

# 薩提爾 治療實錄

## 逐步示範與解析

*Satir Step by Step*  
*A Guide to Creating Change in Families*

原著 ● 維琴尼亞·薩提爾 (Virginia Satir)

蜜雪兒·鮑德溫 (Michele Baldwin)

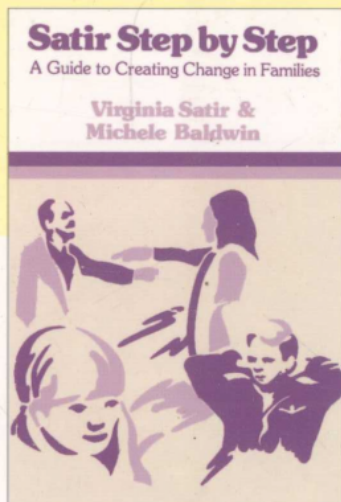
翻譯 ● 李瑞玲、黃 繡、龔嫻紅

導讀 ● 林亮吟 台北市立療養院兒童精神科主任

推薦 ● 王 行 東吳大學社工系副教授

Change in Families





## 薩提爾治療實錄 逐步示範與解析

美國最具影響力的首席治療大師薩提爾進行治療時策略應用的原因是什麼？當她決定一連串的干預手段或是選擇某個特殊的語句時她心中究竟在思考什麼？什麼是雕塑、家庭壓力芭蕾？繩子又如何具象家庭關係？此書帶領你進入薩提爾的內心世界，與大師一同走過一次助人的歷程，汲取大師的智慧與治療經驗。

本書特別以「對話錄」的方式，呈現出薩提爾的工作流程，可以一窺「薩提爾語言」的魅力，將薩提爾的神奇「魔法」，變成大家可以學習的助人「方法」。

東吳大學社工系副教授 **王行**

要了解任何學派的家庭治療或心理治療，都需先從了解深遠影響這個學派的治療者開始。這本書提供了薩提爾理論概念與架構起治療的詳細過程，內容與過程並進並存，相輔相成。

台北市立療養院兒童精神科醫師 **林亮吟**

ISBN 957-693-477-X



9 789576 1934773

00280



薩提爾治療實錄：逐步示範與解析／維琴尼亞·薩提爾 (Virginia Satir)，蜜雪兒·鮑德溫 (Michele Baldwin) 作；李瑞玲，黃繡，龔嫻紅譯。  
—初版。—臺北市：張老師，2001〔民90〕  
面：公分。(教育輔導系列：N37)  
譯自：Satir step by step : a guide to creating change in families  
ISBN 957-693-477-X (平裝)  
1. 家族治療  
178.8

90005664



教育輔導系列 N37

## 薩提爾治療實錄——逐步示範與解析

作者→維琴尼亞·薩提爾 (Virginia Satir)、  
蜜雪兒·鮑德溫 (Michele Baldwin)

譯者→李瑞玲、黃繡、龔嫻紅

特約編輯→黃哲生

美術設計→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)23697959 傳真：(02)23637110

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 5 月

ISBN / 957-693-477-X

定價→280 元 112

法律顧問→林廷隆律師

排版→帛格有限公司

印刷→日盛印製廠股份有限公司

國際中文版授權／財團法人呂旭立紀念文教基金會

Copyright notice exactly as in proprietors' edition. © Oct., 2000, Chinese translation copyright by Living Psychology Publishers published by arrangement with Science & Behavior Books, Inc. California. In association with Shih-li liuh Foundation All rights reserved.

