



心理治疗经典与前沿译丛

大师的手艺与绝活

米纽秦家庭治疗精髓

著者：[美] 萨尔瓦多·米纽秦
(SALVADOR MINUCHIN)

[美] 迈克尔·D·雷特
(MICHAEL D. REITER)

[美] 夏尔曼·博尔达
(CHARMAINE BORDA)


译者：曾林

译校：刘丹

The Craft of Family Therapy

Challenging Assumptions

 **Routledge**
Taylor & Francis Group

 华东师范大学出版社

The Craft of Family Therapy
Challenging Certainties

大师的手艺与绝活

米纽秦家庭治疗精髓

著者：〔美〕萨尔瓦多·米纽秦
(SALVADOR MINUCHIN)

〔美〕迈克尔·D. 雷特
(MICHAEL D. REITER)

〔美〕夏尔曼·博尔达
(CHARMAINE BORDA)

译者：曾 林

译校：刘 丹

图书在版编目(CIP)数据

大师的手艺与绝活:米纽秦家庭治疗精髓/(美)米纽秦,
(美)雷特,(美)博尔达著;曾林译;刘丹译校. —上海:华东
师范大学出版社,2015.6

ISBN 978-7-5675-3673-9

I. ①大… II. ①米…②雷…③博…④曾…⑤刘…
III. ①精神疗法 IV. ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 133844 号

大师的手艺与绝活——米纽秦家庭治疗精髓

著 者 [美]萨尔瓦多·米纽秦
[美]迈克尔·D·雷特
[美]夏尔曼·博尔达

译 者 曾 林
译 校 刘 丹
策划组稿 张俊玲
项目编辑 王国红
特约审读 李小蒙
责任校对 张多多
装帧设计 高 山
封面图片 顾祝炜

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 常熟市文化印刷有限公司
开 本 787×1092 16 开
印 张 14.75
字 数 262 千字
版 次 2016 年 8 月第一版
印 次 2016 年 8 月第一次
书 号 ISBN 978-7-5675-3673-9/B·950
定 价 45.00 元

出 版 人 王 焰

1288003
The Craft of Family Therapy: Challenging Certainties / by Salvador Minuchin, Michael D. Reiter,
Charmaine Borda

Copyright © 2013 Taylor & Francis

Authorized translation from the English language edition published by Routledge Inc., part of
Taylor & Francis Group LLC. All rights reserved. 本书原版由 Taylor & Francis 出版集团旗下
Routledge Inc. 出版公司出版, 并经其授权翻译出版。版权所有, 侵权必究。

East China Normal University Press is authorized to publish and distribute exclusively the Chinese
(Simplified Characters) language edition. This edition is authorized for sale throughout Mainland of
China. No part of the publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a
database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher. 本书中文简体
翻译版授权由华东师范大学出版社独家出版并限在中国大陆地区销售, 未经出版者书面许可, 不
得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

Copies of this book sold without a Taylor & Francis sticker on the cover are unauthorized and
illegal. 本书封面贴有 Taylor & Francis 公司防伪标签, 无标签者不得销售。

上海市版权局著作权合同登记 图字:09-2014-362 号

“心之源”丛书编委会

顾问：[美国]哈琳·安德森(Harlene Anderson)

[中国香港]李维榕

主任：赵旭东 陈向一

编委：[中国台湾]吴熙琄 [中国台湾]王浩威

[美国]约翰·K·米勒(John K. Miller)

孟 馥 王 焰 张俊玲 龚海燕

刘翠莲 姚玉红 刘 亮 鲍立铄

心理治疗经典与前沿译丛

主编 陈向一

作者

萨尔瓦多·米纽秦(Salvador Minuchin),医学博士、家庭治疗师、作家和教师。他是结构家庭治疗的创始人,也是家庭治疗的奠基者之一。

迈克尔·D·雷特(Michael D. Reiter),哲学博士,婚姻家庭治疗师,是诺瓦东南大学(Nova Southeastern University)社会与行为科学部的家庭治疗教授。他先前出版过两本书,一本是《治疗性干预》(Therapeutic Interviewing),一本是《家庭治疗的概念化》(Case Conceptualization in Family Therapy)。

