

治疗环境

原著：Richard J. Hazler · Nick Barwick

翻译：丁亚平

审校：贾晓明

心理治疗核心概念系列丛书

治疗环境

The Therapeutic Environment

原 著 Richard J. Hazler
Nick Barwick

翻 译 丁亚平
审 校 贾晓明

北京大学医学出版社
北 京 大 学 出 版 社

Richard J. Hazler, Nick Barwick

The Therapeutic Environment

ISBN: 0 335 20282 q

Copyright © Richard J. Hazler & Nick Barwick

Original language published by The McGraw-Hill Companies, Inc. All Rights reserved. No part of this 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.

Simplified Chinese translation edition jointly published by McGraw-Hill Education (Asia) Co. and Peking University Medical Press.

本书中文简体字翻译版由北京大学医学出版社和美国麦格劳-希尔教育(亚洲)出版公司合作出版。未经出版者预先书面许可,不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

本书封面贴有 McGraw-Hill 公司防伪标签,无标签者不得销售。

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2006-0462

图书在版编目(CIP)数据

治疗环境/(美)哈茨勒,(英)巴卫克著;丁亚平译.

—北京:北京大学医学出版社,2007.8

书名原文:The Therapeutic Environment

ISBN 978-7-81116-172-4

I. 治… II. ①哈…②巴…③丁… III. 精神疗法—环境

因素 IV. R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 112032 号

治疗环境

翻 译:丁亚平

出版发行:北京大学医学出版社(电话:010-82802230)

地 址:(100083)北京市海淀区学院路 38 号 北京大学医学部院内

网 址: <http://www.pumpress.com.cn>

E-mail: booksale@bjmu.edu.cn

印 刷:北京瑞达方舟印务有限公司

经 销:新华书店

责任编辑:冯智勇 责任校对:金彤文 责任印制:张京生

开 本:889mm×1194mm 1/32 印张:6.25 字数:143 千字

版 次:2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-81116-172-4

定 价:18.00 元

版权所有,违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

中文版序

去年在北京大学医学部参加一个有关心理治疗的学术活动时，北京大学医学出版社的编辑冯智勇将一套外文丛书放到了我的面前。书有十几本，每本不厚，但看起来却精致、有韵味。一拿起便再没有放下，由此就有了今天的这套“心理治疗核心概念系列丛书”的翻译出版。

作为此套丛书翻译的负责人，我审校了全部书稿，这使我有先睹为快的机会。在翻译和审阅过程中，我常禁不住为书中的精彩话语拍案叫绝，感叹丛书作者对人性的反思，佩服丛书作者拥有的心理治疗的渊博知识和深邃的智慧，也常常产生有强烈的共鸣感，引起许多的思考，甚至有一种想与作者进行交流的冲动。由此翻译和审校也就不觉得辛苦，反而是一种愉悦之事。

那么究竟这套丛书具有哪些特点呢？

首先，这是一套强调理论而不是实践的丛书，但是它的精妙之处在于不是空泛地讨论理论，而是特别阐述理论在临床实践中的涵义，看到概念或者理论怎样影响治疗，而治疗又如何影响理论的形成，使理论好似有了生长的沃土，与实践有了很好的结合。

二是，丛书的每一本书籍是以某一心理治疗的核心概念入手，如心理治疗的环境、移情、阻抗等等，从核心概念出发，介绍这一概念的发展脉络。丛书打破学派之间的隔阂，清晰地

介绍不同学派对某一核心概念的理解。因此书的重点是不同理论关于这些名词实质性的观点和差异，而不是某一个理论对这些概念的分类或详细解释。或者丛书所展现的是不同学派理论使用的术语不同，但是可能所指的内涵相同；或者使用的术语相同，但其中的涵义却有差异。丛书很好地阐明了各个学派在治疗患者方面的接近，如人格障碍，表明了各学派是怎样相互的理解与融合的，让人不仅知其然而且知其所以然。

三是，这是一套百科全书式的丛书，每本书关于某一核心概念所涉及的领域极为广泛，从经典弗洛伊德精神分析，到近十几年来最新发展的、前沿的心理治疗理论，甚至包括从古至今的民间习俗、东方文化中的宗教传统。

另外，每本书涉及的学者众多。丛书中所出现的人名曾让我们觉得眼花缭乱，虽然有许多我们耳熟能详的名字，但同时也出现了大量未知的相关学者。这使人不得不佩服作者们渊博的知识以及广博的胸怀，看到他们对其他学者包括对不同领域的努力的尊重。

此套丛书让本人由衷的敬佩，不仅是作者们精深的专业水平，而且是他们对待心理治疗的反思及豁达的态度。本人认为这对刚处于心理治疗与咨询发展初期的中国同行来讲，显得尤为珍贵。

