

情緒取向VS 婚姻治療

CREATING CONNECTION

*The Practice of Emotionally
Focused Marital Therapy*

Focused Marital Therapy

作者●蘇珊·強森 (Susan M. Johnson)

翻譯●劉 婷

審閱●熊秉荃 美國普度大學婚姻及家族治療博士

推薦●謝文宜 實踐大學社工系副教授兼系主任

The Practice of
Emotionally Focused
Marital Therapy

CREATING
CONNECTION

Susan M. Johnson, Ed.D.

情緒取向治療

開創婚姻與家族治療的新契機

蘇珊·強森博士在八〇年代初期創立了「情緒取向治療」法，此治療法不僅讓婚姻治療變得更人性化且成效卓著。而其基本目標便是在幫助深陷困境中的婚姻及家庭重新建立新的情感連結，進而共同找出解決問題的方法。本書對情緒取向治療的理論、治療過程及技術提供了清楚、具體且詳盡的介紹，是助人工作者與對此領域有興趣之讀者不可錯過的好書。透過本書我們真誠地將這新奇的治療法引進國內，期待能讓更多人受益！

自從在婚姻諮商中開始將情緒取向治療的技巧加進來後，婚姻諮商變成一個更豐富也更令人感動且有成就感的過程。本書為台灣引進新的治療模式，讓台灣的諮商輔導界能夠擁有更多不同的選擇與資源，去幫助更多的人，也讓我對台灣婚姻與家族治療的前景有了更多的期待與願景。

實踐大學社會工作學系副教授兼系主任 謝文宜

情緒取向治療不只是協助個案夫妻用不同的方式對話，還幫助個案去分享其深層的情緒和需求，並能夠在夫妻之間建立親密的情感連結。情緒取向治療的另一個重點是協助個案夫妻在經過一些背叛、遺棄的傷痛經驗後去重建其婚姻關係，而不只是協助他們去遺忘和鞏固其婚姻。

本書作者 蘇珊·強森

ISBN 957-693-479-6



9 789576 934797

00300



國家圖書館出版品預行編目資料

情緒取向 vs. 婚姻治療 / 蘇珊·強森 (Susan M. Johnson) 作 ; 劉婷譯. -- 初版. -- 臺北市 : 張老師, 2001 [民 90]
面 ; 公分. -- (教育輔導系列 ; N39)
參考書目 : 面
譯自 : The practice of emotionally
focused marital therapy : creating
connection
ISBN 957 693 479 6 (平裝)

1. 心理治療

178.3

90005855



◎教育輔導◎系列 N39

情緒取向 VS 婚姻治療

The Practice of Emotionally Focused Marital Therapy:
Creating Connection

作者 ➡ 蘇珊·強森(Susan M. Johnson)

譯者 ➡ 劉婷

責任編輯 ➡ 林右仟

封面設計 ➡ 巫麗雪

發行人 ➡ 李鍾桂

總經理 ➡ 張春居

出版者 ➡ 張老師文化事業股份有限公司 Living Psychology Publishers

郵撥帳號：18395080

106 台北市大安區羅斯福路三段 325 號地下一樓

電話：(02) 2369-7959 傳真：(02) 2363-7110

E-mail: lppc@lppc.com.tw

業務部

116 台北市文山區景華街 128 巷 8 號

電話：(02) 2930-0620 傳真：(02) 2930-0627

E-mail: b7959@ms22.hinet.net

登記證 ➡ 局版台業字第 1514 號

初版 1 刷 ➡ 2001 年 6 月

ISBN / 957-693-479-6

定價 ➡ 300 元 120

法律顧問 ➡ 林廷隆律師

排版 ➡ 龍虎電腦排版有限公司

印刷 ➡ 永光彩色印刷股份有限公司

The Practice of Emotionally Focused Marital Therapy

Copyright © 1996 by Brunner/ Mazel, Inc.