夏尔曼·博尔达(Charmaine Borda),哲学博士,婚姻家庭治疗师,认证心理健康咨询师(LMHC),是一位名叫蓝色躺椅(Inc. The Blue Couch)的私立机构的创始人和主管,该机构位于佛罗里达的普蓝特辛(Plantation)。

审校者

刘丹,北京大学心理学系临床心理学方向博士毕业,现任清华大学学生心理发展指导中心副主任,清华大学心理学系兼职教授,中国心理学会临床与咨询心理学专业机构和专业人员注册系统督导师(D-06-42),中国心理卫生协会心理治疗与心理咨询专业委员会委员及家庭治疗学组副理事长,德国德中心理治疗研究院副主席,中国心理卫生协会大学生心理咨询专业委员会委员,德国海德堡大学医学心理研究所访问学者,香港大学家庭研究院访问学者,主要工作领域为青少年心理咨询、婚姻与家庭治疗。

译者

曾林,1987—1994年就读于北京大学心理学系本科、硕士,现为心理学会临床与咨询心理学注册系统注册心理师,清华大学、中国人民大学心理中心兼职咨询师,个人执业者;曾担任第四届中挪精神分析连续培训项目提高组翻译,译有《荣格崇拜》(上海译文出版社,2002年出版)一书。

对本书作出贡献的还有：萨拉·A·沃尔克，罗思安·帕斯卡尔和海伦·T·M·雷诺兹。

献给帕特，你与我共写人生六十余年。

——萨尔瓦多·米纽秦

致我的爱妻优卡莉，你始终支持我沉浸在各式各样的追求之中。

——迈克尔·D·雷特

献给我的女儿们，布里特妮和阿丽亚娜，你们给我以灵感。

——夏尔曼·博尔达

一个学科的发展,不仅需要概论性及技术性的书,更需要梳理这个学科的里程碑式的奠基之作,以及介绍当今最新发展的重要著作。心理治疗在当今世界的发展,早已超越经典的各门各派的独立发展,而趋于后现代与本土的整合,在技术上百花齐放的同时,具有越来越多理论的共识。在这样的背景下,发挥华东师范大学出版社在教育心理出版方面的深远影响,以经典和专业为宗旨,带着研究开发的心态,认真整理,出经典,出精品;专业著作和大众成长类同时推出,以大众类图书普及知识,提供自助信息,以专业著作深化学科发展;翻译上细心打磨、多重审校,保证品质——这些都不失为回应现实需要、指导实践和引领学科发展的重要举措。

“心之源书系”的选书、出书是个浩大工程。在选书过程中,不仅各位编委们认真研究、积极梳理,家庭治疗的老前辈哈琳·安德森、李维榕博士大力推荐经典书目,约翰·米勒博士提供美国心理治疗领域百读不厌、经久不衰及最新的重要著作,来自中国台湾的吴熙琄老师、王浩威老师贡献多年合作选书出书的经验并推荐本土书目,身居加拿大的鲍立铎博士也积极参与。在众多学者、专家推荐的基础上,我们选择了重复推荐次数最多的书目先行出版,并且很荣幸地按计划推出第一批心理治疗的重要著作。在与多位不同年龄、资历的同道一起迎接这个初步成果的时刻,我想跟大家分享一下参与者们辛勤务实的匠心背后应该告诉人们的心愿、动机,以及他们在学理上对于心理治疗之“道”的领悟。

心理治疗在中国是一个既古老又年轻的学术技术领域,人们对它既感到熟悉,又觉得陌生。作为一种文化现象,利用情绪安抚、励志教化、行为规训等方法来改变人的心身健康状况,一直是我们中国的人文及医药传统的长项。可是,作为一个单独学科的心理治疗在中国并没有得到充分的发展,时至今日还没有合适的地位,其对社会、民众的作用也未得到认可。没有几本好书可看,就是这个学科孱弱的标志。

没书可看的局面,与心理学的发展历程以及在中国的坎坷命运有关。说到这里,一般就会有人提到具体的社会运动的影响。但在此我更想说有关认识论、方法论的问题。

自从西方的心理学在19世纪从哲学中“离家出走”,努力把自己当作自然科学的一个分支发展以来,心理治疗由于其与人文的密切关联而成为一个纷争不断的问题领域。科学主义者用自然科学实证研究方法,力图将心理治疗里面的混杂因素甩干净,意图发现可观察的现象与事实之间的清晰的因果联系;而人文主义者恰恰顽强抵制着非人化的尝试,继续靠感悟、体验和思辨的方法,死守由心理学的哲学传统围起来的意义的王国。前者走的是“解释心理学”的路,后者走的是“理解心理学”的道。

