

家庭治療大師李維榕首度登「台」力作！！

# 家庭舞蹈 I

從家庭治療剖析婚姻關係

李維榕 著

婚姻是種兩人三腳的旅程  
人們往往走得一仆一跌  
在翻過好幾次大筋斗後  
仍然願意將彼此的腳縛緊  
兩人才有希望走到終點

鮮活生動的  
家庭治療  
實錄

廖輝英、黃梅羹、陳諤、楊連謙 聯合推薦

一段成功的婚姻，中途一定經過無數次的考驗。雙方至少想過離婚一百次，捏死對方五十次……

有問題的明明是女兒，該處理的卻是她父母的婚姻危機，家庭真是奇怪的動物！

李博士的每一篇家庭治療個案，幾乎都是用非常少的筆墨，就鮮明生動地勾勒出個案家庭的結構、問題、糾結與深切的痛苦。她的治療，往往是一針見血、一語中的，驚醒多少沈淪的夢中人！我們讀著別人的故事，恍若看到自己的影子，不知不覺被其吸引，又不知不覺被驚出一身冷汗！

——廖輝英（小說作家）

書中的每一篇都是精而簡的家庭小故事，真實而鮮活。但願它們像一面鏡子，照進你我的心，藉此檢視自己的家庭，發現問題，及時求助。

——黃梅羹（中華民國心理衛生協會秘書長）

不管你懂不懂治療理論，閱讀本書時，請抱持著一顆好奇的心；此外，還要帶著一點好玩遊戲的心情，隨著文字起舞。因為這本書的文字很簡單，就像舞蹈一樣。當你隨之起舞的時候，請用心感覺，這個舞蹈帶給你的感動是什麼，將會有意想不到的收穫。

——陳謨（中華民國醫務社會工作協會常務理事）

這不是本「描述治療」的書，因為書中對治療理論著墨不多；卻是本「有治療功效」的書，因為它傳遞了治療最重要的理念——關於人與生命。一般大眾可從故事中得到生命啓示，治療師則可看到治療契機，幫助自己在治療上更有彈性。

——楊連謙（台北市立療養院精神部主治醫師）

ISBN 957-693-408-7



9 789576 934087

00220



# 家庭舞蹈 I

從家庭治療剖析婚姻關係

李維榕 著



心理(推)理(系)列 22

## 家庭舞蹈 I

從家庭治療剖析婚姻關係

作者 → 李維榕

責任編輯 → 許雅芬

封面設計 → 趙金仁

插圖 → 章毓倩

發行人 → 李維柱

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：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 → 1999 年 7 月

初版 6 刷 → 2002 年 12 月

ISBN/957-693-408-7

定價 → 220 元 88

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

# 給「家」看病（序）

廖輝英

在齊家治國的大旗下，中國人幾千年來一直認定：家不和則事不興，於是，家的掌舵者——通常是男性家長——乾綱要立得正、立得穩，務使全家上下一心一德，妻妾子孫謹守家規，無二心也無二話，唯家長馬首是瞻。這就是中國社會不管士農工商所追求的第一個大目標。

但是，在這個制約下，除了男性家長之外，聽不到任何人的聲音，所有不同意見的，全在威權之下，硬生生給消音了。

這可能是長久以來公認的所謂模範家庭的樣版。而看似平靜安寧的外觀之下，每一個家庭裡暗潮洶湧的糾紛或問題，卻是被有意的給漠視掉了。

一直到晚近有精神科和心理醫生的設置，也一直到家庭結構、經濟環境、兩性

平權、價值多元等紛紛有了極大的變化，人們才開始注意到：家，除了滋養我們之外，是不是也枷鎖了我們、控制了我們、甚至殘害了我們？

家裡那個常常鬧事、要上學便暈倒，或者極端叛逆的孩子，是不是就是整個家庭的禍源？還是他竟是負起守候被父親冷落的母親的孝子？所有有問題的家庭，問題癥結是否都像我們表面上看到的那樣？父親沒有盡到的責任，就自然會有那負責任的長子用另一種形式將之扛起，然後那不幸的長子便會衍生出一種難以想像的病徵，父母子女之間糾葛出錯綜複雜的情緒，看都看不清，理都理不明，只把當事人綁縛在一起，互相折騰、互相傷害，每天不斷地重複、不斷在傷口上灑鹽……