Chinese translation copyright © 2001 by Living Psychology Publishers

Published by arrangement with Taylor & Francis and Mark Paterson through

Bardon-Chinese Media Agency

博達著作權代理有限公司

ALL RIGHTS RESERVED

張老師文化智慧的書目

P 1

一、現代心理叢書				親子系列		定價	備註
中國人的追尋系列		定價	備註	P ₁	孩子只有一個童年	100 元	
J11	鹿港阿媽與施振榮——施陳秀蓮的故事	200 元		P ₂	幫助孩子跨越心理障礙	90 元	
J14	爲者常成，行者常至——李鍾桂的生涯故事	200 元		P ₃	孩子的心，父母的愛	110 元	
				P ₄	孩子的快樂天堂	100 元	
				P ₆	阿牛與我	150 元	
				P ₇	這一家	180 元	
二、生活叢書				P ₈	做溫暖的父母	180 元	
生活技巧系列		定價	備註	P ₉	天下無不是的孩子	180 元	
A1	讀書與考試	160 元		P ₁₀	校長爸爸天才困	180 元	
A ₉	怡然自得——30 種心理調適妙方	130 元		P ₁₁	烤媽出招	180 元	
A ₁₀	快意人生——50 種心理治療須知	120 元		P ₁₂	尋找田園小學——創造兒童教育的魅力	220 元	
A ₁₁	貼心父母——30 帖親子相處妙方	120 元		P ₁₃	不是兒戲——鄧志浩談兒童戲劇	220 元	
A ₁₂	生活裡的貼心話	150 元		P ₁₄	我的女兒予力——一個唐氏症家庭的生活紀實	250 元	
A ₁₃	讀書會專業手冊	250 元		P ₁₅	跟狐狸說對不起	200 元	
A ₁₄	創意領先——如何激發個人與組織創造力	250 元		P ₁₆	7—ELEVEN 奶爸	200 元	
A ₁₅	大腦體操——完全大腦開發手冊	120 元		P ₁₇	父母成長地圖	200 元	
				P ₁₈	做孩子的親密知己	200 元	
愛・性・婚姻系列		定價	備註	P ₁₉	親子逍遙遊台灣	200 元	
E ₁	生命與心理結合——家庭生活與性教育	150 元		P ₂₀	親子逍遙遊世界	200 元	
E ₂	永遠的浪漫愛	220 元		P ₂₁	孩子的心，我懂	220 元	
E ₆	從心理學看女人	110 元		P ₂₂	你可以做個創意媽媽	230 元	
E ₉	告訴他性是什麼——0~15 歲的性教育	150 元					
E ₁₀	外遇的分析與處置	140 元		青少年系列		定價	備註
E ₁₁	金賽性學報告	780 元	精裝	Z ₁	心中的自畫像——如何認識自我	120 元	
E ₁₂	金賽性學報告・親密關係篇	220 元	平裝	Z ₂	悸動的青春——如何與人交往	120 元	
E ₁₃	金賽性學報告・身心發展篇	220 元	平裝	Z ₃	葫蘆裡的愛——如何與家人溝通	120 元	
E ₁₄	金賽性學報告・衛生保健篇	220 元	平裝	Z ₄	輕鬆過關——有效的學習方法	120 元	
E ₁₈	春霖再生——女性二度成年的新發現	180 元		Z ₅	孩子，你在想什麼——親子溝通的藝術	120 元	
E ₂₉	偷看——解讀台灣情色文化	180 元		Z ₆	青少年的激盪	150 元	
E ₃₀	台灣情色報告	180 元		Z ₈	貼心話——我說・我聽・我表達	120 元	
E ₃₁	中年男人的魅力——流暢・健康・性歡愉	200 元		Z ₉	少年不憂鬱——新新類人的成長之路	180 元	
E ₃₄	愛情功夫	200 元		Z ₁₀	想追好男孩——青春族的情感世界	180 元	
E ₃₅	性心情——治療與解放的新性學報告	220 元		Z ₁₁	上青少年家——青少年完全指南手冊	150 元	
E ₃₆	外遇——情感出軌的真實告白	280 元					
E ₃₇	我痛！——走出婚姻暴力陰影	220 元					
E ₃₈	愛情學分 All Pass	180 元		贏家系列		定價	備註
E ₃₉	我的愛人是男人——男同志的成長故事	180 元		SM ₂	規劃孩子的學習生涯——12 歲全方位家庭教育	2000 元	