例如,号称现代心理治疗鼻祖的弗洛伊德及其追随者们,用了科学的概念、术语,串起神话、催眠、自由联想、释梦、心理防御机制、客体关系、依恋等内涵丰富的人类体验,发展了庞大的理论与实践体系,曾经在西方占过心理治疗大半壁江山,也影响了心理学、医学及其他许多学科,但到现在也不被科学认可。相比之下,以巴甫洛夫条件反射学说为基础的行为主义,沾了前者的光,一路昂首挺胸走来,几乎所向披靡。不过,即使这个比较符合唯物主义、

自然科学研究范式的心理学流派,其主要用途是用于“解释高级神经活动”,也并没有在改革开放之前的中国促成临床上的行为治疗的开展,因为一旦用于活生生的临床患者,心理治疗就不是像训练狗、鸽子、小鼠那么简单,一定是人文的实践了,而这又是极左时期不可能得到鼓励或支持的工作。

也就是说,片面强调科学性的解释心理学与重视人文的理解心理学之间的“方法之争”一直持续了百余年,加上我国社会的一些历史原因,二者结合以致显著影响了心理治疗的引进、传播与发展。这是近百年来积弊沉疴,应该尽力革除、矫治。对此最有效的办法之一,就是引进出版国外的经典及重要的著作,并致力于及时整理、出版蕴含本土文化理论与实践的成果。

心理治疗与咨询方面的著作虽在近30年来有很多出版,但仍然存在以下问题:(1)不够全面,缺乏深度和系统性——或偏于概论性的基础读物,或重于实践导向的技术引进,或立足于某一流派的引介,缺乏整体的考虑,尤其是缺乏经典著作和理论发展源头的整理;(2)在专业与应用之间,科普与大众需求之间存在很大差距;(3)许多著作的学术价值不高,既不科学也缺乏人文精神与境界,有的著作翻译质量还有待提高。

除了精神分析和行为治疗,世界上还有很多其他行之有效的心理治疗形式和流派在中国的知晓率更低。在这些鲜为人知的流派中,有的比精神分析还偏向人文,如基于系统思想的心理治疗、基于后现代主义的心理治疗,以及各种表达心理治疗。相反,有一些心理治疗比经典的行为治疗更贴近冷峻的神经科学,如强调用简单躯体性运动来诱导神经活动调节的生物反馈、眼动脱敏治疗等。如果我们对于“理解心理学”有更加宽容、好奇的心态,如果对神经科学与心理治疗结合的应用现状及前景有更强的兴趣,就会发现,其实心理治疗领域十分宽广,前景无限。从出版书籍的角度说,我们就有了非常大的选择范围。

本丛书既选择了涵盖以往心理咨询与治疗的经典著作,又发掘表现当代的前沿理论和本土实践进展之重要著作,同时还推出大众成长类的优秀科普著作。丛书分为三个分部,包括:心理治疗经典与前沿译丛(陈向一主编),华人心理治疗与咨询精粹丛书(王浩威主编),七彩虹心理成长系列(孟馥主编)。书系中,可谓是经典与精品汇集、理论与实践结合、专业与科普共享,满足各层次读者的需求。“问渠哪得清如许,为有源头活水来”,希望这个丛书系列真正成为心理治疗领域里的清冽、甘甜之源泉,启发中国同道的澎湃创造力,滋养、培育出有本土文化内涵的,接地气的心理治疗理论和技术。

为了让心理咨询与治疗学界更加清晰地了解国外本学科发展的情况，华东师范大学出版社利用本身出版经典系列的优势与功力，开始编辑出版这一整套丛书。作为“心之源”丛书之一的“心理治疗经典与前沿译丛”的主编，出版社邀请我来写序。反思自己走过的心理咨询与治疗专业历程，从时间上来看，正好经历了一段它在国内发展的风云变幻时期。尤其在专业书籍的翻译出版介绍方面，自己也有一些参与的经历和体会，应该也有必要把它们写出来，为先行者留名，为后学者铺路。因为书系的跨度要求很大，它既要涵盖以往心理咨询与治疗的经典著作，又要有表现当代的理论和实践进展之重要著作，承前启后，为将来本专业的发展趋势作一些推演。面对如此重大的使命，一己之力总是太过微薄，难免挂一漏万。希望本文能够抛砖引玉，引发更多的人来反思和总结，继而扩展这段历程。

