

精神分析经典译丛

Therapeutic Consultations in Child Psychiatry

涂鸦与梦境

儿童精神病学中的治疗性咨询

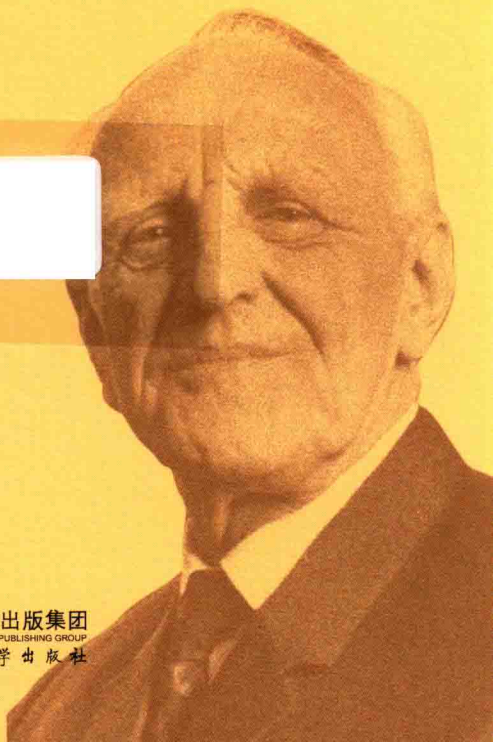
[英] 唐纳德·W. 温尼科特 (D.W. Winnicott) 著

李真 苏瑞锐 译

贾晓明 审校



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社



Therapeutic Consultations
in Child Psychiatry

涂鸦与梦境

儿童精神病学中的治疗性咨询

[英]唐纳德·W. 温尼科特 (D.W. Winnicott) 著

李 真 苏瑞锐 译

贾晓明 审校



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

THERAPEUTIC CONSULTATIONS IN CHILD PSYCHIATRY by D. W. WINNICOTT

Copyright: © 1984 BY THE WINNICOTT TRUST

This edition arranged with THE MARSH AGENCY LTD through BIG APPLE AGENCY, INC. LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2016 Beijing Normal University Press(Group) Co., LTD

All rights reserved.

北京市版权局著作权合同登记图字 01-2013-1612

图书在版编目(CIP)数据

涂鸦与梦境——儿童精神病学中的治疗性咨询 / (英) 唐纳德·W. 温尼科特著; 李真, 苏瑞锐译, 贾晓明审校. —北京: 北京师范大学出版社, 2016. 5

ISBN 978-7-303-18096-7

I. ①涂… II. ①温… ②李… ③苏… ④贾… III. ①儿童心理学—心理治疗—研究 IV. ①B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 241611 号

营销中心电话 010-58805072 58807651

北师大出版社学术著作与大众读物分社 <http://xueda.bnup.com>

TUYA YU MENGJING

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com

北京市海淀区新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 北京中印联印务有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 730mm×980mm 1/16

印张: 21.5

字数: 302 千字

版次: 2016 年 5 月第 1 版

印次: 2016 年 5 月第 1 次印刷

定价: 48.00 元

策划编辑: 何琳

责任编辑: 何琳

美术编辑: 王齐云

装帧设计: 王齐云

责任校对: 陈民

责任印制: 马洁

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58805079

致 谢

我衷心感谢乔伊斯·科尔斯夫人(Mrs. Joyce Coles)对本书的全力付出,尤其附录的整理主要由她完成。

马苏德·R. 汗(M. Masud R. Khan)慷慨地拨冗指教和批评,让我受益匪浅,没有他的帮助,这本书无法顺利完成。

感谢出版社在复制这些图片上的大力配合,由于这些图片原本不用于公开展示,所以在呈现上往往相当棘手。主要的困难在于我想要如实地呈现孩子们的绘画,而不做任何后期修饰,以便取得更好的效果。

本书的某些案例我曾以演讲或书面方式出版过,我诚挚地感谢各出版社同意在本书中引用。先前出版过的具体如下。

个案 3: *Voices* (Spring 1968), a journal published by the American Academy of Psychotherapists; also *Handbook of the Psychotherapy of Children*, edited by Dr. G. Bierman (Ernst Reinhardt, Munich, 1969).

