



心理治疗经典与前沿译丛

青少年家庭治疗

发展与叙事的方法

作者：[美] 安妮·费舍尔

译者：姚玉红 魏珊丽

译校：刘翠莲

译审：赖杞丰

Treating the Adolescent
Family Therapy

A Developmental and Narrative Approach



华东师范大学出版社



心理治疗经典与前沿译丛

Treating the Adolescent
in Family Therapy:
A Developmental and Narrative Approach

青少年家庭治疗

发展与叙事的方法

作者：[美] 安妮·费舍尔

译者：姚玉红 魏珊丽

译校：刘翠莲

译审：赖杞丰

图书在版编目(CIP)数据

青少年家庭治疗：发展与叙事的方法/(美)安妮·费舍尔
著；姚玉红，魏珊丽译。—上海：华东师范大学出版社，2016
ISBN 978-7-5675-5562-4

I. ①青… II. ①安…②姚…③魏… III. ①青少年—精
神疗法 IV. ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 179139 号

青少年家庭治疗：发展与叙事的方法

著 者 [美]安妮·费舍尔
译 者 姚玉红 魏珊丽
译 校 刘翠莲
译 审 赖杞丰
策划组稿 张俊玲
项目编辑 王国红
特约审读 叶 枝 顾国军
责任校对 邱红穗
装帧设计 高 山

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 常熟高专印刷有限公司
开 本 787×1092 16 开
印 张 13
字 数 222 千字
版 次 2017 年 3 月第一版
印 次 2017 年 3 月第一次
书 号 ISBN 978-7-5675-5562-4/B·1036
定 价 38.00 元

出版人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

Treating the Adolescent in Family Therapy: A Developmental and Narrative Approach

By Anne K. Fishel

Simplified Chinese translation copyright © 2017

by East China Normal University Press Ltd.

Published by arrangement with Rowman & Littlefield Publishing Group through

Chinese Connection Agency, a division of The Yao Enterprises, LLC

ALL RIGHTS RESERVED.

上海市版权局著作权合同登记 图字:09-2015-149 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 鲍立铎

心理治疗经典与前沿译丛

主编 陈向一

作者

安妮·费舍尔 (Anne K. Fishel) 博士, 哈佛大学医学院副教授, 麻省总医院 (Massachusetts General Hospital, 简称 MGH) 家庭与婚姻治疗项目主任。她多年来致力于临床, 与夫妻和家庭的广范议题工作: 电子科技对家庭的影响、家庭晚餐、医学疾病、婚姻冲突、初为父母、不孕不育和其他正常家庭发展过程中的各种主题, 具体工作包括咨询、演讲和著书。她的社会兼职包括: 美国家庭治疗学术委员会科技与家庭治疗委员会主席, “家庭晚餐项目”(一个帮助家庭借晚餐来开展有意义的谈话的网站) 的主要发起人及顾问, 《哈佛精神卫生通讯》的编委。

译者

姚玉红博士, 同济大学副教授, 哈佛大学医学院及麻省总医院 (MGH) 研究员 (2014. 7—2015. 2), 上海高校心理咨询协会理事, 中国心理卫生协会心理咨询与治疗专业委员会委员暨家庭治疗学组上海区域组长, 博士研究方向为家庭治疗, 接受过结构班、系统式、策略式以及萨提亚模式系统的家庭治疗系统培训, 曾赴美国布朗大学进修家庭治疗。长期接受孟馥和盛晓春老师的家庭治疗督导; 先后多次担任中德家庭治疗班、策略家庭治疗班、萨提亚课程的专业翻译和助教。现为中德家庭治疗连续培训项目中方教员。