先说说我所了解的过去。西方心理治疗和咨询最初被引入国内是在20世纪30年代，从高觉敷先生翻译的《精神分析引论》起，国内心理学和精神病学界就开始了对于西方心理治疗的介绍以及零星的实践工作。心理学方面早期能见到的资料多与心理测量和知识普及有关。从我较熟悉的精神病学领域来看，粟宗华先生创办了上海精神病院，其后夏镇夷等人在发展上海精神卫生事业上功勋卓绝。在我国南方，凌敏猷教授从1944年起在湘雅医学院担任精神病学教授，同时开始教授和介绍精神分析等心理治疗的方法。在此阶段，先行者们较多的是翻译和撰写一些西方心理治疗理论流派的介绍性材料，少见自己独立撰写的相关著作。

1952年，国内大学和学科的院系有一翻天覆地的调整，之后社会学和心理学专业基本被取消了，相关的理论和实践探讨也销声匿迹了。只有精神病学界还存留些许声响，可能当时被归于“自然科学”才得以留存下来。在20世纪60年代，四川医学院的刘昌永教授编写了全国高等医学院校教材《精神病学》。后来在80年代，国内翻译出版了牛津精神病学教科书，它们是国内较罕见的介绍心理咨询与治疗的专业书籍。

“文革”过后，劫后余生，湘雅医学院的左成业教授从狱中回校工作，这位从教会小学就开始钻研英文的学者（同期还有许又新、刘协和等校友），主持《国外医学：精神病学分册》的编辑工作后，学校罕见地为他订阅了几十种国外的精神病学和心理治疗的原版杂志，以便及时了解国外最新进展。想当年，医院图书馆排列着印刷装帧得十分漂亮的一大排原版杂志，引来其他科室老师的羡慕，也吸引了国内许多单位派人前来检索、查寻资料。国内的精神科医生和从事心理治疗的人员，都以尽早看到《国外医学：精神病学分册》为荣，不少人甚至从微薄的工资里自费订阅。该杂志为精神科重振心理治疗、为现代心理咨询与治疗在国内的重新掘起发挥了不可忽视的作用。

可能大家都知道，1988年在昆明召开的中德心理治疗讲习班上，那位刚被重新任用而敢挑重担，身处边陲而心忧天下的云南省精神病院副院长万文鹏先生，与几位国内同道（许又新、左成业、沈德灿、徐韬园、张伯源、杨华渝、张明圆等），提出了建立“中国心理治疗协会”的倡议，得到与会者的一致赞同。它也是后来中国心理卫生协会临床与咨询心理学专业委员

会的雏形,同时也带动了中国心理学会临床心理咨询师注册系统的发展。从那以后,《国外医学:精神病学分册》连续和分批介绍了几种心理治疗流派,尤其是家庭治疗在国外的相关进展,翻译介绍了《系统式治疗词典》、《系统式治疗对于精神分裂症和情感障碍的作用》的节选等,引发了一个小高潮。当时因为左成业老师就是1988年昆明讲习班上家庭治疗的翻译,他带领我们几个小医生(苗国栋、刘铁榜、朱少纯和钟丽萍等)反复领会和翻译国内从来没有介绍过的家庭治疗,同时也翻译了发表在美国精神病学杂志上的一些精神分析和行为治疗方面的重要文章。

在同一时期,国内的人文社会科学界也开始推出心理学原著的翻译和介绍,精神分析学说开始流行起来并引发了不少争论,记得当时曾看到在权威的《红旗》杂志上,有知名的外行人士撰文对精神分析加以批判,成为一段轶事。此时商务印书馆也开始在世界名著丛书里介绍心理学和心理治疗的书籍。1987年,《中国心理卫生》杂志创刊,1993年,《中国临床心理学》杂志出版。随后,国内能够见到翻译介绍国外心理咨询和心理治疗的书籍多了起来,其中轻工业出版社的“心理咨询与治疗”系列丛书起到了不小的作用。