F40	性愛革命——當代女性與性治療	180元	文潔光 王瑋琪	錄影帶系列		定價	拍攝	
				VT1	西藏生死書49天生死之旅(上)	1600元	日本	
					前往清淨的國度(下)		NHK	
世紀家變系列			定價	主講者				
F41	家在變動——重新認識我們的家	180元	吳就君	掌握生命契機·發揚生命光輝		定價	主講者	
F42	家在求救——照亮家庭的黑暗角落	180元	陳若璋	F101	彩繪生命的藍圖——談生涯規劃	180元	李鍾桂	
F43	家會傷人——自我重生的新契機	180元	鄭玉英	F102	突破生命的限制——談自我成長與自我發展	180元	鄭武俊	
F44	家有可為——幸福家庭與良好的溝通習慣	180元	柯永河	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	
耕一畝溫柔的心田系列			定價	主講者	F105	永結生命的情緣——談夫妻相處之道	180元	簡春安
F51	點一盞溫柔的心燈	180元	曾昭旭	F106	享受生命的親密——談成熟的性愛觀念	180元	洪小喬	
F52	給一份溫馨的祝福	180元	何進財	F107	孕育生命的幼苗——談有效的親子溝通	180元	曾漢榮	
F53	換一副溫柔的藥方	180元	鄭石岩	F108	珍惜生命的時光——談有效的時間管理	180元	黃英忠	
F54	給一世溫情的對待	180元	阮大年	F109	發揮生命的潛能——談工作意義與工作適應	180元	莊聰正	
F55	耕一畝溫柔的心田	180元	傅佩榮	F110	輕彈生命的旋律——談壓力管理	180元	藍三印	
F56	彈一曲和諧的樂音	180元	蔡培村	F111	共創生命的秩序——談民主社會的正權觀念	180元	林洋港	
OK父母系列			定價	主講者	把心找回來系列			
F61	做孩子的學習良伴	180元	小野	F112	找回喜悅的心——快樂簡樸的祕訣	180元	周神助	
F62	建立孩子正常的學習態度	180元	洪有義	F113	找回簡樸的心——單純簡樸的喜樂	180元	鄭石岩	
F63	讓孩子成為學習贏家	180元	廖清碧	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	F117	找回平凡的心——平凡中創意無限	180元	吳伯雄
FA1	催眠之旅	150元	陳勝英	F118	找回快樂的心——留個位子給快樂	180元	陳戶齊 陳玉峰	
FA2	西藏生死書有聲書	450元	丁乃三 吳麗芬 王汝	F119	找回美感的的心——琉璃美術裡的人生	180元	張毅	
FA3	時間管理贏家——有效的時間管理	250元	李鍾桂	F120	找回真實的心——從確定修持中找回真實心	180元	心定法師	
FA4	快樂生活贏家——快樂生活之道	250元	鄭武俊	F121	找回智慧的心——讀書的心與方向	180元	龔宏志	
FA5	心靈真情書之真情念歌	250元	莊胡新浩	F122	找回無欲的心——人到無求品自高	180元	曾昭旭	
FA6	人際關係贏家——新人際關係論	250元	邱彰	F123	找回成長的心——生命處處是綠洲	180元	陶曉清	
FA7	親子溝通贏家——如何做好親子溝通	250元	鍾思嘉	F124	找回頓悟的心——覺醒的智慧	180元	陳履安	
FA8	創造卓越的EQ——情緒管理與調適	250元	王浩威	F125	找回珍惜的心——運用時間的藝術	180元	柴松林	
FA9	閱讀的美好經驗——找回智慧的心	250元	龔宏志	F126	找回清貧的心——生活簡單·生命自然	180元	鄧志浩	
FA10	生命觀照	250元	蔡耀勳	F127	找回舞動的心——生命故事·心靈之舞	180元	林秀偉	
FA11	臨終關懷	250元	蔡耀勳					
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					