事實上，不管我們承認與否，我們日日生活其中的家庭，或多或少都有一些讓我們頭痛的因素，那些因素有大有小、有輕微有嚴重；但我們或昧於情感，或困於其中，往往連清楚的看到都很困難，更遑論去改變它或修正它了，也因此日日受它的折磨而束手無策。

每個家庭背後都有一個故事，這故事往往都有不同的風貌——有句話說得好：幸福只有一種，不幸卻是各式各樣、五花八門。每一個風風光光在外走動的人，其實往往都有他破碎的一面。那故事的破碎，很難自己正視，更難對局外人提起，特別是將家醜看做不可外揚、特別重面子的中國人。而且，這幾代的中國人又多的

移民家庭，爲了各種不同的因素移民他鄉，既無法順利融入當地主流社會，又沒辦法好好處理家中的大小情結，心中的困苦更多。

中國人習慣將婚姻和家庭的痛苦與艱難，看作是前世相欠債、現世來償還的果報。這種說法，看似認命，其實充滿了怨憎。人在婚姻家庭之中，一旦不能心甘情願，必定不會快樂，更難把快樂帶給家人。

所以，我常覺得應該用比較積極正面的態度看待婚姻，用稍稍理性科學的方法處理家庭的問題，庶幾可以解決家庭中許多棘手的問題。

我閱讀李維榕博士多有關於家庭治療的著作，深深被其吸引。從事家庭治療的專家，並不是空有一身超級的專業本領就可以勝任的；凡是與「人」有關的工作，沒有練達的人情、敏銳的觀察力、犀利的切入本事、豐富的同理心和同理心，以及人性的智慧，根本無法成事。李博士的每一篇家庭治療個案，幾乎都是用非常少的筆墨，就鮮明生動地勾勒出個案家庭的組織、問題、糾結與深切的痛苦，而且她的治療，往往一針見血、一語中的，驚醒多少沈淪的夢中人！我們讀著別人的故事，恍若在其中看到自己的影子，不知不覺被其吸引，又不知不覺被其驚出一身冷汗！

這雖是一本家庭治療的個案實錄，然而卻充滿人生的智慧和小說的曲折，一旦翻閱就停不下手。在此之外，如果我們居然能夠從他人的事件中，看出和自己相似

或雷同的地方，做爲一種反省或自我觀照，那豈不是一種更重要的收穫？

一九九九、六、九於台北

（廖輝英，小說家）



## 帶著好奇的心，隨故事起舞（序二）

陳韻

去年，我有機會到了香港。當時人生地不熟的，卻一心一意往書店跑，為的，就是尋找一本朋友極力推薦的好書，書名叫作《家庭舞蹈》。好不容易找著了，便迫不及待地翻閱了起來。一讀之下，真的非常喜歡，於是我又一口氣買了好幾本，打算回台灣送給朋友。欣聞此書的台灣版即將問世，實在是台灣讀者的福音。

這本書之所以這麼吸引我，原因有二：一來是因為我本身也是從事家庭治療的相關專業，書中所寫正好與我所學相關。一般人看故事，多半是看故事的情節或結果，情節雖然豐富，但也容易過於瑣碎。從治療者的角度看故事，不是看內容，而是看隱藏在內容底下的意義結構，我們會看到故事的動力，也就是故事何以如此發展鋪陳的原因。而治療師在做家庭治療時，聆聽個案的家庭故事，也正是如此。我

覺得這本書，就是比一般的故事型書籍多了這種後設（meta）層面。作者在故事中，鋪陳了後設式的故事網絡，然後再將故事的意義點出來。也因此，治療者閱讀這本書會覺得更有感觸。

而更難得的是，雖然《家庭舞蹈》這兩本書談的是家庭治療，卻跟一般讀到的「大頭書」（教科書）有很大的不同。儘管李維榕教授長年旅居香港與美加等地，她的中文造詣卻極為深厚，文字深入淺出，非常淺白流暢，往往令人一個接一個故事地看下去，不忍釋手，以致於我在一天內就把一本書看完了。這就是我要向讀者推薦的另一個原因。

家庭治療是一種心理治療的新方法，它跳脫了以往治療時只針對個人問題加以解決的方式，而以「系統」的觀點來看待問題。也就是說，家庭治療學派在面對前來求助的病人時，並不認為個案是個「有問題的人」，而是個「背負問題的人」。病人所背負的問題，不單是出於自己本身，有些部份是出自社會、家庭（也就是「系統」）的影響。人在系統中，必然受到這個系統的制約，與整個系統互動。當系統出了問題，個人也會出現問題，他就變成背負問題的人。所以家庭治療，就是以系統的理論來協助個人。治療時如果能得到系統的支持，從系統方面著手，就能更全面地處理這個人身上所背負的問題。正因為家庭治療是這樣的看法，所以當一