我个人读书、买书和编书的经历,也是一个与此时代相关的饶有兴趣的过程。记得还是在医学院读书的时候,我第一本订阅的杂志是创刊不久的《医学与哲学》,第一本购买的心理治疗与精神医学的书是《基础精神医学》;参加工作后,第一本参与编辑的书是《行为医学》,第一次编辑的丛书是《精神医学丛书》(其中包括在当时颇有争议的许又新教授写的《精神症状学》),第一次独立统稿的百万字大部头著作是《基础精神医学(第二版)》。尽管如此,当时能够读到或找到的书实在有限。曾经有一段时间,我拥有市面上能够买到的所有精神医学与心理治疗的相关书籍,还不时以此为荣。不过这种情况并没有持续很久,随着国内翻译出版的书籍越来越多,我拥有的书的比例也越来越小了。回忆起来,买书的行为也可能是受到硕士生导师杨德森教授的影响,当时他每每从国外访学回来,最得意的事情就是不顾旅途劳顿,给我们一本本地介绍他带回来的一大箱书。大约从1993年开始,我自己也加入了购买外文心理咨询与治疗方面著作的行列。在不加选择地自己买、请朋友亲戚帮着买之后,才发现这样买书是难以穷尽的,而且买到的书也良莠不齐。再往后,2002年我有机会到香港中文大学师从马丽庄教授读博士,面试时她问我为什么来香港读学位,我说是为了多读书。她也确实最大限度地容忍我两年多只是在读书,直到不得不完成学校要求的开题、研究和答辩为止。十分感谢那一段读书的时光,让我发现书里面的许多学问。记得当时还专门去请教过石丹理教授,如何快速而有效地读书,如何选择要精读、多读的书。通过大量的阅读和比较,我体会到书本身是有规律的,这个规律表现在它们常常是围绕着几本经典的著作而展开或者发展的。那几本经典著作就像是基石,需要反复读、认真读,还要在通读其他书籍时去比较,在平时工作中去实践,让经典指导当前、预测未来。

绕了这么一大圈,现在回到正题上来。在国内,在过去的百年中,我们经历的是信息匮乏、找不到好书、难得到好书的状况。过去的几十年里,我们开始有了越来越多的翻译著作。但是因为行业的稚嫩,专业水平辨识力不够,也因为出版业的市场导向,以往严格的查重、校对、编辑等把关手段近乎失效,使得已经出版的翻译作品良莠不齐,同一本书重复出版,甚至文不对题的荒唐笑话时有发生。

正是在这样的背景下,经过大家两年多的共同努力,“心之源”书系之一的“心理治疗经典与前沿译丛”的首批著作得以推出。细心的读者可能已经发现,我们这个系列选的书是从系统论和家庭治疗开始的,我们翻译出版经典著作、发掘现代趋势里有分量的外文著作,当然我们还在继续努力,从更大更广的范围内,寻找心理治疗与咨询的经典和现代知名著作,加以翻译并介绍给广大读者,希望能为国内心理咨询与治疗的健康发展发挥力所能及的作用。也恳请国内同道给我们推荐,让我们共同努力,希望在不久的将来,越来越多的具有国际水平和影响的我国本土原创著作能够得到发表。

陈向一
深圳华侨城倚荔楼
2015年11月

Minuchin 的新书 *The Craft of Family Therapy*, 说新也不新了, 台湾和大陆都有翻译本。去年暑假我到他佛罗里达的家作客, 每天大清早就听到他在外面翻文件, 催我起床。他每天都有些新想法, 一些延续这本书的意念, 或下一本书的念头。

九十多岁的老人, 仍有用不尽的精力与创意。我是个懒女人, 与老师一起工作, 不得不加倍出力, 不然很难跟得上他的节奏。记得我们初次合作写书的时候, 他也是心急如焚, 我却下笔艰难。

一天, 他突然对我说: “我昨夜做了一个梦, 你在我梦中!”

我好奇地问: “我在你梦中做什么?”

他说: “不做, 什么都不做!”