· 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

Y51	讓憤怒野一回	150元		X7	尊重生命·關懷大地	50元	
Y52	給壓力一個出口	150元		X8	發揮生命潛能·開拓活動空間	50元	
Y53	勇敢向前行	150元		X9	追求卓越·共創未來	50元	
Y54	好好過日子	150元		X10	終身學習·持續成長·無私奉獻	50元	
Y55	活出真性情	150元		X11	攜手同心建家園·超越精進跨世紀	50元	
Y56	寶貝你的學生	150元		X12	21世紀最炫的選擇	50元	
Y57	給工作中的你	150元					
Y58	給我親愛家人	150元					
Y59	給獨一無二的你	150元					
<b>五、有聲專輯（演講卡帶）</b>							
Y60	記得照顧自己	150元			<b>愛心與智慧系列</b>	<b>定價</b>	<b>主講者</b>
Y61	祝你早日康復	150元		F13	生命的微笑——禪與人生	180元	鄭石岩
Y62	親親我的寶貝	150元		F14	清心與隨緣——談如何活得更自在	180元	傅佩榮
Y63	親親我的媽咪	150元		F15	緣與命——談自我實現的人生	180元	黃光國
Y64	阿保的童話（修訂版）	140元		F16	擁抱生命——談快樂人生	180元	鄭武俊
Y65	小鎮人家（修訂版）	140元		F17	前世今生的對話	180元	林治平 楊惠蘭
Y66	十月的笛（修訂版）	140元		F18	生命輪迴的奧秘	180元	高天恩 陳達誠
Y67	森林小語（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
Y68	蘋果樹（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
Y69	森林的童話	160元					
Y70	會哭的男人很可愛	150元					
Y71	跟沮喪說 bye bye	150元					
Y72	葛葉的訊息	160元			<b>性·愛趨勢系列</b>	<b>定價</b>	<b>主講者</b>
Y73	夏日的魔法	160元		F21	21世紀性愛大趨勢——現代人必備的性知識	180元	馮榕等
Y74	幸福的滋味	200元		F22	談心談性話愛情——夫妻必備的性知識	180元	顧春安
Y75	別讓自己白白受苦	150元		F23	單身貴族雙人床——未婚男女必備的性知識	180元	李 昂
Y76	平安在我心	150元		F24	你儂我儂化作做愛——年輕人必備的性知識	180元	施寄青
Y77	時時心感恩	150元		F25	尊重愛性——談性教育的意義	180元	晏涵文
Y78	離開祕密花園	150元		F26	身體情語——談兩性必備的性知識	180元	江漢聲
Y79	走進萬花筒	150元		F27	性愛迷思——談如何跨越性障礙	180元	馮 榕
Y80	因為愛，我和你	180元		F28	永遠浪漫——談愛情的悲歡辯證	180元	曾昭旭
Y81	因為愛，我和自己	180元		F29	情色對話——談女人的性愛發展史	180元	何春蕙
				F30	兩性解析——談工業社會的婚姻	180元	邱 彰
				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——談談話相當的婚姻伴侶	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
				F35	女人的性革命——女性主義的性解放	180元	何春蕙
				F36	君子好逑——談一場成功的戀愛	180元	曾昭旭
				F37	自在女人心——單身女人也逍遙	180元	馬健君
				F38	傾聽性語——性觀念與自我成長	180元	馮 榕 鄭石岩
				F39	性愛風情——現代女性的性觀念	180元	李漢聲 林淑芬
	<b>智慧文選系列</b>	<b>定價</b>	<b>備註</b>				
X1	飛躍青春——邁向21世紀	50元		F34	男人的性革命——男人氣概的新定義	180元	余德慧
X2	疼惜的心——做個有溫度的人	50元		F35	女人的性革命——女性主義的性解放	180元	何春蕙
X3	生命視野——十個生涯故事	50元		F36	君子好逑——談一場成功的戀愛	180元	曾昭旭
X4	飛躍青春——學習·成長·奉獻	50元		F37	自在女人心——單身女人也逍遙	180元	馬健君
X5	前瞻·創意·務實	50元		F38	傾聽性語——性觀念與自我成長	180元	馮 榕 鄭石岩
X6	迎接人生挑戰·開創智慧新機	50元		F39	性愛風情——現代女性的性觀念	180元	李漢聲 林淑芬