個人有問題前來求助，治療者往往會動員他的家人，一起為改善這個問題而努力。

雖然都抱持著「系統觀」，家庭治療還是分成了許多學派，例如，敘事派、策略派、結構派，以及目前在台灣頗為盛行的關係派（薩提爾學派，強調治療者應「擁抱個案」，產生「滋潤性」的關係，使個案重新獲得力量）等等。李維榕教授是結構派大師米紐慶的嫡傳弟子。所謂的「結構」，是指：「持續、重複的互動，形成一個模式」，也就是說，結構派在看人與人（或系統）之間的互動時，不是所有的互動都看，而是特別著重那些「重複出現」的互動。米紐慶的做法通常是：不探討這個人的出身家庭，而是探討這個人的這個樣子跟那個人的那個樣子，一來一往形成了一個「結構」，這個結構，跟他們現在的問題，相關性是什麼，他要改變的是那個結構。例如，有個媽媽要管孩子，管得很挫折，就請爸爸來管，爸爸一來就破口大罵，而媽媽本來是幫著爸爸的，可是到後來爸爸越罵越兇，媽媽就反過來指責爸爸管教方法不對。如果他們處理問題的樣子老是如此的話，米紐慶的結論可能是：「由此可知，這對父母其實關係有些衝突，但他們不願意去面對，卻把這些衝突展現在處理孩子的意見上。（可能媽媽對爸爸的脾氣或價值觀原本就不滿，又不敢針鋒相對）孩子因而被捲入。媽媽表面上是不滿意孩子，其實是利用兒子罵爸爸；表面上是反對孩子這些行為，事實上卻是認可了這些行為。」所以米紐慶覺得

要處理的是這種結構上的改變。所謂的結構改變就是讓父母意識到自己的問題，然後將問題回歸到父母自己身上，他們自己去處理，也就是所謂的「各歸原位」。在這兩本書中，這樣的治療方式處處可見。

然而，在我跟李維榕教授數次談話的感覺中，她似乎不是那麼願意將自己侷限在結構派的框架中。李教授早年曾師法米蘭學派，之後又師承結構派大師米紐慶。現在的她，雖然仍在結構派的治療體系中服務，但似乎又有敘事派（Narrative）與女性主義的影子。其實，大師級人物的治療風格，到後來，幾乎已是渾然天成，無法歸類的了。

在書中，李教授多半以結構派的眼光來陳述家庭故事，這正是它的精彩之處。但是最近我上媒體節目時發現，人們聽了這樣的家庭治療故事後有兩種反應：一種是心有戚戚焉，從故事看自己的問題，覺得茅塞頓開；另一種則是覺得不可思議：家庭真有那麼複雜嗎？這可能是他還不知道自己的問題在哪裡，或者是因為他本身沒有那麼強烈需要的緣故。

因此，我想給本書的讀者一些建議：不管你懂不懂治療理論，閱讀本書時，請抱持著一顆好奇的心；此外，還要帶著一點好玩遊戲的心情，隨著文字起舞。因為這本書的文字很簡單，就像舞蹈一樣。當你隨之起舞的時候，請用心感覺，這個舞

蹈帶給你的感動是什麼，將會有意想不到的收穫。

（陳謨，馬偕醫院精神科高級社工師。本文由陳謨口述，許雅芬整理）

## 真實而鮮活的家庭故事(序三)

黃梅羹

在台灣，凡從事精神醫療社會工作的人，莫不對「家族治療」有種特殊的感受，總覺得不了解這玩意，就不能算是一個精神科社會工作者。甚至在健保的收費表上，「家族治療」都是其中名正言順的一項。也因此，眾多專業人士對「家族治療」一直有著一分莫名的迷思！

而筆者在精神科社會工作領域中沈溺多年，當然免不了期許自己要有這方面的事。但是由於各種主客觀因素，不可能像其他人可以越洋取經，因此凡是有任何相關「家族治療」的研究會、工作坊，我總是排除萬難、所費不貲地參加，尤其是國外請來的大師，或學成回來的專才老師。多年來我從不同的老師身上確實受益良多，而在這麼多的類似工作坊或研習會中，給我印象最深刻的當屬李維榕教授。