让我哑口无言。

后来发觉, 他每次要训话, 或有所提示时, 都会由做梦说起。暑期探望他时, 他也会说: “昨晚我睡不好, 给你想到一个研究理念……”我也学乖了, 每次与他讨论问题, 都先问他: “你昨晚做了什么梦?” 又或者 “你今晚能否多梦一回?”

家庭治疗祖师 Carl Whitaker 在世时, 也很喜欢说: “我有一个疯狂的梦!” 跟着就会说些让人意想不到的话。我相信 Minuchin 是引用了老友的口头禅, 正如他在 *Family and Couple Assessment* 一书中所言, 他最喜欢借用别人的东西, 不管谁的想法或念头有用, 他都会借过来, 加上他独有的西班牙口音, 占为己有。

在过去二十年间, Minuchin 很少忠于他自己的门派, 反而着力于整个家庭治疗界的发展。他认为每个门派都有其特别的贡献, 但是每个门派都是局部的, 谁也不代表全部。也许年纪大了, 他很怀念那些一起创立家庭治疗而又逝去的巨人, 作为唯一仍然生存的宗师, 他往往会为其他门派发言。叙事派的始创人 Michael White 英年早逝, Minuchin 特别对他的贡献深入分析, 让他的后人感到安慰。他最喜欢与其他治疗大师公开对话, 年轻时舌剑唇枪, 晚年时却十分包容, 万变不离其宗, 他拥抱 uncertainty, 对一切新事物都充满孩子般的好奇。

弟子三千, 布满世界各地, 他却收了一班研究生, 每周义务给他们做督导。他还自我调侃说: “我不知道他们是喜欢我的教学, 还是为了 Pat (他的老妻) 所提供的早餐而来。”

他认为学院训练出来的治疗师, 学了很多理论, 却不知道如何实践。他的这本新作, 就是整理了他如何督导这一群学生的体会和心得, 回到最基本的原理, 为新一代的家庭治疗师奠下基础。

在本书撰写期间, 我一直协助审核初稿。他文字上的的精练和华美, 一向让我十分惊叹, 用最简单的文字表达最复杂的概念: 什么是家庭治疗? 那是对问题属于个人这个概念的一种挑战, 但是怎样向求助的家人说 “孩子的行为问题是基于对父母不和的一种反应”? 人家一定以为你疯了。

家人对自己带来的问题都有一定程度的肯定, 他们来见治疗师的时候, 就已经确定了问题的所在: 问题不是出在孩子身上, 就是出在丈夫, 或妻子, 或上一代, 或某些事故上。很少

有人会从家庭关系或结构去了解个人行为。其实大部分个人问题都是表征问题,反映着周边系统某处卡住了,让谁也不能动弹。要探索这个系统在哪里卡住了,就要把家人本来的肯定变成不肯定,这是改变的开始。这个不肯定,除了对问题的定义,还包括对人对事的评价,因为面对问题,我们往往只见到负面的东西,如果当事人坚持自己一定是对的,就很难有新的可能性。人是活在关系中的动物,在关系中我们不知不觉地就跳起一个不断重复的舞蹈,跳得不顺时,总是以为别人踩着你的脚,不知道自己也掐着对方的脖子。

这对初出道的治疗师是个很大的挑战:治疗师必须通过很多门坎,由站在远处观看的位置,变成一种实际的参与,才有机会走入家庭的脉搏。而治疗师的最大毛病,就是没有好好地探索,便指手画脚地多多提议。21世纪的家庭治疗,是对不同问题的家庭形式有不同的深入理解,那是综合性的,是专门的,也是有实据的。

世界家庭治疗协会2015年3月第一次在亚洲举行年会,我在其中一项家庭治疗在亚洲的发展报导中特别指出,亚洲的文化是以家庭为主的,但是家庭治疗却仍在发展阶段,其中一个理由是我们的临床督导不足够,而且常停留在派别之争上。其实当你真的投入一个家庭的会谈时,你会连自己姓什么也记不得,哪有机会去想自己属于哪一派别?

但是那并不等于毫无根据地带着来访者横冲直撞,那是一辈子的投入与专注、不离不弃。Minuchin告诉我,他要到意大利去担任大会主讲,正在准备一篇由新书推展出来的讲辞。他说:“近年我一直致力研究 uncertainty 这个观念,经过多次的不确定,不确定,又不确定,我想我终于找到一些 certainty,你想知道是什么吗?”