丛书以精神分析学派的学者为多，但在介绍其他学派时，内容极为中肯，介绍自己遵从的学派时客观而平实，显示出一种大家风范。有的书是由两个学派完全不同、观点非常对立，甚至来自不同国家的学者共同完成。其写作方式是针对该书的核心概念某人写作一章，另一人对其写作的内容进行点评，并阐述自己的观点。里面没有相互的攻击、贬低，有的是彼此的尊重，以及相互撞击出的智慧的火花。

丛书由此展现的，也许早已超出了其所传递的知识，更传

达出一种需我们牢记在心的精神和理念，即心理治疗最重要的是让来访者真正受益，而不是表明哪个学派更正确，哪个治疗师更聪明。治疗师和来访者一起对人类本身，对人性进行的有益探索，每位治疗师和来访者为此都作出了重要的贡献。

另一让人尊敬的，是丛书作者的自我反思能力。作者结合所写的内容，不断进行自我反思。这实为心理治疗师的一种境界。目前关于边缘人格障碍（BPD）的讨论很多，即使在中国，培训中个案病例报告也多呈现的是被认为 BPD 的患者，在生活中圈中人也不乏给某些人带上 BPD 的帽子。丛书对这一现象也做了反思，文中写到 BPD 的诊断也许是一种职业上的防御，是专业人员感到压力而戴在来访者头上的一顶帽子。由于我们有话语权，当遇到我们觉得无法理解和面对的个案时，给其戴上一顶诊断的帽子无疑是一种很好的自我保护方法，因为我们的专业能力和信誉受到了挑战，而也许委屈的是来访者。

作者的反思也许给予我们这样的警示，即当一个人的内心是真正比较安全的，对自己有着充分的自信时，会更坦然面对来访者的各种问题，以及所遇到的各种挫折。这远比心理治疗的技术要重要得多。

最后，谈一点翻译的问题。

此套丛书的翻译队伍，是由一个年轻的翻译群体组成，成员均是近几年毕业的心理治疗与咨询方向的博士、硕士。他们不但有着年轻的热诚，而且也有着良好的专业基础以及一定的心理治疗与咨询的实践。为了保证翻译的一致性和准确性，翻译团队几次聚会讨论，对丛书中的人名进行统一翻译，同时对于一些疑难词汇进行反复讨论，对每本书的翻译难点进行集体攻坚，也征询其他同行的意见。由于出版时间的原因，真正翻译此书的时间并不长，每位作者都做了极大的努力，但是由于

经验上、时间上等主客观原因，使本套丛书的翻译难免有疏漏之处，也希望得到读者们的指正。

写作是一个成长的过程，翻译也是一个成长的过程。在共享人类智慧时，愿此书为中国心理治疗与咨询的专业发展贡献微薄之力。

贾晓明

2007 年 8 月

丛 书 序

20 世纪知识和文化生活的一个主要领域是对心理学的研究，当然，无论在东方还是在西方，心理学以实践的形式及具体的人类智慧和见识出现在各种精神世界的创造、文学创作、戏剧，以及治疗艺术和指南中，已经有若干个世纪了。与 19 世纪的小说和戏剧对角色的内心世界和人物关系的浓厚兴趣相一致，精神病学也重新建构了它对人类精神世界的理解，并以足够的勇气挑战精神疾病之谜，鼓励用新的方法来探索心理过程。

在 20 世纪下半叶，心理学对探索人格、心理发展、认知和行为理论产生了浓厚兴趣，同时对治疗实践，更精确地讲，对治疗方法也进行了深入的探索。我们也看到了不同理论和不同流派的治疗师之间的争论，比如，精神分析和行为主义之间的争论，它们与人本主义和超个人心理学之间的争论，以及主要流派内部各分支流派之间的冲突。这些争论在其他学科领域也并不鲜见。这种争论并不令人吃惊，实际上，客观地说这种现象是健康的。它可以使研究更加精确，可以探索更多的治疗疑难心理问题的不同方案，并加深对人类思想、情感和行为根源的理解。虽然如此，几十年来治疗师之间存在的隔阂和鸿沟，阻碍了治疗师们更仔细地观察自己的职责以及观察其他对立的流派，这是令人困惑的。就好比外交官们忽视自己的知识和技巧，而用枪炮来解决彼此之间的争执一样。

心理治疗事业同样也是国际性的。即使在心理治疗的初创

阶段，世界上就有多个创新的中心：巴黎、莫斯科、维也纳、柏林、苏黎世、伦敦和波士顿。很快，在爱丁堡、罗马、纽约、芝加哥和加利福尼亚，各种不同的理论和治疗实践也发展起来了。地理位置的多样性丰富了这一学科，特别是界定了文化和社会的差异，并在某种程度上把心理学的争辩扩大到包括社会和政治这两个维度。

