

心理推理系列 I

熱鍋上的家庭

一個家庭治療的心路歷程

著者／納皮爾(Augustus Y. Napier)

華特克(Carl A. Whitaker)

譯者／李瑞玲



家

從四分五裂
到相親相愛

使每一個在「親密」與「自我」之間掙扎的
現代人，重塑一個全新的自我和家庭之愛

謝達維是令人羨慕的律師，他聰明、收入豐厚，有一位漂亮的太太若菱，和三個可愛的兒女—曉雅、小堂和小蘭。可是不知怎的，曉雅成了家中的問題人物，她不服管束、躑躅家、又想自殺，家中從此永無寧日。當他們全家接受抽絲剝繭的家族治療後，才發現曉雅只是代罪羔羊，而有隻無形的殺手正在摧殘他們的家庭。更可怕的是，這個破壞力量正是他們你來我往一起養大的……。

「熱鍋上的家庭」是第一家庭治療現場對話的專業鉅著，述敘一個家庭從四分五裂，求助家庭治療師，到相親相愛的過程。比小說還曲折，比電影更引人入勝。

NT\$350

ISBN 957-9486-31-X



9 789579 486316

熱鍋上的家庭

一個家庭治療的心路歷程

原著：The Family Crucible

作者：芮皮爾(Augustus Y. Napier)

華特克(Carl A. Whitaker)

譯者：李瑞玲





心理推理系列 T1

熱鍋上的家庭——一個家庭治療的心路歷程

THE FAMILY CRUCIBLE

作者 → 芮皮爾(Augustus Y. Napier)

華特克(Carl A. Whitaker)

譯者 → 李瑞玲

責任編輯 → 周玉琴

封面設計 → 葉文苓

內頁插畫 → 王平

發行人 → 李鍾桂

總經理 → 張春居

總編輯 → 王桂花

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：service@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：sales@lppc.com.tw

網址：http://www.lppc.com.tw (讀家心聞)

登記證 → 局版北市業字第 1514 號

初版 1 刷 → 1991 年 1 月

初版 43 刷 → 2003 年 3 月

ISBN/957-9486-31-X

定價 → 350元 140'

法律顧問 → 林廷隆律師

排版、製版 → 龍虎電腦排版股份有限公司

印刷、裝訂 → 日盛印製廠股份有限公司

國際中文版授權／大蘋果股份有限公司

* 如有缺頁、破損、倒裝，請寄回更換 * 版權所有·翻印必究 Printed in Taiwan

「心理推理系列」出版緣起

張老師出版社

心靈藝術家的極品

談到心理治療，可能浮現腦海的是一個面無表情的心理醫生，一個睡在躺椅上自言自語的病人；談到推理故事，你可能會聯想到一樁懸疑詭異的案情，一個個充滿嫌疑的人物，更少不了會有一個精明能幹的偵探，一路隨著案情抽絲剝繭，直至水落石出。

「心理推理系列」便是結合心理治療的專業知識與推理文學的巧妙筆調而成的。當心理治療者與案主開始接觸的剎那，一場曲折離奇的推理劇情便逐一展開了。在此過程中，心理治療師宛如一個鏗而不捨的偵探，他必須具有厚實的心理治療理論基礎，也必須具有豐富的臨床經驗，才能在一次次的晤談中，進入案主的心靈境界，使那些隱匿在內心暗處的思維跳躍出來。

張老師出版社推出「心理推理系列」的目的，在於以淺顯易懂的方式引領讀者進入心理治療的殿堂，探索人類心理的奧妙。對於從事心理治療的專業人員而言，此系列無疑是最佳的實務觀摩，可從中習得治療技巧，以及治療者的風範；對於一般讀者而言，

此系列則猶如推理故事，在輕鬆閱讀中，不僅吸收心理知識，亦可與內在自我來一次心靈之約。

日後，我們會陸續推出國內、外知名心理治療者的心理治療實例，包括一些已被譽為經典之作的好書。

在閱讀這些既輕鬆又嚴肅的故事時，我們只想提醒您一點：別忘了對這些探索人類心靈的藝術家們致上一份敬意！

作者序

本書始於我追隨威斯康辛大學精神醫學教授兼家庭治療家卡爾·華特克受訓的末期。進入精神醫學系，一是為了向老華學習，二是為了完成實習課程，那是取得北卡羅萊納大學臨床心理學博士學位的最後一關。在研究所就讀期間，家庭治療就是我的主要興趣，我很慶幸有機會和一位老練、廣受敬重的家庭治療家一起研究。博士後研究獎學金使我得以繼續再受訓一年，而老華也慨允延長我的見習年限，因此共獲得兩年豐富的實務經驗。