R12	離家為了一個夢	130元		Y7	讓我擁抱你	140元	
R13	眼前都是有緣人	130元		Y9	阿保的童話	110元	
R14	溫馨故事	140元		Y10	小鎮人家	110元	
R16	開悟心燈	140元		Y11	十月的笛	110元	
R18	天天好心情	200元		Y12	森林小語	110元	
R20	時時樂清貧——我的清貧生活	160元		Y13	蘋果樹	110元	
R22	找回快樂的心	200元		Y14	疼惜自己	100元	
R23	心靈真情書	180元		Y15	玩得寫意	100元	
R24	印地安之歌	180元		Y16	彼此疼惜	100元	
R25	不小心，我撿到了天堂	250元		Y17	老神在哉	100元	
R26	我在雪地上跳舞	230元		Y18	和上蒼說話	100元	
R27	辦公室智慧200	220元		Y19	心中的精靈	100元	
				Y20	新鮮上班族	100元	
				Y21	聽心兒說話	100元	
人與自然系列		定價	備註	Y22	美觀心世界	100元	
NB1	傾聽自然	200元		Y23	與人接觸	110元	
NB2	看！岩石在說話	200元		Y24	心的面貌	110元	
NB3	共享自然的喜悅	180元		Y25	沈思靈想	100元	
NB4	與孩子分享自然	180元		Y26	尊重自己	100元	
NB5	探索大地之心	180元		Y27	寬恕樂陶陶	100元	
NB6	細說生命華采——愛默森的自然文選	160元		Y28	簡樸活得好	100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		Y29	善待此一身	100元	
NB8	國家公園之父：蠻荒的繆爾	240元		Y30	自在女人心	100元	
				Y31	接納心歡喜	100元	
				Y32	喜樂好心情	100元	
				Y33	熊族寓言	140元	
文化顯影系列		定價	備註	Y34	擁抱情愛	140元	
K1	台灣田野影像	240元		Y35	樹香——人與自然的對話	140元	
K2	台灣綠色傳奇	240元		Y36	舞蝶——人與自然的對話	140元	
K3	燃燒憂鬱	240元		Y37	享受寧靜——雅肯靜坐心理學	160元	
K4	久久酒一次	240元		Y38	嘆嘆熊的無為自在	160元	
K5	天堂樂園——電影·文學·人生	180元		Y39	小小豬的謙弱哲學	200元	
K11	棒球新樂園	180元		Y40	嘆嘆熊的減肥秘笈	160元	
K13	性與死	220元		Y41	嘆嘆熊的逍遙遊	160元	
K14	異議筆記——台灣文化情境	180元		Y42	老灰驢的幽默自處	160元	
				Y44	當下最美好	150元	
				Y46	祝你聖誕快樂	180元	
				Y47	祝你生日快樂	150元	
心靈美學系列		定價	備註	Y48	祝你天天快樂	150元	
Y5	心情國度	140元		Y49	給我親愛朋友	150元	
Y6	人生是福	140元		Y50	當所愛遠逝	150元	