个案 4: *International Journal of Psycho-Analysis*, Volume 46.

个案 6: *St Mary's Hospital Gazeite*, Jan./Feb. 1962, under the title "A Child Psychiatry Interview".

个案 7: *A Crianca Portuguesa*, Ano. XXI, 1962—1963 (Lisbon).

个案 9: *Foundations of Child Psychiatry*, edited by Emanuel

Miller(Pergamon Press, 1968).

个案 12: *The World Biennial of Psychiatry and Psychotherapy* (Basic Books, 1970).

个案 13: *Crime, Law and Corrections*, edited by Ralph Slovenko (Charles C. Thomas, 1966), under the title “A Psychoanalytic View of the Antisocial Tendency”.

个案 14: *British Journal of Medical Psychology* (1963), Volume 36, Number 1, under the title “Regression as Therapy”.

个案 15: *Modern Perspectives in Child Psychiatry*, edited by John G. Howells(Oliver & Body, 1965).

个案 17: published in shortened version as “Becoming Deprived as a Fact: A Psychotherapeutic Consultation”, *Journal of Child Psychotherapy* (December 1966), Volume I, Number 4; also delivered as a lecture, “Principles of Direct Therapy in Child Psychiatry”, at the invitation of the Judge Baker Guidance Center, April 1967, the Fiftieth Anniversary of their Founding.

带你走进儿童的心理世界

温尼科特的书要在中国出版了，这是一件多么可喜可贺的事情！我甚至有些迫不及待，因为书中传递的瑰宝对那些嗷嗷待哺的婴儿，对那些为如何更好地养育孩子而感到焦虑的父母，对那些希望提供良好服务的心理咨询或心理治疗师们，都是丰富的滋养源泉。

很早和同行聊天时曾谈及是否存在真正的儿童心理学，提出疑问的原因是儿童心理学的书都是成年人写的。虽然每个人都经历了童年，但当我们成年后真的了解儿童吗？对那些还不能很好地用语言来表达自己的婴幼儿，我们真的知道他们的内心世界吗？翻译了温尼科特的这本《涂鸦与梦境》后，似乎觉得有了一个答案，我们有一条可以走进儿童内心世界的道路：和儿童一起涂鸦，那里有着儿童丰富的心理世界。

温尼科特是名儿童精神分析师，多年与儿童及他们的父母一起工作的经验、专业的热情和卓越的才华使他创立了自己的精神分析理论以及与儿童工作的方法，《涂鸦与梦境》这本书是他的思想、治疗的理念、与儿童工作的过程的极好呈现。阅读此书感受颇深，有以下几点与大家分享。

一、从儿童那里聆听儿童的声音

启动对儿童的治疗，多是由于家长的意愿。这在中国也是常见

的。在温尼科特见儿童之前，家长会想和他谈及自己孩子的情况，而温尼科特如有可能尽量先见孩子。“我不赞同任何其他看待个案过往经历的方式。从个案母亲那里获得的材料没有什么大的价值，父母对问题的答案只能使你离核心议题越来越远。在心理治疗中，这永远是个难题，而且事实上这常常恰好是冲突之所在。”从孩子那里最先获得信息，从孩子的角度理解孩子，这是温尼科特所坚持的。儿童的世界似乎一直是由成人来掌握，由成人来判定什么是真的，什么是假的，什么是该有的，什么是不该有的，什么是对的，什么是错的。从儿童那里倾听儿童的声音，这是看似容易但不易做到的事情。在温尼科特呈现的他与儿童实际工作的案例中，他不任意主观推断，他注重细节，他跟随孩子的步伐和节奏，他永远从儿童的视角理解儿童。