同許多醫學院一樣，威斯康辛重視一項古老的傳統，鼓勵醫學系教授開設小規模的私人治療室，以便及早發現課堂理論在實際運用時，會有哪些困難。老華的私人治療室還直接做為教學之用。雖然我參加過多次研討會，也有過一些自己接個案的督導，但受益最多的訓練還是做為老華的協同治療者的時候。那些經驗就是這本書問世的原動力。

這些晤談帶給我極大的震撼。有些強烈感受來自老華的臨床技巧和他本身的魅力；有些來自家庭欲扭轉命運的深刻的掙扎；有些則似乎來自我和老華協同治療的組合。有許多本行的專家對家庭治療極有興趣，可是外行人對這門刺激的新領域卻所知有限。我

希望將受訓期間對一些家庭變化的觀察記錄下來。

起初，我反覆聆聽和老華一同主持的晤談錄音帶，還研究老華在一些訓練機構舉行的諮詢錄影帶。埋首於一堆晤談當中，我感到既著迷又氣餒。我很快便陷入錯綜複雜的夢魘裡，努力嚐試描畫晤談中各人聲調的細微變化、用字遣詞的特性、以及過程中各事件複雜的次序。僅一小時的晤談，我就寫了五十頁之多，而且覺得自己將資料處理得不够深入。我過份專注細節，完全忽略家庭治療的流暢和曲折。

我於是回頭再看資料，試圖捕捉家庭治療的那種「感覺」。我選定一個家庭，仔細研究治療過程的錄音帶，開始憑記憶下筆，並參考其他案例的情節，以闡明家庭治療的過程。我加上一些段落和章節來解釋本案例以及一般家庭治療的方法。故事大綱取材自一個真實的個案，並獲得個案同意予以改寫，但整個故事其實混合了許多家庭的治療經驗。如此，我認為它的效果比當初陳述「事實」的表現方式，更能正確描繪家庭治療。

這本書融合我許多的經歷。自己的專業生涯展開以後，我從老華的學生變成他的朋友兼同事。在我的私人治療室裡，我開始培養異於老華的治療理念。不同的觀點使我們的聯盟益形充實豐富，而這本書的觀點自然是隨著我的轉變而改變。

這本書多半採用我自己的觀點，可能無法妥善擷取到老華精妙而迂迴的技巧。熟悉他的人，可能會覺得我並沒有完整捕捉到他善用弔詭、暗喻和幽默的手法。遺漏的原因

是，作者係透過他自己的一雙眼睛作觀察。老華和家庭談話的時候，常關注於潛意識的層面，而我傾向於意識的層面和「教導」。幸或不幸，這本書的用語多半是我的。

我構思和撰寫這本書，並且得到許多朋友的協助。老華的理念是本書的真正基礎。寫作的過程中，他一貫與我密切合作。我們共同草擬那些概念性的章節，在修訂時，他也提供許多寶貴的建議。

主編安·哈利斯是促成此書的一大功臣。她親切愉快的聲音支持我度過沮喪的黑暗期。她像優秀的治療者一樣，不但指引我寫作的專門技巧，還建議我忠於自己，幫助我看清楚最適合我的表達方式。她為原稿所花的時間和精力，遠比我想像中一個編輯所做的超出太多，我非常感激她。

