者的导论、介绍，而对那些对完形治疗较有认识的读者则是一个刺激的提醒与回顾。Latner 在这一章以优雅而清楚的文笔传达了很有用的材料。

在这一章之后则是从完形观点看诊断的概念。Joseph Melnick 及 Sonia Nevis 在第 2 章处理一个早期完形治疗师倾向于忽略或是贬低的议题。此时此地，是完形治疗过程所强调的，这个概念导致很多实务工作者相信不需要投入于传统的诊断训练，或是认为把典型的疾病分类学放在完形的架构中是没有太大的意义的。Melnick 及 Nevis 举了一些案例来使人相信临床诊断不只是与完形方法相容，而且对于治疗的工作也很有用。尤其是他们以丧失功能的感官觉察运作来呈现，探讨边缘型人格，可说这是一项真实的贡献。

第 3 章呈现了一个以贯穿整个发展过程的关系来看待治疗的模式。这个模式强调针对和一般典型的完形治疗个案（诸如还可以做到觉察以及一般专业阶段的人士）完全不同的一群人，如何有效地在治疗的初期应用完形治疗。Norman Shub 指出典型完形治疗中几乎毫无结构的觉察工作对所有案主并非都是合适的；很多案主，像是边缘型的个案，必须在他所谓的治疗“初始阶段”好好地预做准备 [在这个重要的领域我们将会提到更多；最近 John Masterson (1988) 的一本书则是从精神分析客体关系理论的观点来处理相同的议题]。随后，Shub 处理治疗的中期阶段，他认为处理内摄是其中最主要的一项工作。

接下来的章节提出了一个重要、但相形之下却是在最近被忽略的议题，完形理论中的价值或伦理议题。Gordon Wheeler，一个文笔细腻的新声音，借由说出我们强调了过程的伦理却回避了

在实质内容上的表态来提出这个问题。他把原本强调以良好图像形成过程为主的伦理，转移到以背景（ground）的结构来定义完形伦理。他的结构是所有的图像或者过程都不相等。他以苏格拉底式（Socratic-like）的对话来带领我们思索某些在定义伦理观点时最困难的议题，结论是解决两难之钥在于图像与背景的相关性。

Bob Goulding 的一章反映了一位有智慧的、天才的大师级治疗师可用的从容及力量。沟通分析与完形治疗两者的概念及方法学基础支持了他的工作。其总结性的论点乃是一种流动性以及敏锐地注意一些需要坚守的原则。此外，我们也瞥见了 Goulding 自身在场的力量如何带给案主能量。他的工作看似简单，但这可是来自于他经年累月所锻炼发展而成的、柔韧且刚强的基础<sup>注②</sup>。

Ilana Rubenfeld 个人化且经常是感人的叙述，显示了在整合完形治疗与复杂的身体工作方法时的力量。任何曾与 Laura Perls 一起工作过的人都知道注意身体是早期完形治疗所重视的一环；我们被教导去注意身体上我们所正在做的，还有我们对自己所做的点点滴滴。同样地，Fritz Perls 也要确认我们是否都熟悉 Wilhelm Reich 的工作，以及压抑的肌肉理论如何是他模式中一块重要的基石。现在我们有了一代代的实务工作者，他们已经完成了数年辛苦的研究，以及在 Alexander Technique、Feldenkreis Method、Polarity 治疗等等的训练，这些使我们在方法学上更迈向以身心真正整合的方法来工作。Ilana Rubenfeld 是一个最好的例子，而且还是这运动的先锋之一。这一章让我们可以仔细看看她是如何工作的以及这个方法的潜力。

Janette Rainwater，是早期接受 Fritz Perls 训练的人之一，他讨论心理整合这一个强而有力的方法，它在几年前相当普遍，但



现在没有得到它应有的注意。部分原因是由于它的创始人 Robert Assagioli 的低调风格，还有他以及他的追随者对应地缺乏改变，因而在美国没有发展出重大的运动。在 1960 年带一些学习这个方法的学生在克里夫兰的完形机构研习，而克里夫兰小组所做的幻想（fantasy）工作大大地受到引导幻游（guided imagery）的影响。可能是随着时间的消逝，行动取向的方法变得比以病人、内在为导向的心理整合方法更为普遍。而且，如同 Maslow 在几年前所指出的，很多心理整合的价值来自于处理更高层次的成长与发展——相对于治疗匮乏的需要（deficiency needs）——而且它在扩展觉察及更高层次的洞察力方面比减少症状更有效。希望 Rainwater 在此所提出的展望会启发他人去研究心理整合，并且将他的方法与概念整合到他们的工作中。

第二部分的焦点转到了应用部分，并且探讨了资深的完形治疗师使用完形概念和方法而提升其工作的六个领域。这些作者为我们指出这些特殊情况的特征或条件，而后他们示范了如何从完形治疗的观点来处理这些情况。有三章聚集于个人层次并处理困难的族群：酗酒者、精神病患以及儿童。其他三章则以多数为单位来处理人们，反映了在走向“超过一个人”——配偶、团体以及环境治疗——方面的实质兴趣。

Carlock、Glaus，以及 Shaw 讨论了在与酗酒者工作中巨大而敏感的议题。他们非常详细地展示他们的治疗策略，分享他们一路上每一步的假设与关切。他们运用完形的经验循环来解析酒瘾者是一种在自我调节（self-regulation）上的疾患。同时值得注意的是，他们在这样的探讨中也包含了利用戒酒者匿名协会来作为治疗酗酒者的一个整合的面向。本章的概念及例子很丰富，的确，





他们的工作可作为此主题广博的总结。

Cynthia Harris 讨论“与精神病患的完形工作”的那章，将心理治疗工作置于了解精神病患之照护的背景中，并且示范它如何融入整体治疗之中。她用一个个案例来说明药物的重要性，而把心理治疗视为使用精神药物的辅助。之后，她展示了完形取向如何增强对这群人的工作。她处理接触及觉察的议题，显现了一个真正人道而非谦卑的方法来帮助病患维持人的感觉。其中所呈现的有用概念之一是对“粘胶”（glue）与“溶剂”（solvent）间之差异的讨论。神经质病患或许需要溶剂来帮助他们“不被卡住”。但是 Harris 用一个很好的案例来强调精神病患的胶合。因此，她指出与精神病患的觉察工作必须很小心，还有再保证及抚慰性（comforting）介入的价值。

“完形儿童治疗”的那章是由 Violet Oaklander 所提供，她是这领域中最重要实务工作者之一。即使许多完形治疗师早已在他们生涯中的某些时刻开始做儿童工作，但他们大部分只是把做儿童工作当成家庭治疗的一部分。Oaklander 发展出了一个以儿童为中心的方法，而把父母带入作为辅助。这里她处理负面的内射以及愤怒的表达，那是在与儿童工作时最困难的议题。治疗师—儿童之间对话的详细呈现向我们展现了她的方法的力量，同时也告诉我们和儿童的工作是可以有一席之地的，那可以辅助、甚或取代将儿童包含在家庭之工作方式的地位。

下一章我们讨论“完形取向的夫妇治疗”工作，由 Joseph Zinker 执笔。这章总结了某些 Zinker、Sonia、M. Nevis，以及他们在克里夫兰完形机构中亲密系统研究中心一些伙伴的研究与执业。他所强调的是融合、分化的概念以及互补与中间背景之创造