温尼科特在书中介绍的不仅是具体治疗过程，更呈现了他的治疗态度，他永远以和儿童建立安全信任的关系为前提。如果说他是儿童精神分析专家，更应该说他是能聆听、听懂、善于和儿童建立关系的专家。

二、涂鸦游戏只是一种和儿童互动的方式

虽然温尼科特谦虚地说涂鸦游戏不是他的原创，但显然我们可以在书中看到他如此精妙地使用这个方式，并使他的治疗工作获得了成效。不过正如温尼科特所说：“这种游戏只是一种和孩子互动的方式。游戏和面谈中会发生什么，取决于儿童在其中的感受，包括游戏材料本身的展现。要使用这些共同的经验，一个人必须骨子里面熟知儿童的情绪发展理论、孩子与环境因素之间的关系。”温尼科特如此之强调，显然是在提醒如果没有理论的支持和忽视孩子的其他方面的关系，咨询与治疗将本末倒置，也无法真正地帮助儿童。如温尼科特所言：“我在本书中的例子里面，描述的是‘涂鸦游戏’和心理治疗性咨询之间的关系，这个关系通过儿童的画画、儿童和我的画来生动地浮现出来。”

三、不存在没有母亲的儿童

虽然温尼科特一直强调倾听孩子的声音，但他从不拒绝和否认父母的重要作用。他认为父母是帮助孩子的重要资源，甚至父母可能是有精神问题的人也可以帮助到孩子。温尼科特有一句名言：不存在没有母亲的儿童。这句话很难翻译，也有些绕，但是我理解的意思是儿童不只是客观地有个母亲，其健康地长大一定需要一个母亲，而且“足够好的母亲”。

在书中，温尼科特所呈现的临床实务案例中，每个几乎都涉及与父母的工作，最重要是对父母进行教育与指导，不把父母当作有问题的家长，而是孩子成长的重要参与者。温尼科特会根据孩子的情况、父母的情况、家庭的情况给予父母更多直接的建议，鼓励他们做好他们能做的有利于孩子成长的事情。他总是看到父母的积极努力，发现他们好的资源。这些是我特别推崇的。

我有机会对一些在中小学工作的心理老师进行培训和督导，他们在帮助孩子时多会与家长接触。在我看来，工作的重点不是做家庭治疗，而是为父母提供家庭教育，肯定父母的努力，即使他们有时会方法不当，但更重要的是将父母作为孩子成长的重要资源，可以给他们一些有利于孩子、有利于家庭正性发展的建议。这些想法和经验从温尼科特的工作中得到了验证，也尤为令人欣喜。

当然更加令我敬佩的还有温尼科特的跟踪治疗，对于多年前治疗的儿童，温尼科特会保持跟父母的通信，了解儿童的现状，并耐心地为父母提供有效的建议和支持，这种跟踪会持续十几年、二十几年，在这里让人体会到真正的关怀和关心！

当然本书介绍的案例中，无处不在涉及精神分析的理论，涂鸦游戏中触碰到冲突、丧失、意识化，显然就是个修通的过程。在这个过程中孩子自发地渡过了这些难关，呈现、被见证、接受。想必喜欢精神分析的读者也会从中受到启发和借鉴。而温尼科特的反社会倾向理

论，可以开启和帮助我们如何和那些有反社会倾向的儿童工作。

参与此书翻译工作的，还有我的两个年轻的同行：李真、苏瑞锐。她们聪明、热爱心理咨询，对精神分析情有独钟，同时有着良好的英语基础。当出版社联系我翻译此书时，我便毫不犹豫地和这两个小朋友一拍即合。也许对温尼科特的深入理解还需要些岁月，但翻译此书想必是她们专业生涯中重要的一个经历。非常感谢她们辛苦的付出。翻译此书的过程中，李真的事业有了新的发展，苏瑞锐升级当了母亲。在这里深深地祝福她们了！