對於李教授的大名，我是何時知曉已不可考，但確定早已久聞其名，更知道她是家庭治療大師之一——米紐慶（Minuchin）的唯一入門的華人嫡傳弟子！有幸進一步認識她，則應感謝我昔日的同事——謝清芬女士（現居香港的臨床心理師）牽的線。

一九九五年春，有機會路過香港與清芬聯絡上，她知道我在工作中不斷在處理個案的家庭問題，就極力推薦我認識李教授，當時她正受教於李教授門下。她在當晚送來李教授的中文大作——《家庭舞蹈——從家庭系統看個人行為》（香港版）一書，回台翻閱之後，愛不釋手，篇篇使我會心一笑，常常不自覺地發現，這不就是我曾經見過的某個案的家庭模樣嗎？李教授藉由小說對話方式，呈現出各種不同家庭風貌，又那麼簡潔有力且不著痕跡的帶出家庭系統理論。相信只要是從事家庭工作者，對家庭系統概念有所認識的人，讀了之後，一定會有一種心有戚戚焉之感！

回顧過去，台灣也曾多次邀請國外家族治療師或專家們來台傳授家族治療理論，或技巧，或實地演練，總礙於語言表達上的隔閡，而無法令聽者、講者雙方均感盡興滿意。若經由翻譯，又得花上雙倍的時間，而如今有那麼一位可以用共通語言，且又有那麼豐碩經驗的師字輩專家，何不就請她來台傳授「家族治療」該有多好。由此單純意念，加上清芬也告知李教授正期待有機會能來台講，也就此促成了

李教授於一九九七年年底首次來台授課的良機。

一直有刻板印象，總認為接近大師級的人一定是讓人敬而遠之者，因此去接機時有些忐忑不安，直到見了面，我心中的不安一掃而空。一路上我們竟然有如故友重逢般的相談投契，完全沒有陌生感。日後幾天的研習會，留給所有參加者深刻印象，並約定了下一次的約會，也就是今年（一九九九）春天的工作坊。

翻閱李教授的生涯史，包括教育、工作、經歷、臨床經驗、督導、教學、著作出版、研究等等，以及曾經在世界各地開過的相關工作坊及訓練，足足可以列印出八大張（A 4 大小）之多，可見其豐碩的資歷。她早年畢業於政大新聞系，並在蘇格蘭的電視學院拿到 TV Production and Film Direction 的執照，之後又取得社會工作碩士及臨床心理學博士的學位。近年來，她每年幾乎有一大半時間放在亞洲地區華人相關工作者的訓練和督導上。據說做她的學生可不簡單，因為她是個嚴師呢！筆者有幸在她短短的幾天工作坊中見識到她精闢的演講，並以其精練的手段技巧展現出無比的功力，相信直接受她督導過的同道更是有突破性的斬獲！從事專業的助人工作，有好的督導，是我最渴望的一件事！

今春李教授二度來台，整個工作坊分成三個梯次，早在報名截止之前即宣告爆滿，筆者不幸也是屬於失望者之一，但仍然有機會與少數同道偕同李教授渡過最輕



鬆最浪漫的夜晚：不談嚴肅的議題，盡情享受佳餚後，逛夜市，為買一件棉質手製衣，幾乎找遍店中所有她欣賞的款式，像一個天真無邪的清純小女孩，興奮極了；她在換穿過程中，還擺出各種不同的Pose，很難想像她是一個國際級的專業工作者。再次見到李教授的另一面風采，也留下美好的回憶！更彌補了筆者未能參與工作坊的遺憾！

「好書要與好朋友分享」，故在李教授首次來台時，就請她順便把大作一起帶來介紹給大家，渴望有更多的人能閱讀李教授的「家庭舞蹈」系列的中文書，最好的方法就是能在台灣直接出版，也因而介紹張老師文化出版部總編輯桂花跟李教授見面，據說當時相談甚歡，藉此結下一段出版緣。感謝張老師文化公司，讓台灣的讀者們不用再千里迢迢到香港購買李教授的大作。

在家庭問題層出不窮的現今社會，每一個成年人都有責任去了解並關心自己的家庭，為自己的家庭開創出健康的調適模式，盡家庭的責任。這兩本書是李教授系列作品中最精華的部份，每一篇都是一個精而簡的家庭小故事，真實又鮮活，但願像一面鏡子照亮我的心，藉此檢視自己的家庭，有問題即及時懂得求助，別遲疑。

（黃梅羹女士，台大醫院精神部高級社工員，中華民國心理衛生協會祕書長）