很多朋友讀了原稿後，提供我很有價值的建議。其中包括我妻子瑪格麗特、我的學生以及大衛·凱斯，他是家庭治療同行，我和老華的好友。

最後，我要感謝辛蒂·哈凱特及其他精神醫學系的秘書們，他們花了許多時間反覆打字繕稿。他們是這本書的第一批讀者，特別感謝他們在繕稿時辛勤不輟的熱忱。

——奧戈斯特斯·芮皮爾

臨床心理學博士——

經得起考驗的家庭

柯永河

存在主義者高喚著說，只要有「我」在，宇宙間的一切事物就有意思，但系統理論學者卻反對著說，個人僅僅是系統中的一小小部份而已，它的意義乃由包容著它的更大的系統所決定，例如：大部份的人都出生在一個特有的家庭裏；他的誕生固然給他家人投下大的變數，但他的許許多多事情卻逃不掉家人的左右；猶如水可載舟亦可覆舟，一個家庭可助其成員也可害其成員。一個家庭對於其成員究竟是有助或是有害，乃端視那到底是個什麼家而定。

熱衷於系統理論的臨床心理學家，和堅持存在主義或精神分析觀點的臨床心理學家，對於個人的心理失調或症狀的看法或態度頗為迥異；後者試著跳進患者最深的潛意識裏，企圖在那裏尋找病因，但前者則不斷地掃描圍繞著個人的大環境，相信著大部份的病因是隱藏在生活環境裏。目前，大家都知道，心理失常的原因不但可以在患者的潛意識裏找，也可以在他的外界環境裏尋覓。

古諺也說：不但英雄可以創造一個大時代，一個時代也可以創造一名大英雄。這一句話的意思是，整體與部分之間經常存在著極其密切、互為因果的關係；這個關係會不

斷地拉著整體和部份往某一個方向演變下去；若這個關係是不和諧的，整體與部份雙方則會互害，關係愈演變愈糟；如果這關係是和諧的，兩者則會互惠，關係愈變愈好。具體言之，兩者的關係如果是和諧的或互補的，則雙方各蒙其利，如果是不和諧的、對抗的、互相衝突的，或背道而行的，則雙受其弊。誠如前文所云：水既可載舟，亦可覆舟，家也是可助人亦可害人。

家對於其成員施展多面的影響，可歸納如下幾點：(一)提供保護；(二)提供安慰、鼓勵；(三)提供教導；(四)提出要求或限制。以上四點又可進一步大分為兩類，第一大類是家庭和成員分別扮演提供者和接受者的角色；第二大類是家庭扮演要求者而成員扮演提供者的角色。如果，成員和家庭間的「提供者——接受者」互補角色是和諧的，家庭則安樂，成員則適應良好；倘若是不和諧的，成員容易產生適應不良症，而家中的亂象則不斷。在下述幾種條件下，家庭與成員的關係會變為和諧或不和諧：

(一)一般情形是，成員尚幼時，家庭與成員主要分別扮演提供者和接受者的角色，而成員和家庭的關係都會在和諧的氣氛裏順利運作。

(二)當然，無可避免地，也有少數情況是較特別的，亦即父母由於本身的健康、心理、社會等問題纏身，無法可圈可點地達成父母的任務，提供給子女保護、安慰、鼓勵、教導等等。易言之，他們不能為子女提供一個健康的心理環境，此時家庭與子女的關係

則不和諧。

(三)家庭裏的年幼成員由於能力還未充分發展，處處尙顯得無知、無能、無助，一旦遇到現實難題則不知所措，而唯一能做的是亟盼父母能及時伸出援手，給他安慰鼓勵，以及意見上、技術上、經濟上的具體協助；此時，家長若能讓子女如願以償，則子女與家庭的關係可保持和諧，子女可以安然地抹平挫折。

(四)當子女適應有困難時，如果父母或因不知子女之需要，或因本身也處在極大心理社會壓力下，伸不出援助之手，而任憑子女自力處理適應上的困難，則家庭與成員的關係會處於不和諧的關係，成員就很難安然渡過挫折，而挫折就變為危機，也不是轉機，更不是契機。

(五)年幼的家庭成員雖然很需要保護及關愛，但這種需要的強度並不是永遠不變，而會依他們的成長逐漸變化；原有的需求可能消失無踪或減弱，原來沒有的需求可能出現，而且強大，而以前微弱不顯眼的需求可能變得非立刻得到滿足不可。因此，父母最好經常注意子女成員的需求或能力的改變，隨著改變調整其所提供的保護、關愛、教導與限制，不然本來已建立好的雙邊和諧關係，可能不知不覺間鬆動，甚至腐蝕，而變得相當不和諧，終於引發家庭與成員間的互相攻訐與傷害。