由于地域、研究兴趣的不同，个人差异以及流派之间传统的相互隔阂，心理治疗的发展是互相分隔的。在这种情况下，我们必须提出的问题是，是否我们在某些时候称之为“心理治疗语言”的东西，实际上只不过是运用特定“行话”来描述相同心理现象，并对各个心理治疗流派进行理论概括的不同语言的混乱组合。或者说，不同流派之间存在真实的差别，因此，在某些时候可以得出结论说，某个流派是正确的，而另一个流派是错误的；还是，“不同的治疗流派适合不同的人或问题，适合某个问题的流派不一定适合其他问题”；还是根据“有效的就是好的”原则，“所有治疗流派都应该获得奖赏”？

20 世纪下半叶不同的心理治疗（及咨询）理论和方法之间出现了一些和解的趋势。这主要是由于来自外部的压力：社会公众和政府的卫生保健计划要求更加负责地组织这个行业，并达到他们所要求的高标准。正是这种各流派和解的萌芽，激发了创作本系列丛书的动机。在本丛书中，处于心理治疗核心位置的许多重要的理论和概念可以进行跨流派的比较和对比。在不同传统流派中使用的某些概念可能被证实其表达的是相同的概念；其他一些概念可能看上去很相似，但事实上却强调了不同的内容，这些概念对于其他流派来说，可能有用，也可能没什么用处。还有一些术语，表面上看来完全一样，但对两个或多个不同的治疗流派来说，可能有着完全不同的意义。

为了完成本系列丛书的创作，邀请到代表尽可能多的心理治疗传统流派的作者是十分关键的。要做到这一点，同时激发不同流派之间的对话精神，比较理想的做法是丛书中的每一本书邀请两位作者。每位作者，如果可能的话，代表不同的治疗取向。同样重要的是，本丛书要在方法上做到真正的国际化，因此，作者队伍应当是国际化的。20 世纪后期科技发展的奇迹——互联网，既是寻找作者的一个非常有效的手段，也是极为有效的相互沟通的途径，特别是在一本书的两位作者居住在地球两端的情况下。

因此，本丛书代表了在新千年特别激动人心的发展趋势。作为本系列丛书的编辑，当我悄悄阅读在作者之间来回传递的草稿时，发现这种和解的趋势越来越迷人。在本丛书中，读者将会第一次发现，所有主要的心理治疗和心理咨询流派（而不是一部分的分支流派）的主要理论和概念被放到了一起，这样，它们可以相互对比并最终得到运用，运用于不同治疗取向之间的争鸣。然而，更重要的仍然是，运用于来访者或患者并使他们获得益处。让来访者不再感兴趣于像打游击一样到处寻求治疗，而是感兴趣于寻求有效的帮助，或者说去寻求能带给他们开启治愈和自我了解的光芒。

迈克尔·雅各布斯

目 录

个人导引 促进写作环境的核心条件.....	1
第1章 不知不觉中治疗起了作用：促进性治疗环境的核心条件.....	4
核心条件.....	4
成功不分治疗流派.....	7
关系因素.....	8
环境因素.....	9
投入	10
情绪	10
文化	11
思维	11
时间	12
条件与技术的比较	13
成功的多样性	13
第2章 心理动力环境的核心条件	15
引言：一个矛盾的环境论	15
范式和观点	15
核心条件	16
分析流派的设置：一个移情“手术室”	16
保留	18
机智	19

秩序	21
个人投入	22
平等	25
精神分析设置的补充：联盟协作的咨询室	28
联盟	28
来访者的贡献	31
适应性	33
颠覆	34
分析设置的重新安排：一个移情积聚的舞台	36
情绪渗透性	36
容纳	38
再谈分析设置：发展矫正的育婴室	40
抱持	40
游戏	44
自恋联盟还是错误联盟？	46
共情	48
治疗失败	50
限制分析设置：终止条件	52
小结	55
反应和反思	56

第3章 认知-行为环境的核心条件	59
引言：内外因素的碰撞	59
范式和观点	60
核心治疗条件	63
秩序	63
资料	65
动机和可得性	66
目标	67

假设性思维模式	68
实验	70
环境强化	71
协作	72
关系	73
应用	75
维持秩序	75
提取资料	76
激发动机	77
突出目标	78
建立假设思维模式	79
持续试验	80
建立强化的环境	82
开始协作	83
提升治疗师-来访者关系	85
小结	87
反应和反思	88
社会心理学的影响	89
后理性建构主义心理学的影响	91
第4章 存在-人本主义治疗环境的核心条件	95
引言：世界在同一地点分开	95
范式和观点	97
核心条件	102
信任	102
共情性理解	104
个人接触	105
即时性	107
个人经历	109