为了使读者更好地阅读本书，在原著中的索引里提取出精神分析的重要术语列在书后，在此说明。

做心理咨询与心理健康教育这么多年，儿童是我较少接触的领域，虽然有人说精神分析就是关于儿童的心理学理论，但确实觉得自己还是学习和理解得较少。但翻译此书后，竟也有了一些冲动，想和孩子们一起玩耍和工作。爱孩子本是我的天性，孩子们有着长久的未来，充满了希望，还有什么比创造未来和希望是更有意义的事情呢！

贾晓明

2016.4

目 录

第一部分 导论	1
个案 1 伊罗, 9 岁 9 个月	11
个案 2 罗宾, 5 岁	23
个案 3 伊莱扎, 7 岁半	34
个案 4 鲍勃, 6 岁	51
个案 5 罗伯特, 9 岁	70
个案 6 罗斯玛丽, 10 岁	83
个案 7 阿尔弗雷德, 10 岁	87
第二部分 导论	101
个案 8 查尔斯, 9 岁	103
个案 9 阿什顿, 12 岁	117
个案 10 阿尔伯特, 7 岁 9 个月	130
个案 11 赫斯特, 16 岁	140
个案 12 米尔顿, 8 岁	154
第三部分 导论	171
个案 13 艾达, 8 岁	176
个案 14 塞西尔, 初诊时 21 个月大	192
个案 15 马克, 12 岁	220

个案 16	彼得, 13 岁	242
个案 17	鲁斯, 8 岁	261
个案 18	X 女士(6 岁安娜的母亲), 30 岁	273
个案 19	莉莉, 5 岁	284
个案 20	杰森, 8 岁 9 个月	286
个案 21	乔治, 13 岁	317
参考文献说明	M. 马苏德·R. 汗(M. Masud R. Khan)	331
术语表		334

第一部分 导论

本书关注精神分析在儿童精神病学中的应用。我陡然意识到，过去三四十年对于儿童和成人的分析经验，将我带入一个特定的领域：即将精神分析应用于儿童精神病学的实践之中，这亦是精神分析更经济的一种应用方式。显然，给应用于每个儿童的精神分析治疗“定义化”(prescribe)，既无用亦不可操作，精神分析师也常常觉得在儿童精神病学的临床工作中无法学以致用。在这些儿童精神病学的个案中，我发现如果充分利用(与来访者)的第一次会面，我就能对其中一部分个案有好的把握。我想举一些例子，为做类似工作的同行们和想要在这个领域学习的学生们提供一些指导。

这个工作中的技巧很难被称为“技巧”。没有哪两个个案是相同的，而且相比纯粹的精神分析治疗，(在这个领域中)治疗师和病人之间的互动是更随意的。在长程精神分析中，治疗是通过一天天逐渐在连续的分析过程中、在移情反应所浮现的潜意识层面的信息慢慢转变成意识层面的信息的过程中来完成的。我在此绝非否认长程精神分析的重要性。精神分析是我工作的基础。如果被学生问起，我会一贯说，这种(本书的)工作训练(不是精神分析)隶属于精神分析训练。尽管我相信，所谓“甄选”是精神分析训练中最重要的一部分。你很难将一个不合适的分析师候选人变成一个好的分析师，毋庸置疑，“甄选”

最重要的部分永远是“自我甄选”。人们都想找一个合适的人来做治疗，而不是让一个分析师将一个病人从严重变得轻微——这是精神分析训练中做的事情。当然，你也可以说，如果一个人曾经病过，他/她就对病人更能够共情。更有说服力的是，若要触碰到潜意识，你必须去经历它。但无论如何，如果我们没有生过病，亦不需要治疗，这总是更好的。