T16	你在做什麼？——成功改變自我、婚姻、親情的真實故事	380元		D46	杜鵑寫的春天——精神疾病照顧手冊	300元		
T17	黑色夢境——惡夢處理手冊	280元		D47	超越心靈地圖	320元		
T18	榮格自傳——回憶、夢、省思	400元		D48	真誠共識——等待重生的新契機	300元		
T19	家庭祕密——重返家園的新契機	280元		D49	邪惡心理學——真實面對謊言的本質	380元		
T20	跨越前世今生——陳勝英醫師的催眠治療報告	200元		D50	生命教育——與孩子一同迎向人生挑戰	300元		
T21	脆弱的關係——從玫瑰戰爭到親密永久的婚姻	320元		D51	四女兒心	240元		
T22	家庭舞蹈I——從家庭治療到新婚姻關係	220元		D52	鮮活信仰——卡特的心靈回憶錄	180元		
T23	家庭舞蹈II——從家庭治療探討家人互動	220元		D53	空，大自在的微笑——空性禪修次第	250元		
T24	穿越迷幻森林	320元		D54	誰來下手？	200元		
T25	回家：結構派大師說家庭治療的故事	400元		D55	假如我死時，你不在我身旁	220元		
T26	絕非虛構——心理醫師的驚悚之愛	350元		D56	不知道我不知道	280元		
T27	當尼采哭泣	420元		D57	如何好好生氣——憤怒模式工作手冊	180元		
T28	診療椅上的謊言	420元		D58	因為，你聽見了我	250元		
T29	愛上警察——警察家庭心理手冊	360元		D59	當醫生遇見 Siki	220元		
T30	聖徒與瘋子——打破心理治療與靈性的藩籬	330元		D60	戰士旅行者——巫士唐望的最終指引	240元		
T31	前世今生之回到當下	280元		D61	靈性復興——科學與宗教的整合道路	300元		
	心靈拓展系列		定價	備註	D62	我的生命成長樹——內外和好的練習本	320元	
D14	自得其樂的性格	200元		D63	Erikson老年研究報告	270元		
D16	清貧思想	220元		D64	難以置信——科學家探尋神祕信息場	240元		
D17	神奇百藥解——改變性格的好幫手	200元		D65	重畫生命線——創傷治療工作手冊	400元		
D18	身心桃花源——當洋醫生遇見赤腳仙	320元		D66	家屋，自我的一面鏡子	380元		
D19	觀山觀雲觀生死	420元		D67	你可以更靠近我	280元		
D22	生命中的戒指與蠟燭——創造豐富的生活儀式	480元		D68	快樂的十日課（上）	250元		
D23	物情物語	380元		D69	快樂的十日課（下）	250元		
D24	找尋空間的女人	180元		D70	不無聊瑣事錄——十件要做的，讓你快樂一輩子	200元		
D25	變——問題的形成與解決	180元		D71	一分鐘心理醫生	250元		
D26	鐵約翰——一本關於男性啓蒙的書	220元		D72	你可以自由——讓受虐婦女不再暗夜哭泣	200元		
D27	西藏生死書	300元		D73	這就是男人！	340元		
D28	巫士唐望的世界	350元		D74	非羈年代——人類命運的羅輯	450元		
D31	完全算命手冊	180元		D75	打破沉默——幫助孩子走出悲傷	270元		
D34	性·演化·達爾文——人是道德的動物？	220元						
D36	生命史學	200元			心靈清流系列		定價	備註
D37	生死無盡	200元	R1		生命果真如此輕易	140元		
D38	西藏生死書（精裝本）	200元	R2		這會是一季美好的冬	140元		
D39	巫士唐望的教誨	450元	R3		老實做人	140元		
D40	心靈神醫	300元	R4		回首生機	140元		
D41	打開情緒Window	220元	R5		但願無悔	140元		
D42	憂鬱的醫生，想飛	220元	R6		感應之情	140元		
D43	照見清淨心	200元	R8		一畦青草地	140元		
D44	恩寵與勇氣	180元	R9		貼近每一顆溫柔的心	140元		
D45	解離的真實——與巫士唐望的對話	380元	R11		二更山寺木魚聲	140元		