已往的精神醫學相信一個「精神失常」患者的病因全在他個人身上。但深受上述部

分與整體互動關係的系統理論思考影響之後，許多精神醫學家再也不認為病患家庭中的人際關係良莠與個人心理不健康沒有關係。他們已認清一件事實，那就是心理不健康者往往是來自不健康的家庭心理環境，尤其是充滿衝突、冷漠的家人互動關係。目前，心理衛生從業人員都懂得家人間的互相關懷、接納、了解與誠實是促進家庭成員心理健康的最主要催化劑，而家人間的冷漠、不關心、拒絕、不了解、欺騙與不誠實是引發家庭成員心理疾病的主要導火線。

雖然家庭人際環境對於家庭成員的心理健康影響巨大，早已備受心理衛生從業人員所矚目，但實務上，直接以調整家人關係來改善成員個人精神症狀的具體做法，卻在不久以前才由一群心理醫師著手嘗試。這一群心理醫師偶然發現一位精神分裂病人症狀的惡化和病人與母親的關係充滿著矛盾所致；他們把這種矛盾關係稱為「雙縛關係」或「進退兩難」關係。具有這種「雙縛關係」的子女，在父親或母親面前不知所措，不能退也不能進，但同時也不能跳出這「兩難關係」；易言之，他被註定停留在那充滿矛盾的關係中，天天與不愉快的心情為伍。所以，這一群心理醫師相信，家人之間不衛生的實際關係一日不除，家中某一個人的症狀也一日繼續存在。

目前「家庭治療」在許多地方是相當盛行的一項治療模式。雖然家庭治療的進行並不僅依據某一種特殊理論，但一般言之，前面所提到的系統理論是最典型的理論基礎。

系統理論對於家庭治療模式的適用性最先被傑克遜醫師所道出。傑克遜醫師發現，家中某一成員的行為或經常出現的習慣或症狀有了改變以後，家中另一位成員就受其影響也產生改變，有時甚至於改變得更不好而成為「心理患者」。不但個人成員本身，其他成員也為之痛苦不堪。傑克遜根據這發現，對於家庭的概念提出他的創見性看法；他說：家庭乃由一群人所組成，而這一群成員互相進行一套例行的溝通習慣，靠著這一套習慣，家庭系統獲得穩定；家庭系統猶如一個政治系統，對其成員具有約制或限制性影響；例如，倘若父親的言行脫離了家庭系統的規範，母親就對此有所反應；反過來說，如果母親的作為偏離了家庭系統的軌道，父親就對此會有所反彈；另一方面，設若父母的表現已達到家庭系統的規範所不能忍受的界線，子女就會有相對性訴求。

家庭系統的穩定，乃靠著某一成員對於其他成員的偏離家規的行為所做的「錯誤反應」來維繫。如果成員的這習慣性錯誤反應正好是精神醫學所認定的精神病症，則除非家中其他成員的習慣性行為有所改變，否則該成員的那一則習慣性錯誤反應，亦即精神症狀也維持原狀，不會有所變。傑克遜醫師認為，家庭治療的功能則在於改變家庭成員間的溝通順序，或溝通習慣。

雖然每一家庭都有其特殊的結構，但這些不同結構可用「階序」這個概念來統稱；家員間的階序的基礎是權力；當一個家庭的階序混淆不清，或是賦與家員階序的規範、

或規定受到侵犯時，家中某一成員的心理就會有所偏差，心理症狀於焉出現。例如，倘使母親不斷地和子女站在同一陣線，聯手對抗父親，則母親是在違反兩代間的「紅色界線」，因此她等於冒犯了階序結構的規定；相似地，如果祖母經常和小孩聯合在一起對抗小孩的母親，家庭的階序層次則成為混淆不清，家中成員則陷入心理上的痛苦。假如此類階序混亂，習慣性地，或經常發生在同一個家庭，尤其當這種混亂不能被有關者清楚地察覺到，成員所受的壓力則更為強烈，可能強到成為病態的程度。