三、輔導叢書				N29	人際溝通分析練習法	420 元	
助人技巧系列		定價	備註	N30	兒少性侵害全方位防治與輔導手冊	260 元	
C3	助人歷程與技巧	150 元	增訂版	N31	心理治療入門	360 元	
C4	問題解決諮商模式	250 元		N32	TA 的諮商歷程與技術	280 元	
C5	校園反性騷擾行動手冊	150 元	增訂版	N33	敘事治療——解構並重寫生命的故事	420 元	
				N34	志工實務手冊	450 元	
				N35	家庭暴力者輔導手冊	280 元	
團體輔導系列		定價	備註	N36	遊戲治療 101	450 元	
M2	團體領導者訓練實務	200 元	修訂本	N37	薩提爾治療實錄——逐步示範與解析	270 元	
M3	如何進行團體諮商	200 元		N38	解決問題的諮商架構	270 元	
M6	小團體領導指南	100 元		N39	情緒取向 vs. 婚姻治療	300 元	
M7	團體輔導工作概論	250 元		學術研究系列		定價	備註
M8	大團體動力——理念、結構與現象之探討	180 元		L1	由實務取向到社會實踐	220 元	
				L2	學生發展——學生事務工作的理論與實踐	280 元	
教育輔導系列		定價	備註	L3	我國「諮商、輔導人員專業形象」之調查研究	600 元	非賣品
N1	學校輔導工作	250 元		L4	五年制商業專科學校學生生涯成熟度與學校適應之相關研究		非賣品
N2	青少年問題與對策	250 元		L5	志願工作機構之人力資源管理策略對志願工作者組織承諾影響之研究——以救國團為例	250 元	非賣品
N3	人際關係的新天地	120 元		L6	中山先生民族主義對中國現代化影響之研究		非賣品
N4	散播愛的種子	250 元					
N7	心理治療與衛生（上）	300 元	平裝				
N8	心理治療與衛生（下）	300 元	平裝				
N9	心理治療與衛生（典藏版）	680 元	精裝				
N10	班級輔導活動設計指引	130 元		四、生命哲學叢書			
N11	心靈舞台——心理劇的本土經驗	230 元		心理推理系列		定價	備註
N12	新家庭如何塑造人	280 元		T1	熱鍋上的家庭——一個家庭治療的心路歷程	350 元	
N13	教室裡的春天——教室管理的科學與藝術	280 元	增訂版	T2	人在家庭	130 元	
N14	短期心理諮商	250 元		T3	心靈魔法師——心理治療案例解析	150 元	
N15	習慣心理學——寫在晤談椅四十年之後	380 元		T4	走出生命的幽谷	90 元	
N16	與心共舞——舞蹈治療的理論與實務	220 元		T5	心理的迷惘與突破	130 元	
N17	自我與人際溝通	220 元		T6	兒童遊戲治療	160 元	
N18	人際溝通分析——TA 治療的理論與實際	350 元		T7	由演劇到領悟——心理演劇方法之實際應用	200 元	
N19	心理治療實戰錄	320 元		T8	心靈之旅八十天——短期分析式心理治療	160 元	
N20	諮商實務的挑戰——處理特殊個案的倫理問題	300 元		T9	桃源二村	250 元	
N21	習慣心理學（歷史篇）	420 元		T10	前世今生——生命輪迴的前世療法	180 元	
N22	客體關係理論與心理劇	400 元		T11	家庭會傷人——自我重生的新契機	220 元	
N23	薩提爾的家族治療模式	380 元		T12	你是做夢大師——幫夢、解夢、活用夢	250 元	
N24	焦點解決短期心理諮商	200 元		T13	生命輪迴——超越時空的前世療法	180 元	
N25	邁向成熟——青年的自我成長與生涯規劃	220 元		T14	生命不死——精神科醫師的前世治療報告	200 元	
N26	兒童遊戲治療	250 元	修訂版	T15	你在做什麼？——成功變身良、癮、癮的真實故事	380 元	
N27	臨床督導工作的理論與實務	400 元		T16	榮格自傳——回憶、夢、省思	400 元	
N28	10 倍速療法——短期心理治療實戰錄	200 元		T17	家庭秘密——重返家園的新契機	280 元	
				T20	跨越前世今生——陳勝英醫師的催眠治療報告	200 元	