只有当了解怎么“甄选”后，我们才知道怎么去确定人选（哪怕我们暂时不能提供他/她精神分析的训练）来做这本书中所描述的工作。比如说，我们立刻会说，这个人必须展现出能够和病人认同的同时，不消耗自己的个性的能力；治疗师必须有能力容忍病人的冲突，这个意思是，能包容他们，并等待病人自己的解决办法出现，而不是自己慌张地找办法；治疗师还必须要有当自己被挑战的时候，不冲动报复病人的能力。因为病人只想得到解决内在冲突的办法，同时想要切实可行地对能够造成、并维持病症的外部原因进行控制，所以任何一种想要给一个简单的解决办法的方法，都是禁忌。毋庸置疑的是，治疗师必须有自然而然就能保持的专业性：哪怕是自己个人生活中遭遇巨大压力的时候，一个认真的人仍然有可能保持自己的专业水准，而且我们希望，他/她自己的个人成长是永不停息的。

对这份工作的要求，我们还能列出个单子。这些要求足以将很多想要来做精神科医生还是社会工作的热心人士摒除在外。而我认为，这些东西甚至比（已经非常重要的）精神分析训练更重要。而一个长程、深刻的个人分析治疗体验，几乎是核心要求了。

如果我没弄错的话，本书所描述的工作，在临床意义上满足了社会的需要，并能够应对社会所带来的压力。这是精神分析所不能达成的。

在开始之前，我必须强调这个技术是非常灵活的。如果你只学习一个个案是怎么做的，远远不够。20 个个案虽然能给你一个好的概

念，但事实仍然是：个案之间个个不同。来理解（本书）的工作方法，困难的是没办法通过讲个案来完成教授。所以要求学生仔细、认真地阅读、学习和消化所有的案例。

我在指导学生报告个案的时候，基本原则是要求他们准确并诚实地报告。众所周知，准确地报告一个个案很困难。录音和视频都不能解决这个问题。所以当我想要报告一个个案的时候，我会记录下整个面谈过程中发生的所有事情，包括我做的事情和我说的话。尽管这给我增添了很重的任务，但由于面谈过程往往过两三天便慢慢淡忘了，但是从这些笔记中，我能够重新构建整个面谈过程，这给我带来的欣喜平衡了我的繁重工作。我很喜欢写整个个案的记录，因为，众所周知，在面谈中发生的事情，尤其是丰富的细节，如不记录的话，往往像“天亮梦就消逝”一样，消失不见。

在这些个案中，不可避免地我会呈现出一些过度简化。因为我在书中所列出的个案中，几乎每一个我们都用了画画的方式。在本书的案例中，我都用了一种叫作“涂鸦游戏”（译者注：原文是 Squiggle Game，是一种互动游戏）的形式。“涂鸦游戏”并非我的原创，如果有人学会了这种游戏形式就觉得自己已经可以做“治疗性的咨询”，也是错误的。这种游戏只是一种和孩子互动的方式。游戏和面谈中会发生什么，取决于儿童在其中的感受，包括游戏材料本身的展现。要使用这些共同的经验，一个人必须在骨子里面熟知儿童的情绪发展理论、孩子与环境因素之间的关系。我在本书中的例子里面，描述的是“涂鸦游戏”和心理治疗性咨询之间的关系，这个关系通过儿童的画画、儿童和我的画来生动地浮现出来。这就好像是儿童通过画画的方式，和我一起，某种程度上参与了记录这个治疗的过程，这样这个记录更加真实。这个游戏，或者是画画所带来的另一个意义，是可以给予家长一定的信心，并让他们知道在治疗性咨询这个特殊的环境中，他们的孩子是怎样的。这相比我仅仅告诉他们治疗中孩子说了什么，更显

真实。他们有时候能从这些画中识别出孩子在托儿所的装饰墙上学到的一些东西，但更多的时候，当他们看到这些画放在一起的时候，觉得甚为惊讶。这些画反映出可能在家里面家长们没有看到的一些性格特质和理解能力。关于这部分我们后面会进行讨论。让家长们看到这些新的洞察并不一定总是好的（但会非常有帮助）。家长可能会滥用治疗师对他们的信任，使得治疗退步，具体也取决于孩子和治疗师之间的亲密关系的建立。