在此以一個案例說明上段所述的意義：有一位母親和兒子形成一種過度親密的關係，經常互相攻訐，怒罵。母親要求兒子更為獨立，但如果兒子照其要求表現得獨立一點，母親則責備說，他不該有如此作為。父親因身兼二個工作，忙得經常不在家。家中常發生的溝通順序如下所述：母親過份關心兒子的事情，變得身疲力盡，所以向丈夫求助。這時候，母親心中把家庭階序界定為二個權威者聯手來對抗孩子。丈夫的幫助方法經常是要求兒子做事要獨立一點，不要害怕也不要依賴母親。看到丈夫如此要求兒子的時候，母親就先責備父親說，他不了解兒子，然後改變原來的態度而與兒子聯手一起對抗父親。在母子聯手的壓力之下，父親就採取退卻的因應策略，退後到家庭權力結構的周邊，顯得其存在不重要性。這時候，母親就把家庭階序重新界定為她和兒子在家中有特殊的身份，而父親不得干擾他們的這個身份。後來，和兒子的關係又充滿了憤怒的時候

，她又向丈夫求助，而再度把家庭階序界定為父母一起來管教孩子。父親對於母親的求助的反應方式又是單獨處理兒子，同時給太太建議如何對待兒子，而母親又以已往的習慣，告訴父親不要管她和兒子的事情，所以父親又退到家庭權力的邊緣地帶。如此，家中三個人的溝通習慣無限期地重演下去。上述的這習慣所帶來的家庭均衡調整過程進行得很順，簡直天衣無縫，有關者都找不出破綻在那裏，所以沒有適當的機會來澄清家庭成員間的階序究竟出了什麼毛病，也無法找出如何解決這個重複出現的錯誤而可視為心理症狀的溝通習慣。

芮皮爾博士是一位臨床心理學家，他和他的老師華特克醫師一起撰寫了一本與家庭治療有關的專書，書名為“The Family Crucible”。此書於一九七八年出版，全書分為二十一章。此書大部分由芮皮爾博士根據他在接受華特克醫師的督導訓練之時，所經驗的家庭治療經驗而撰寫。雖然沒有明說，但顯然地，芮皮爾博士花費了不算短的一段歲月在此書的完成工作上面。此書雖然表面上以一個家庭接受家庭治療的全部經過的形式出版，但實際上是芮皮爾博士的許多家庭治療經驗的混合結果；著者本身認為這樣的寫法更能忠實地反應出他自己對於家庭治療的看法。

在此書的第一章，著者以目前正在發生的描寫方式，企圖讓讀者了解到前來接受治療的家庭都自有其結構、情緒氣氛和常規；這些都是經過好幾年的生活經驗而成形的，

對每一個家庭而言都是非常有意義。但也是非常痛苦的包袱。家庭因為這些包袱而受苦，但這些包袱卻在家庭成員的世界裡給他們帶來熟悉感和可控制、可期待的穩定感。所以，當他們和治療者想要把這些包袱拋棄的時候，他們會陷入極大的不安，所以渴望外界能給予不斷的肯定與支持。故而，從事家庭治療工作者必須非常了解這一點，也必須給予他們所需要的支援。如果治療者不給予這些，有問題而前來接受治療的家庭會設法想知道治療者能不能提供他們所要的東西。

在第二章芮皮爾博士則以客觀描寫的筆法介紹這家庭的問題內容以及它的來源。據描寫，主要問題發生在女兒身上，而她的問題又與母親有關；離家出走，自殺傾向是女兒的主要症狀。女兒的問題把全家人的生活弄得十分地難受。他們因此求救於家庭醫師、兒童精神醫師，而最後經由兒童精神醫師的建議，求助於家庭治療專家。在第三章，為了給家庭治療工作提供紮實的理論基礎，芮皮爾博士將他自己對於心理分析理論，或佛洛伊德的學說提出了有根據的理由，以說明佛洛伊德的精神分析治療理論不適合於用來治療有問題的家庭。

在第四章著者介紹系統理論的基本原理，並強調此理論可應用於家庭治療。在這裏，系統被界定為：系統是一個實體，這個實體擁有許多部份，而部份之間存在著互相影響、互通共變的密切關係；這關係或實體的均衡是靠著發自錯誤的反應方式而繼續生存