T ₂₁	脆弱的關係——從玫瑰戰爭到親密永久的婚姻	320 元		D ₅₄	誰來下手？	220 元	
T ₂₂	家庭舞蹈 I——從家庭治療剖析婚姻關係	220 元		D ₅₅	假如我死時，你不在我身旁	280 元	
T ₂₃	家庭舞蹈 II——從家庭治療探討家人互動	220 元		D ₅₆	不知道我不知道	180 元	
T ₂₄	穿越迷幻森林	320 元		D ₅₇	如何好好生氣——憤怒模式工作手冊	250 元	
T ₂₅	回家——結構派大師說家庭治療的故事	400 元		D ₅₈	因為，你聽見了我	220 元	
T ₂₆	絕非虛構——心理醫師的驚悚之愛	350 元		D ₅₉	當醫生遇見 Siki	240 元	
T ₂₇	當尼采哭泣：心理治療小說	420 元		D ₆₀	戰士旅行者——巫士唐望的最終指引	300 元	
T ₂₈	診療椅上的謊言：心理治療小說	420 元		D ₆₁	靈性復興——科學與宗教的整合道路	320 元	
T ₂₉	愛上警察——警察家庭心理手冊	360 元		D ₆₂	我的生命成長樹——內外和好的練習本	270 元	
T ₃₀	聖徒與瘋子——打破心理治療與靈性的藩籬	330 元		D ₆₃	Erikson 老年研究報告——人生八大階段	400 元	
T ₃₁	前世今生之回到當下	280 元		D ₆₄	難以置信——科學家探尋神祕訊息場	240 元	
心靈拓展系列		定價	備註	D ₆₅	重畫生命線——創傷治療工作手冊	400 元	
D ₁₈	身心桃花源——當洋醫生遇見赤腳仙	420 元		D ₆₆	家屋，自我的一面鏡子	400 元	
D ₁₉	觀山觀雲觀生死	200 元		D ₆₇	你可以更靠近我——教孩子怎樣看待生命與死亡	280 元	
D ₂₂	生命中的戒指與蠟燭——創造豐富的生活儀式	380 元		D ₆₈	快樂的十日課——從憂鬱到快樂的十個步驟(上)	250 元	
D ₂₃	物情物語	180 元		D ₆₉	快樂的十日課——從憂鬱到快樂的十個步驟(下)	250 元	
D ₂₄	找尋空間的女人	180 元		D ₇₀	不無聊啓事錄——十件要做事，讓你快樂一輩子。	200 元	
D ₂₅	變——問題的形成與解決	220 元		D ₇₁	一分鐘心理醫生	250 元	
D ₂₆	鐵約翰——一本關於男性啓蒙的書	300 元		D ₇₂	你可以自由——讓受虐婦女不再暗夜哭泣	200 元	
D ₂₇	西藏生死書	350 元		D ₇₃	這就是男人	340 元	
D ₂₈	巫士唐望的世界	320 元		D ₇₄	非零年代——人類命運的邏輯	450 元	
D ₃₁	完全算命手冊	180 元		D ₇₅	打破沈默——幫助孩子走出悲傷	270 元	
D ₃₄	性·演化·達爾文——人是道德的動物？	400 元		心靈清流系列		定價	備註
D ₃₆	生命史學	200 元		R ₄	回首生機	140 元	
D ₃₇	生死無盡	200 元		R ₅	但願無悔	140 元	
D ₃₈	西藏生死書（精裝本）	450 元		R ₆	感應之情	140 元	
D ₃₉	巫士唐望的教誨	300 元		R ₈	一畦青草地	140 元	
D ₄₀	心靈神醫	220 元		R ₉	貼近每一顆溫柔的心	140 元	
D ₄₁	打開情緒 Window	220 元		R ₁₁	二更山寺木魚聲	140 元	
D ₄₂	憂鬱的醫生，想飛	200 元		R ₁₂	離家為了一個夢	130 元	
D ₄₃	照見清淨心	180 元		R ₁₃	眼前都是有緣人	130 元	
D ₄₄	恩寵與勇氣	380 元		R ₁₄	溫馨故事	140 元	
D ₄₅	解離的真實——與巫士唐望的對話	300 元		R ₁₅	每天的新太陽	140 元	
D ₄₆	杜鵑窩的春天——精神疾病照顧手冊	320 元		R ₁₆	開悟心燈	140 元	
D ₄₇	超越心靈地圖	300 元		R ₁₇	我不能死，因為我還沒有找到這囑	200 元	
D ₄₈	真誠共識——等待重生的新契機	380 元		R ₁₈	天天好心情	200 元	
D ₄₉	邪惡心理學——真實面對謊言的本質	300 元		R ₁₉	最後一季的譚音	200 元	
D ₅₀	生命教育——與孩子一同迎向人生挑戰	240 元		R ₂₀	時時樂清貧——我的清貧生活	160 元	
D ₅₁	四十女兒心	180 元		R ₂₁	處處簡樸心——名人談清貧	160 元	
D ₅₂	鲜活信仰——卡特的靈心回憶錄	250 元		R ₂₂	找回快樂的心	200 元	
D ₅₃	空，大自在的微笑——空性禪修次第	200 元		R ₂₃	心靈真情書	180 元	