三、輔導叢書						
助人技巧系列		定價	備註			
				N27	臨床督導工作的理論與實務	400元 修訂版
				N28	10倍速療法——短期心理治療實戰錄	200元
C3	助人歷程與技巧	150元	增訂版	N29	人際溝通分析練習法	420元
C4	問題解決諮商模式	250元		N30	兒少性侵害全方位防治與輔導手冊	260元
C5	校園反性騷擾行動手冊	150元	增訂版	N31	心理治療入門	360元
				N32	TA的諮商歷程與技術	280元
				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
團體輔導系列		定價	備註			
M2	團體領導者訓練實務	200元	修訂本	N35	家庭暴力者輔導手冊	280元
M3	如何進行團體諮商	200元		N36	遊戲治療101	450元
M6	小團體領導指南	100元		N37	薩提爾治療實錄——逐步示範與解析	280元
M7	團體輔導工作概論	250元		N38	解決問題的諮商架構	270元
M8	大團體動力——理念、結構與現象之探討	180元		學術研究系列		定價 備註
				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
				L3	我國「諮商、輔導人員專業形象」之調查研究	600元 非賣品
				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
教育輔導系列		定價	備註			
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				
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	平裝			
N10	班級輔導活動設計指引	130元	精裝	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	熟網上的家庭——一個家庭治療的心理歷程	350元
N13	教室裡的春天——教室管理的科學與藝術	280元		T2	人在家庭	130元
N14	短期心理諮商	250元	增訂版	T3	心靈魔法師——心理治療案例解析	150元
N15	習慣心理學——寫在隱談椅上四十年之後	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治療的理論與實務	350元		T7	由演戲到領悟——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——解夢·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		T15	桃色夢境——性夢解析與自我成長	280元



# 張老師文化智慧的書目

P 271

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	P1	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		P2	幫助孩子跨越心理障礙	90元	
J14	為者常成，行者常至——李達柱的生涯故事	200元		P3	孩子的心，父母的愛	110元	
				P4	孩子的快樂天堂	100元	
				P6	阿牛與我	150元	
				P7	這一家	180元	
二、生活叢書				P8	做溫暖的父母	180元	
生活技巧系列		定價	備註	P9	天下無不是的孩子	180元	
A1	讀書與考試	160元		P10	校長爸爸天才困	180元	
A9	怡然自得——30種心理調適妙方	130元		P11	烤媽出招	180元	
A10	快意人生——50種心理治療須知	120元		P12	尋找田園小學——創造兒童教育的魅力	220元	
A11	貼心父母——30帖親子相處妙方	120元		P13	不是兒戲——鄧志浩談兒童戲劇	220元	
A12	生活裡的貼心話	150元		P14	我的女兒予力——一個唐氏症家庭	250元	
A13	讀書會專業手冊	250元		P15	的生活紀實	200元	
A14	創意領先——如何激發個人與組織創造力	250元		P16	跟狐狸說對不起	200元	
A15	大腦體操——完全大腦開發手冊	120元		P17	7-ELEVEN奶爸	200元	
				P18	父母成長地圖	200元	
				P19	做孩子的親密知己	200元	
				P20	親子逍遙遊台灣	200元	
愛·性·婚姻系列		定價	備註	P21	孩子的心，我懂。	220元	
E1	生命與心理結合——家庭生活與性教育	150元		P22	你可以做個創意媽媽	230元	
E2	永遠的浪漫愛	220元					
E6	從心理學看女人	110元		青少年系列		定價	備註
E9	告訴他性是什麼——0~15歲的性教育	150元		Z1	心中的自畫像——如何認識自我	120元	
E10	外遇的分析與處置	140元		Z2	悸動的青春——如何與人交往	120元	
E12	金寶性學報告·親密關係篇	220元	平裝	Z3	葫蘆裡的愛——如何與家人溝通	120元	
E13	金寶性學報告·身心發展篇	220元	平裝	Z4	輕鬆過關——有效的學習方法	120元	
E14	金寶性學報告·衛生保健篇	220元	平裝	Z5	孩子，你在想什麼——親子溝通的藝術	120元	
E18	春蝶再生——女性二度成年的新發現	180元		Z6	青少年的激盪	150元	
E29	偷香——解讀台灣情色文化	180元		Z7	貼身話——少女成長手札	120元	
E30	台灣情色報告	180元		Z8	貼心話——我說，我聽，我表達	120元	
E31	中年男人的魅力——流暢·健康·性歡愉	200元		Z9	少年不憂鬱——新新類人的成長之路	180元	
E34	愛情功夫	200元		Z10	想追好男孩——青春族的情感世界	180元	
E35	性心情——治療與解放的新性學報告	220元		Z11	上青少年家——青少年完全酷々一、手冊	150元	
E36	外遇——情感出軌的真實告白	280元					
E37	我痛！——走出婚姻暴力的陰影	220元					
E38	愛情學分 ALL Pass	180元					
E39	我的愛人是男人——男同志的成長故事	180元		贏家系列		定價	備註
				SM2	規劃孩子的學習生涯——3~12歲的全方位親職教育	2000元	