他又说:“这次要举办一天的工作坊,七百五十人的位置都满了,还有三百多人在候补,也许他们都觉得这是我的最后一次了!”

我衷心希望这不是他所指的 certainty!

李维榕

2013年12月,第七届“心理治疗的变革”大会是在美国加州阿纳海姆举办的。我打算报名参加时,想到了我的老师 Minuchin。屈指算了算,2001年在北京跟他学习时,他80岁,而今他已经92岁了。从东海岸到西海岸的长途飞行,一个耄耋老人恐怕难以完成。而一轮一轮的会议通知中,也没有他的名字出现。然而就在我买好机票准备行程时,意外地发现会议的最新日程中有了 Minuchin 的报告。这实在是一个令人振奋的消息!我一边期待着,也暗暗担忧着——会不会临时有什么变化呢?

12月11日晚上,那个万众瞩目的时刻到来的时候,我坐在阿纳海姆会议中心 Arena 报告厅讲台下的第二排。Minuchin 缓慢而坚定地走上台时,全场八千观众起立,长时间鼓掌,向这位心理治疗界的创始人、泰斗和常青树致敬!他说,他要用一个小时的时间,告诉我们他一辈子工作悟出的道理。其中,让大家先是开心而后陷入沉思的是他发明的“独门绝技”。他说:“在治疗室里,为了让家庭成员之间相互交谈而不是只跟治疗师讲话,我在自己说完话后,就一直使劲儿盯着自己的左脚看,不再说话。”那是一种极致的方式,治疗师以让自己在治疗室中瞬间“消失”的方式,全然专注在来访家庭成员之间的互动关系上,温柔而坚定地消失自己,专注于对方。

报告结束后,大家热情地簇拥着 Minuchin,纷纷和他打招呼、握手、拥抱。我站在通道的旁边,静静地注视着人群中的他,希望能把此情此景印刻在心底。当 Minuchin 走过我身旁时,他的目光停在我的脸上,那一瞬间我感到周围一切喧嚣都退为了背景,而他温暖、专注的眼神触及我的心灵深处。我伸出手,对他说:“我是您北京的学生,我叫刘丹。我代表同学们向您问好!”他的手绵软、温暖、细腻而有力。他抬起头,喃喃地念着“北京”,目光仿佛瞬间穿越了时空,回到了十二年前的北京。当他重新看着我的眼睛时,他说,“问北京的小伙伴们好!”我深深地感动于他和我说话时那种温柔而深刻的联结力量,那是基于全然专注的能力带来的、超越一切不确定的复杂的环境因素的与一个生命的相遇。

我不由得回忆起了在北京时 Minuchin 为来访家庭工作的情景。那个家庭三代共六个人坐在狭小的治疗室中,孩子不停地尖叫,完全无法安静,还会突然冲出去。父母束手无策,面面相觑。透过李维榕老师的翻译,Minuchin 温柔而坚定地请奶奶、姑姑和表哥暂时离开,又温柔而坚定地邀请爸爸妈妈“把孩子带回来”。他越过一切障碍,专注于加强这对无助又无奈的夫妻的功能与合作,终于让这对夫妻脸上露出了笑容,对共同教育孩子有了信心,也让我们这些学生对家庭治疗有了更大的信心,对学习家庭治疗有了更强的动力。

就在2013年,Minuchin 完成了他的新书 *The Craft of Family Therapy*。在书中,他总结了一生工作的经验,强调治疗师要学会用自己。他说:“自我,是治疗师能够使用的最好的工具。”他强调“联结,是治疗的基本要素”、“联结不是一种技术或本领,它是一种心态,由尊敬、共情、好奇以及对治疗尽心尽力所构成”。我在跟随他学习、与他接触的过程中,真切地感受

^① 此推荐序首次刊于2014年台湾张老师出版社翻译的此书的繁体版《米纽庆的家族治疗百宝袋》。

到他是如何利用自己去建立联结,并通过专注于联结而高质量、高效率地开展工作的。在这种专注的能力面前,一切理论和技术都隐退为背景,凸显出来的是治疗室中的人与人。治疗师与家庭、家庭成员之间的关系,从彼此陌生、彼此误解、彼此纠缠、彼此冲突、彼此背离,到彼此熟悉、彼此探索、彼此理解、彼此合作、彼此治愈。治疗的过程通常起伏跌宕、峰回路转,而治疗的发展总是柳暗花明、渐入佳境。