R24	印地安之歌	180 元		Y18	和上蒼說話	100 元	
R25	不小心，我撿到了天堂	250 元		Y19	心中的精靈	100 元	
R26	我在雪地上跳舞	230 元		Y23	與人接觸	110 元	
R27	辦公室智慧 200	220 元		Y24	心的面貌	110 元	
				Y25	沈思靈想	100 元	
				Y26	尊重自己	100 元	
人與自然系列		定價	備註	Y27	寬恕樂陶陶	100 元	
NB1	傾聽自然	200 元		Y28	簡樸活得好	100 元	
NB2	看！岩石在說話	200 元		Y29	善待此一身	100 元	
NB3	共享自然的喜悅	180 元		Y30	自在女人心	100 元	
NB4	與孩子分享自然	180 元		Y31	接納心歡喜	100 元	
NB5	探索大地之心	180 元		Y32	喜樂好心情	100 元	
NB6	細說生命華采——愛默森的自然文選	160 元		Y35	樹香——人與自然的對話	140 元	
NB7	學做自然的孩子——國家公園之父 繆爾如何觀察自然	180 元		Y36	舞蝶——人與自然的對話	140 元	
				Y37	享受寧靜——雅育靜坐心理學	160 元	
NB8	國家公園之父：蠻荒的繆爾	250 元		Y38	嘆嘆熊的無為自在	160 元	
				Y39	小小豬的謙弱哲學	200 元	
文化顯影系列		定價	備註	Y40	嘆嘆熊的減肥秘笈	160 元	
K1	台灣田野影像	240 元		Y41	嘆嘆熊的逍遙遊	160 元	
K2	台灣綠色傳奇	240 元		Y42	老灰驢的幽默自處	160 元	
K3	燃燒憂鬱	240 元		Y44	當下最美好	150 元	
K4	久久酒一次	240 元		Y46	祝你聖誕快樂	180 元	
K5	天堂樂園——電影・文學・人生	180 元		Y47	祝你生日快樂	150 元	
K11	棒球新樂園	180 元		Y48	祝你天天快樂	150 元	
K13	性與死	220 元		Y49	給我親愛朋友	150 元	
K14	異議筆記——台灣文化情境	180 元		Y50	當所愛遠逝	150 元	
				Y51	讓憤怒野一回	150 元	
				Y52	給壓力一個出口	150 元	
心靈美學系列		定價	備註	Y53	勇敢向前行	150 元	
Y5	心情國度	140 元		Y54	好好過日子	150 元	
Y6	人生是福	140 元		Y55	活出真性情	150 元	
Y7	讓我擁抱你	140 元		Y56	寶貝你的學生	150 元	
Y9	阿保的童話	110 元		Y57	給工作中的你	150 元	
Y10	小鎮人家	110 元		Y58	想我親愛家人	150 元	
Y11	十月的笛	110 元		Y59	給獨一無二的你	150 元	
Y12	森林小語	110 元		Y60	記得照顧自己	150 元	
Y13	蘋果樹	110 元		Y61	祝你早日康復	150 元	
Y14	疼惜自己	100 元		Y62	親親我的寶貝	150 元	
Y15	玩得寫意	100 元		Y63	親親我的媽咪	150 元	
Y16	彼此疼惜	100 元		Y64	阿保的童話（修訂版）	140 元	
Y17	老神在哉	100 元		Y65	小鎮人家（修訂版）	140 元	