魏珊丽, 英语本科专业, 同济大学职业技术教育学院心理健康与心理咨询专业方向硕士研究生, 已通过英语专业八级 (良好), 高级口译笔试。

译审者

赖杞丰

台湾心理治疗学会国际组副秘书长

北京心理卫生协会理事/专家委员

上海高校心理咨询协会萨提亚模式研究与发展中心临床督导

台湾华人心理治疗研究发展基金会顾问

译校者

刘翠莲

华东师范大学心理与认知科学学院临床心理学博士生,同济大学心理健康教育与咨询中心副主任,华东师大出版社“心之源”丛书特约编辑,主持上海同馨济慈健康咨询中心,完成结构式、系统式、萨提亚模式等家庭治疗专业项目的连续培训,多年持续接受孟馥、李维榕、玛瑞亚·葛茉莉、约翰·贝曼等的督导训练,担任孟馥家庭治疗督导班及玛瑞亚家庭治疗基础课教员;接受依恋理论与心理病理、成人依恋评估及儿童关爱指数项目的连续培训。曾赴台湾彰化师范大学辅导与咨商学系、婚姻与家庭研究所访问学习。

致我的父亲、母亲

詹姆斯·费舍尔 伊迪丝·费舍尔

——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,身居加拿大的鲍立铤博士也积极参与。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。说到此处,一般就会有人提到具体的社会运动的影响。但我在此更想说有关认识论、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外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都功勋卓绝。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,它们是国内较少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崛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、难以得到好书的状况。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。也恳请国内的同道给我们推荐,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

偶然接到学生好友寄来的一篇翻译稿件，问我的看法。一看，触动了我心底的某根弦，顿时觉得有一种莫名的欣喜、感动，好似突然间遇到一个素昧平生，却又久别重逢的知己，刹那间湿润了我的眼眶！

激动下，她跟我说想把它翻译成中文书，说不定（一定会）有一群人，一群认真想帮别人的人会因此受益！有理论，又接地气，除了思考，又可实操的一本书。不再是高大上，却遥不可及的理论空中阁楼。我极力赞成！

第一章，开宗明义，作者阐述着各种不同学派的特点，精神动力学在治疗中的侧重；认知行为的特点，如何引导、指导来访者从思维到行为的转变；体验学派，又是怎样去体验身心，感受、发展足够的自信，在家庭情境中，表达自己的声音；结构学派，侧重家庭结构属性的变化，而非情感、认知的领悟；互动的模式，具体的定义与规则，以及家庭界限，同时阐明自己所经历的学习与运用，临床上她喜欢如何在系统与叙事中交相应用；系统治疗尝试给家庭新的信息，影响他们自己的解决方案；叙事则通过重新的叙说，赋予家庭故事的新意义。并在之后的各个章节里，逐一列举各种不同家庭的案例，从系统中的循环提问，应用家谱图，重构家庭的韧力，重叙，并丰厚家庭的故事，谈到青少年成长、家庭互动、父母与青少年，以及父母之间对孩子成长的过程中不同看法，时时运用外化的技术，使家庭能从客观的视角，共同面对。在治疗过程中，随时引入各种不同学派的精华，随处可见画龙点睛的妙现。各学派中论述的差异，与父母子女合分中的纠结与误读里，因材施教，各种不同，交相运用，灵活而不僵化，极有弹性，饶富情趣。同时在文末，也提供督导的方向与经验，周全地让你如阅览心理治疗的百科！

喜欢它，是因为它包罗各种不同治疗的理念，演绎着彼此间的相同与差异，同时尊重着相互间不同的特性，随处都是治疗历程的导引，纵横交错，编织着治疗的网络，丰富治疗过程中的宽度与深度。临床上案例方面，步步为营，引人入胜，比较各种切入点可能带来不一样的结果，而非简单评断。揉进各种不同治疗学派，在每一个案例里的精彩演绎，善用治疗师本身，以及喜好的理论架构，随时出现的画面与故事交错，如临其境。心想着，需要多少的理论学习，消化吸收，又要有多久的临床经验，一次次思考、琢磨，一再地冒险演练，才有这样的成果。所有经验与智慧，又是如此慷慨地分享，省掉我们学习途中的迷茫与坎坷！

附注：个人觉得，如果能够揉进萨提亚模式的家谱图，家庭韧力的整合和个人的体验，或许会让治疗更加如虎添翼！