阅读过无数令人眼花缭乱的家庭治疗相关著作后,Minuchin的这本书确是令我触动最深的,因为这是一个智者总结一生的智慧凝结而成的。它的内容如此简洁,又如此深刻。合上这本书我开始明白,在成为家庭治疗师的旅途中,什么才是“大道至简”。

刘丹

2014年12月3日于清华园

如何成为家庭治疗师？有多种方法可供学习，而这些方法在过去 50 年间发生了巨大变化。家庭治疗刚刚兴起之时，除了唐·杰克逊 (Don Jackson) 关于家庭内部平衡的文章 (1957) 外，根本没有什么家庭治疗的理论可言，也没有关于不同家庭治疗流派的入门课本。这一领域尚未建立，对于家庭是如何运转、如何与之互动的理解，还深藏于来访家庭之中。治疗师只能通过观察和实践来学习。这个领域的奠基者们——诸如内森·阿克曼 (Nathan Ackerman)、默瑞·鲍文 (Murray Bowen)、杰·海利 (Jay Haley)、唐·杰克逊 (Don Jackson)、萨尔瓦多·米纽泰 (Salvador Minuchin)、维吉尼亚·萨提亚 (Virginia Satir)、卡尔·惠特克 (Carl Whitaker)、黎曼·怀恩 (Lyman Wynne) 等人，通过会见家庭、评估治疗过程，发展了他们对家庭的理解。

此后，这些经验的实例被扩展开来，形成了如何开展家庭治疗的理论，相关机构也建立起来了，治疗师们可以学习如何以新的方式工作。一位临床工作者，原来也许是针对个体工作的治疗师，为了获得家庭治疗师的训练，可以进入某一家家庭治疗机构，诸如加州帕罗阿图的精神研究所 (师从唐·杰克逊、杰·海利、维吉尼亚·萨提亚等人)、费城儿童指导中心 (由萨尔瓦多·米纽泰所领导)、乔治敦家庭研究所 (由默瑞·鲍文所领导)、纽约的阿克曼研究所，以及华盛顿特区的家庭治疗研究所 (由杰·海利和克洛伊·曼登尼斯 (Cloe Madanes) 所领导)。治疗室就是教室，学习是通过实践来完成的。这些机构主要是提供一种新的视角，以此来看待家庭为何出现困难，治疗师能做些什么来帮助他们。前来学习的人所接受的训练，基本上是单一模式的，他们没有受到多种不同理论的狂轰乱炸，而这，正是当今一代学子挣扎着要消化吸收的东西。

当前，新的家庭治疗师都是在大学的环境而非机构里面被训练出来的。通过学习为相关课程编写的教科书，打下这一领域的广泛基础，学生可获得国家注册委员会所要求的知识。学习的冲击力来自教室，而不是治疗室。学生首先需要消化多种理论模式，然后被要求以其中一种或几种理论为指导，在会见家庭时付诸实践。

当前的模式体现了一种转变，即从归纳的学习方法转向演绎的学习方法。我们认为，在成为家庭治疗师的过程中缺乏归纳的方法，对学生在治疗室中的工作质量会造成严重影响。基于此，我们决定写作本书，试图推广一种归纳的方法，学习如何成为家庭治疗师，通过我们的叙述来探索如何在实践中学习。

首先，为了论述这一观点，让我们来回顾一些实践领域的历史：

20 世纪 60 年代末，当时我 (米纽泰) 是费城儿童指导中心的主任。来中心寻求帮助的家庭，大多是非洲裔或拉美裔的美国家庭，很多家庭依靠福利救济生活。中心的工作人员全是白人，很明显，我们需要招募一些少数族裔员工，所以就在当地社区找来了一些人，通过训练辅助专业人员，使他们成为家庭治疗师。70 年代初，我们从国家精神卫生研究所申请到了培训基金，在两年时间里训练了 18 个人。

对于杰·海利、布罗利奥 (Braulio)、曼塔尔沃 (Montalvo)、玛丽安·沃特斯 (Marianne