Y66	十月的笛（修訂版）	140 元		F19	不死的生命——我如何走上前世治療這條路	180 元	陳勝英
Y67	森林小語（修訂版）	140 元		F20	催眠與潛意識——從精神分析到前世催眠	180 元	陳勝英
Y68	蘋果樹（修訂版）	140 元					
Y69	森林的童話	160 元					
Y70	會哭的男人很可愛	150 元		性・愛趨勢系列		定價	主講者
Y71	跟沮喪說 bye bye	150 元		F21	21 世紀性愛大趨勢——現代人必備的性知識	180 元	馮裕等
Y72	葛葉的訊息	160 元		F22	談心談性話愛情——夫妻必備的性知識	180 元	簡春安
Y73	夏日的魔法	160 元		F23	單身貴族雙人床——未婚男女必備的性知識	180 元	李 昂
Y74	幸福的滋味	200 元		F24	你儂我儂化做愛——年輕人必備的性知識	180 元	施寄青
Y75	別讓自己白白受苦	150 元		F25	尊重愛性——談性教育的意義	180 元	晏涵文
Y76	平安在我心	150 元		F28	身體情語——談兩性必備的性知識	180 元	江漢聲
Y77	時時心感恩	150 元		F27	性愛迷思——談如何跨越性障礙	180 元	馮 榕
Y78	離開祕密花園	150 元		F28	永遠浪漫——談愛情的悲歡辯證	180 元	曾昭旭
Y79	走進萬花筒	150 元		F29	情色對話——談女人的性愛發展史	180 元	何春義
Y80	因為愛，我和你	180 元		F30	兩性解析——談工業社會的婚姻	180 元	邱 彰
Y81	因為愛，我和自己	180 元		F31	獻身神話——談「以身相許」的愛情迷思	180 元	馬健君
				F32	愛情私語——談女人的性覺醒	180 元	李元貞
				F33	婚姻終結——談旗鼓相當的婚姻伴侶	180 元	施寄青
				F34	男人的性革命——男人氣概的新定義	180 元	余德慧
智慧文選系列		定價	備註	F35	女人的性革命——女性主義的性解放	180 元	何春義
X1	飛躍青春——邁向 21 世紀	50 元		F36	君子好逑——談一場成功的戀愛	180 元	曾昭旭
X2	疼惜的心——做個有溫度的人	50 元		F37	自在女人心——單身女人也逍遙	180 元	馬健君
X3	生命視野——十個生涯故事	50 元		F38	傾聽性語——性觀念與自我成長	180 元	馮 榕 鄭玉瑛
X4	飛躍青春——學習・成長・奉獻	50 元		F39	性愛風情——現代女性的性觀念	180 元	江漢聲 文榮光 王瑞琪
X5	前瞻・創意・務實	50 元		F40	性愛革命——當代性文化與性治療	180 元	
X6	迎接人生挑戰・開創智慧新機	50 元					
X7	尊重生命・關懷大地	50 元					
X8	發揮生命潛能・開拓活動空間	50 元		世紀家變系列		定價	主講者
X9	追求卓越・共創未來	50 元		F41	家在變動——重新認識我們的家	180 元	吳就君
X10	終身學習・持續成長・無私奉獻	50 元		F42	家在求救——照亮家庭的黑暗角落	180 元	陳若瑋
X11	攜手同心建家園・超越精進跨世紀	50 元		F43	家會傷人——自我重生的新契機	180 元	鄭玉英
X12	21 世紀最炫的選擇	50 元		F44	家有可為——幸福家庭與良好的溝通習慣	180 元	柯永河
五、有聲專輯（演講卡帶）							
愛心與智慧系列		定價	主講者	耕一畝溫柔的心田系列		定價	主講者
F13	生命的微笑——禪與人生	180 元	鄭石岩	F51	點一盞溫柔的心燈	180 元	曾昭旭
F14	清心與隨緣——談如何活得更自在	180 元	傅佩榮	F52	給一份溫馨的祝福	180 元	何進財
F15	緣與命——談自我實現的人生	180 元	黃光國	F53	換一劑溫柔的藥方	180 元	鄭石岩
F16	擁抱生命——談快樂人生	180 元	鄭武俊	F54	給一世溫情的對待	180 元	阮大年
F17	前世今生的對話	180 元	林治平 楊惠南	F55	耕一畝溫柔的心田	180 元	傅佩榮
F18	生命輪迴的奧秘	180 元	高天恩 陸遠誠	F56	彈一曲和諧的樂音	180 元	蔡培村