耐心.....	111
对治疗关系的承诺.....	112
工作联盟.....	113
应用.....	114
建立信任.....	115
产生共情.....	117
反映性接触.....	118
保持即时性.....	121
在个人经历中寻找主线和缺口.....	122
额外的耐心.....	123
忠于治疗关系中的角色.....	124
为进步而联盟.....	125
小结：一个共享的环境.....	126
反应和反思.....	127
以人为中心的治疗.....	128
完形治疗.....	129
再谈完形.....	131
过程-经验治疗.....	133
第5章 治疗环境：比较与回顾.....	135
引言.....	135
核心条件.....	136
投入.....	136
秩序.....	140
实验法.....	143
信任.....	145
即时性.....	150
最后的思考：促进性治疗环境是循环的.....	152
注 释.....	156
参考文献.....	161
索 引.....	179

个人导引

促进写作环境的核心条件

理查德·哈茨勒 尼克·巴卫克

我们（理查德 J. 哈茨勒、尼克·巴卫克）在不同的大陆（美国和英国）长大，接受不同的训练，有着不同的生活，以各自的方式思考问题，对心理治疗有着不同的观点（分别是广义的人本主义和心理动力学）。在许多方面，我们俩是当今心理治疗界的治疗模式多样性和孕育这些治疗模式的文化多样性的代表。这种多样性是本书不可分割的一部分。就像影响我们各自的治疗过程和结果一样，它必定会影响到本书的写作过程和结果。因此，正如我们之间临床治疗方法的差别一样，您将在随后的章节中看到我们写作方式的差异。这就是为什么一开始我们要先简单介绍一下我们俩共同工作和写作的经过。通过这种方法，我们把本书以及书中讨论的概念置于即时的个人化场景中。

我们有不同的学习风格和经历，在许多问题上观点不一致，思维模式和写作方式各异。因此，来自双方和我们自己各自的挫折感经常取代写作内容而占据中心位置。而对内容本身，我们也是争执不断。事实上，我们中的任何一人单独来写这本书要比共同完成更加容易，虽然不见得更好。

我们之间的差异曾引起严重的问题。但其他一些重要

因素把我们联结在一起，并伴随我们完善相互关系、治疗理念和本书。最终，差异、怀疑、焦虑和挣扎屈服于我们的共识、希望、联盟、互相尊重以及获得成功和学习的动机。

妨碍我们写作本书的因素包括地域、沟通方式、生活和工作风格，以及工作节奏等方面的差异。我们最愉快和最有效率的阶段是在项目开始时，我们有机会在现实中见面，虽然每次只有几天时间。我们每人都渴望更多的这种亲密阶段，但几千英里的距离不允许这么做。我们用不同的计算机和电子邮件系统，以至于每次我们中的一个做了改动，另一个在调整时就有麻烦。我们必须为各自的个人生活和职业生涯而努力，这也牵扯了不少精力，但同时也帮助我们获得人类共情，增强了我们的相互联结。关于我们的工作风格和节奏能说些什么呢？在后来我们经历危机时尼克说的一段话也许是最好的表述：

由于我的工作方式、治疗取向、个人特点等方面的原因，我的方式是尽量完整、彻底地甚至有些着迷地收集详细的资料。在一个理论、概念逐渐清晰之前可能不知自己要往何处去。我感觉到，在这个合作项目中，这种工作风格经常置我于不利地位。因为你的工作方式完全相反，先提出广泛、笼统的概念系统，再把相关的观点放进去。这意味着，当你已经有了一个计划时，我还在泥潭中一筹莫展。

简而言之，虽然我们都做了大量工作，但我们是以极其不同的方式完成的。把我们的工作揉合在一起的难度远远超出我们之前的想象。

我们之间的差异能轻而易举地瓦解我们的伙伴关系或使之毫无效率。那么，究竟是什么因素帮助我们建立有效

的关系，把我们联结在一起的呢？尊重是一个强有力的要素。因为我们相信彼此都能有效思考，都非常了解我们的领域，虽然我们处理问题的方式不同；工作和职业道德也是一个关键要素。我们为了努力达成共识，完成了足够写作两本书的材料；另外，妥协和耐心也很关键，因为我们是在写一本书，书中既要把不同的观点揉合在一起，又要保留重要的差异；最后，也许是完成一项重要任务的个人动机和职业动机，像已经提到的其他因素一样，把我们凝聚在一起。

最终，两位治疗师/作者努力克服了许许多多来源于理论差异、个人差异以及环境因素的障碍，完成了这本论述促进所有心理治疗的核心条件的书籍。在这个过程中会有非常个人化的、作为人类的奋斗，就像治疗师和来访者在寻找融合和调节他们之间差异的方式时的争斗一样。结果是，本书将提出一个关于治疗环境的问题，就像我们问自己作为治疗师/作者的问题：有许多因素会导致治疗师与来访者关系的恶化，是什么条件能将治疗师和来访者建设性地联结在一起？