〈教育輔導〉系列 37

# 薩提爾治療實錄

## 逐步示範與解析

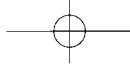
**Satir Step by Step**

A Guide to Creating Change in Families

作者：維琴尼亞·薩提爾（Virginia Satir）

蜜雪兒·鮑德溫（Michele Baldwin）

譯者：李瑞玲 黃 繡 龔嫻紅



〈自序一〉

# 家族治療與我

維琴尼亞·薩提爾  
(Virginia Satir)

我的第一本著作《聯合家族治療》(Conjoint Family Therapy)於一九六四年出版，此書出版係應國家心理衛生中心的極力邀約。該中心贊助我在加州Palo Alto心智研究中心教授家族治療訓練最後五年的研究計畫。另外接受邀請的更重要考量是，我當時所做的非常重要，必須記錄下來。

當時我的治療方式頗新穎，甚至稱得上有些特異。《聯合家族治療》出版時，我透過私人開業觀察家庭的經驗已達十三年之久。這期間的第一個七年是在芝加哥，在芝加哥州立醫院院長Kalman Gyarfas的要求下，我負責伊利諾州立精神病院住院醫師訓練計畫，花了三年時間拓展家族治療訓練。Gyarfas醫師致力引進家庭情境理論，促使住院醫師更深入了解精神病患與家庭的關係。Harold Visotsky醫師則和我共同搭檔規劃此項工作。

我投入治療和觀察家庭工作伊始，很多事情發生在三十年代初期；儘管大部分我所為在當年似乎很難令人理解，到今天看來卻已是十分普遍。當初筚路藍縷拓荒的人尚包括 Nathan Ackerman、Murray Bowen及Don Jackson。

早些時期，治療精神病患的唯一途徑是醫藥模式，考慮重點只有病患個人，我覺得成效不彰。我直覺到有其他方法可行，開始設法尋覓良方。結果出乎意料，並大量運用在一般家庭的成長上。

我深入涉獵心理學、精神醫學、社會工作學的概念與策略取向。但這些學科的模式，對於我探索人究竟如何改變，挹注有限。既然先存的理論或模式無法提供其他作法，我只有憑直覺引導自己另闢蹊徑。一種碰對了的感覺，引導我繼續實驗下去，只有在事實發生後，我才有辦法表達我的所作所為。這些經驗現象一直持續不墜，印證我的直覺永遠領先我的理念。

然而，好奇心及釐清經驗的需求驅使我發展並勾勒出我的理念。我從生物學、語言學、神學、物理學、學習理論、戲劇、歷史、藝術中獲益頗豐。

我闖入一個未知的領域，與潮流相逆，許多人被我吸引而成為我的學生。這些人惠我良多：觀察者能看到被觀察者

未知覺的事情。

Michele Baldwin是其中之一。我們很久以前就不僅是師生關係，也是同儕夥伴。她提議我們合寫一本書時，我又高興又感動。她期望闡揚所謂的薩提爾「魔法」，透過她對我的工作所提的問題與見解，令我獲益匪淺，協助我了解甚至超越我所做的。