				F111	共創生命的秩序——談民主社會的正確觀念	180 元	林海洋
OK 父母系列				定價	主講者		
F61	做孩子的學習良伴	180 元	小 野	把心找回來系列			
F62	建立孩子正常的學習態度	180 元	洪有義	F112	找回喜悅的心——快樂簡樸的祕訣	180 元	周神助
F63	讓孩子成為學習贏家	180 元	廖清碧	F113	找回簡樸的心——單純簡樸的喜樂	180 元	鄭石岩
				F114	找回自然的心——社區與學校的自然觀察	180 元	劉克襄
				F115	找回自省的心——與心對話	180 元	龔鵬程
				F116	找回坦誠的心——坦誠少欲心自清	180 元	李鍾桂
有聲閱讀系列				定價	主講者		
FA1	催眠之旅	150 元	陳勝英	F117	找回平凡的心——平凡中創意無限	180 元	吳伯雄
FA2	西藏生死書有聲書	450 元	丁乃竺 洪麗卿主述	F118	找回快樂的心——留個位子給快樂	180 元	陳月霞 陳玉峰
FA3	時間管理贏家——有效的時間管理	250 元	李鍾桂	F119	找回美感的心——琉璃美術裡的人生	180 元	張 毅
FA4	快樂生活贏家——快樂生活之道	250 元	鄭武俊	F120	找回真實的心——從禪定修持中找回真實心	180 元	心定法師
FA5	心靈真情書之真情念歌	250 元	莊胡新浩	F121	找回智慧的心——讀書的心與方向	180 元	詹宏志
FA6	人際關係贏家——新人際關係論	250 元	邱 彰	F122	找回無欲的心——人到無求品自高	180 元	曾昭旭
FA7	親子溝通贏家——如何做好親子溝通	250 元	鍾思嘉	F123	找回成長的心——生命處處是綠洲	180 元	陶曉清
FA8	創造卓越的 EQ——情緒管理與調適	250 元	王浩威	F124	找回領悟的心——覺醒的智慧	180 元	陳履安
FA9	閱讀的美好經驗——找回智慧的心	250 元	詹宏志	F125	找回珍惜的心——運用時間的藝術	180 元	柴松林
FA10	生命觀照	250 元	索甲仁波切	F126	找回清貧的心——生活簡單・生命自然	180 元	鄧志浩
FA11	臨終關懷	250 元	索甲仁波切	F127	找回舞動的心——生命故事・心靈之舞	180 元	林秀偉
FA12	打開家庭祕密的黑盒子	250 元	鄭玉英				
FA13	如何激發孩子的潛能	250 元	游乾桂				
錄影帶系列				定價	拍攝		
VT1	西藏生死書 49 天生死之旅（上） 前往清淨的國度（下）	1600 元	日本 NHK				
掌握生命契機・發揚生命光輝				定價	主講者		
F101	彩繪生命的藍圖——談生涯規劃	180 元	李鍾桂				
F102	突破生命的限制——談自我成長與自我發展	180 元	鄭武俊				
F103	拓展生命的互動——談人際溝通	180 元	洪有義				
F104	迎接生命的戀曲——談兩性交往的藝術	180 元	曾昭旭				
F105	永結生命的情緣——談夫妻相處之道	180 元	簡春安				
F106	享受生命的親密——談成熟的性愛觀念	180 元	洪小喬				
F107	孕育生命的幼苗——談有效的親子溝通	180 元	曾漢榮				
F108	珍惜生命的時光——談有效的時間管理	180 元	黃英忠				
F109	發揮生命的潛能——談工作意義與工作適應	180 元	莊聰正				
F110	輕彈生命的旋律——談壓力管理	180 元	藍三印				

・此書目之定價若有錯誤，應以版權頁之價格為準。

・讀者服務專線：(02)2930-0620 傳真：(02)2930-0627

情緒取向VS 婚姻治療

CREATING CONNECTION

*The Practice of Emotionally
Focused Marital Therapy*

作者●蘇珊·強森 (Susan M. Johnson)

翻譯●劉 婷

審閱●熊秉莖 美國普度大學婚姻及家族治療博士

推薦●謝文宜 實踐大學社工系副教授兼系主任

目錄

〈推薦序〉	觸動人心的情緒取向婚姻治療	5
〈審閱者序〉	讓我們更親近	9
〈譯者序〉	黑暗中的一盞明燈	13
〈作者序〉	共編一曲美妙的夫妻之舞	17
第 一 章	緒 論	
	婚姻治療與情緒取向治療	21
第 二 章	情緒取向治療的哲學	
	在依附情境中的個人以及其所屬之系統	39
第 三 章	拓展經驗及編整舞步	
	情緒取向治療師所需的基本技巧	57
第 四 章	評估：繪製路線圖及聆聽音樂	
	情緒取向治療步驟一和步驟二	109
第 五 章	改變音樂節拍	
	情緒取向治療步驟三和步驟四	129
第 六 章	挑戰巨龍	
	情緒取向治療步驟五和步驟六	147
第 七 章	情感連結	
	情緒取向治療步驟七	177

第 八 章 一個安全的基地

情緒取向治療步驟八和步驟九	195
---------------	-----

第 九 章 斬荊除棘

臨床上可能遭遇的困難和解答	211
---------------	-----

第 十 章 情緒取向家族治療

	243
--	-----

第十一章 花生醬戰爭

情緒取向治療的案例介紹	261
-------------	-----

參考書目

	285
--	-----

〈推薦序〉

觸動人心的情緒取向婚姻治療

謝文宜

當我看到《情緒取向 VS. 婚姻治療》這本書的初稿時，心中充滿了喜悅與感動，也勾起我許多過去美好的回憶。第一次接觸到情緒取向治療（以下簡稱 EFT）是在美國普度大學婚姻與家族治療研究所上皮爾斯博士（Dr. Fred Piercy）的婚姻治療課，當時的我是個對各種治療法都躍躍欲試的研究生，婚姻治療更是我的最愛，現在回想起當年那段恣意沉浸在各種治療學派的研究、討論、練習與督導的日子，覺得真是一種奢侈的幸福。皮爾斯博士在課程中介紹了許多不同的婚姻治療法，EFT 在當時幾乎可說是最新的一種，還記得當初讀的應該是有關 EFT 的第一本書，也是由蘇珊·強森博士和萊斯莉·葛蘭堡博士（Dr. Susan Johnson 和 Dr. Leslie Greenberg）合著的，書名是 Emotionally Focused Ther-

apy for Couples，我一接觸到它立刻就被它深深吸引了，因為它的理念與我的相符，而且它的治療方式與我個人的治療特色和喜好也接近，從此它也成為我在做婚姻治療時的最佳助手之一。

EFT（Emotionally Focused Therapy）是在八〇年代初期由蘇珊・強森博士和萊斯莉・葛蘭堡博士（Dr. Johnson 和 Dr. Greenberg）發展出來的，當時他們兩位都是身受經驗學派與系統學派家族治療訓練的資深治療師，在這兩種學派的影響下，他們創出屬於自己的一套理論與技巧，可說是經驗學派與系統學派的綜合體。EFT 不但著重個人內在經驗的歷程與整理，也重視關係中的互動與溝通，而貫穿其中極重要的一環便是情緒經驗的力量。EFT 顧名思義是以情緒取向為主，強森博士和葛蘭堡博士認為情感或情緒的經驗與表達是建立一份親密關係的基礎，更是親密關係改變歷程中不可或缺的元素。這些源自於內心渴求的情緒是非常強而有力的，它們的影響力可以是破壞一份得來不易的情感之主要因素，也是可以用來重建一個更能互愛互諒的親密關係之基石。

自從在婚姻諮商中開始將 EFT 的技巧加進來後，婚姻諮商變成一個更豐富也更令人感動且有成就感的過程，而自己扮演的角色像是個情緒的陪伴者與催化劑，也像個替兩人做深度情緒溝通的翻譯員，將原本潛隱在內心深處對親密關係的渴求與冀望化為對方可以了解的話語，進而化解了兩人之間的誤會與怨懟，也改變了之前無益的互動模式。當我看到隱忍已久的淚水終於奪眶而

出，當互相折磨多時的夫妻終於了解對方真正的情感與痛苦，當淚水轉化成燃起新希望的相視而笑，那一刻真的會令人感到滿心的愉悅與深深的感動。心，有時候會因為太多的誤解或傷痛而產生一層厚厚的繭，而對我來說，EFT 是幫助我重新去觸動那樣一顆幾乎放棄的心的最佳助手。

謝謝我的學妹劉婷翻譯這本書，她對於將EFT此種治療法介紹給自己的國人所做的努力是有目共睹的，我非常為她感到驕傲，有她加入我們的行列，也讓我對台灣婚姻與家族治療的前景有了更多的期待與願景。最後還要感謝張老師出版社的認真與用心，再一次為台灣引進新的治療模式，讓台灣的諮商輔導界能夠擁有更多不同的選擇與資源去幫助更多的人。

（本文作者現任實踐社會工作學系副教授兼系主任及家庭研究與兒童發展研究所所長）