我很感激她，她承擔了大部分繁重的工作，我只是提供原始資料。

對我而言，書是作者個人內心的表白。這本書通過另一雙眼睛映現我的內心。我敬佩擁有這雙慧眼的人，她的背景、知識及學術靈敏度，造就了這本書。

〈自序二〉

## 難忘的創作經驗

蜜雪兒·鮑德溫  
(Michele Baldwin)

與維琴尼亞·薩提爾合作一本書的構想，歷經數年時間而逐漸成熟，緣於我參與許多她的工作坊，和她一起工作，還有與她私人間的接觸。完成本書的第一部分，可謂相當容易；但寫第二部分時，經驗卻迥然有別。我常懷疑為何如此耽溺於這種自我懲罰的折磨中。我發現，其他責任、某些更重要的事和興趣往往阻斷我創作流暢及組織思維的能力。似乎只有自我完全融入素材中和度過創作低潮後數小時，我才能重拾寫作。

起初，我幻想著規律而勤奮的寫作，必能持續不輟將寫作融入我的生活步調中。但事與願違。我忍受好幾個月的罪惡感和超低自信，這些感覺徒增寫作的負擔。很快的，我甚至弄不清低創作力和負面情緒何者為因，何者為果。

幸運地，Bob & Becky Spitzer邀請我到他們位於Palo

Alto的家散散心度假一個星期。那段時光，我唯一的重心就是寫作，不再有藉口。頭兩天仍舉步維艱，我只完成了一點點。後來，創作上的混沌豁然開朗，我回家之後，仍保持這樣的狀況。有二個月時間，我告別家人和朋友，分分秒秒皆傾注於工作上。奇異的事發生了：創作的過程變得樂趣無窮，文思泉湧，寫作一氣呵成。有時候，我甚至處於著迷的狀態，完全沉浸在工作中，經驗很大的愉悅與滿足。我終於了解，為何有些作家有迫切的創作欲望，我又開始喜歡我自己！

我學到幾件事情。第一，化解內心的衝突，接觸到潛意識裡創作聯想的泉源。如果我在紙上塗鴨一些想法，不論結果如何，暫且擱在那兒幾個小時或幾天。稍後，我可以再回到原句，修改任何需要變更的，調整增進文句的結構或風格。同時，我也學到將某事列為最重要的工作時，我有能力支配最困難的工作。然而若有其他俗事牽絆，我就不擅長有創意的東西。

最後，我領悟到困難又寂寞的工作也可以是有興趣的。那樣的感覺展現眼前，我覺得——有那麼一會兒——全然攫住了我的命運。

完成這本書是源自我與許多奇妙的人之間的互動，如我



的父母、師長、高中同學、朋友和同事。我不可能一一致謝，但我非常高興生活在一個能與他人產生共鳴的世界中。

前二年，我由Avanta Network許多成員那兒得到很大的支持和鼓勵。我要謝謝以下諸君的建議：John Banmen，Fred，Bunny Duhl，Maria Gomori，Jane Levenberg-Gerber，Bill & Karen Kelly，Johana Schwab，Jackie Schwartz，Brenda Wade-Hazelwood。特別謝謝Ken Block，除了支持外，他也同意就原稿提出一些看法，使本書內容得以精益求精。

我要感謝Spencer Johnson，因為他先前不斷的鼓勵，將我從「我必須寫」的態度好不容易轉化為「我要去寫」。謝謝Beverly Rowley所給的務實建議，那些建議可能她自己都已經遺忘。謝謝Grant Miller和Linda Peterson助我度過惡劣的心情；Mary Clare Sweeney不斷將手稿打印成字，不放過任何細節。

最後，沒有這些人，本書永不可能誕生：

Bob & Becky Spitzer，他們帶領我，在我處境最壞時，敞開他們的家門接納我。對於我能完成寫作，深信不疑。

Rain Blockley在編輯上的評論，促使我的思想更為明確，其正向的反應與鼓勵，讓我覺得自己很不錯。