关于治疗性咨询和对初次访谈的充分利用（或重复进行初次访谈）这一概念的特殊性，是在我长期临床和私人实践中慢慢浮现出来的。曾经有段时间，在20世纪中期，我在做儿科医生的时候，现在回头看是非常有意义的，当时我在医院接待很多病人，并且有机会接触大量的儿童，这些孩子跟我交流、画画，并且告诉我他们做的梦。很多孩子都会在来见我之前梦到我，数量之多让我惊讶。这些针对医生的梦，明显反映出他们对这些人（包括牙医，或者那些应该是为他们提供帮助的人）的想象能力。它们也不同程度地反映出家长，以及在来访之前家庭中做的准备。无论如何，我发现事实跟我预估的是一样的。做这样的梦的孩子，都能告诉我说，他们梦到的是我。用我现在的语言来描述——我当时没有能力这么描述——我发现我自己变成了一个主观客体（subjective object）的角色。我现在觉得这个主观客体的角色，是医生和儿童建立联结的一个绝佳机会，往往不会维持过第一次或头几次面谈。

这种状态和催眠中的状态一定是有关系的，但催眠的状态相比之下就无用得多。在我长年累月积累得出的理论中，我用过这个来解释我（包括其他和我做相似工作的人）为什么在这些特殊的场景下，对孩子的感受如此确信。这些特殊的场景有种我称作“神圣”的特质。这些神圣的时刻若不利用，便只有浪费掉了。一旦被浪费掉，孩子那种“被他人理解”的信念便被打碎了。但是如果加以利用，孩子的“我在

接受帮助”的信念便被加深。有一些案例便是这样：在初次（或头几次）面谈中，借着特殊的环境，我们做了非常深入的工作。工作的结果，使孩子的父母以及孩子其他社会关系中的直接负责人能够在这结果的基础上加以工作。这样，每当孩子在情绪发展上遇到死结，这些面谈都能松一松结，使得孩子正常发展。

但是对于一部分个案来讲，这样的面谈只是开始一个更长程，或者更密集的心理治疗的前奏而已。当孩子做过这种面谈，有过被理解的感受后，如果他之前没有准备好要做长程的心理治疗，这便大大增加了可能性。当然，虽然孩子实际上被理解的程度并没有他们感觉到的那么多，但是会给予孩子一些被理解、获得帮助的希望。

这种面谈带来的一个问题是，当理解做得非常好的时候，孩子会自然希望直接从此进入长程的治疗。但是因为治疗一定程度上需要精神科医生和社工的合作，才能保证长期治疗能够进行。而这一般不太可能。

还有一类个案是要避免这种心理治疗式的面谈的。我不会说对于病非常重的孩子，没什么办法做有效的工作。但是我会说，如果孩子离开治疗室，回到一个不正常的家庭或者社会情境，这就没有（治疗作用发生）所必需的环境，而我觉得这是必须有的。孩子们在治疗中会发生一些变化，这些变化意味着孩子在发展过程中心里的结有所松懈。我更指望一个“平均水平的环境”，这个环境能够识别到、并利用这些孩子在面谈中所发生的变化。

事实上，评估个案的难度主要存在于如何评估孩子的直系环境。如果孩子的环境中有强有力的、持续的不利的环境因素，或者身边没有稳定的人照料，那么治疗师就要避免使用我所介绍的这种方法，而更倾向于去发掘一下通过“管理”能够做点什么，或者做一个能够让孩子有机会（同治疗师）建立人际关系的治疗，也就是我们常常说的移情反应。

如果读者喜爱读这一系列个案的细节的话，那么读者一定会有这样一种感觉，在治疗中，只有我作为精神科大夫是不变的因素，其他的一切都不可预测。我在这些个案的描述中，都是作为我自己，一个有别于任何其他人的形式出现的。因此，如果其他的精神科大夫做我的工作，都会有所不同。当我在探索这些新的个案的时候，我所有的装备，就是我这么多年所形成的理论，它们已然是我的一部分，我甚至都不需要去刻意思考。我说的理论，是指个体的情绪发展理论，涵盖孩子整个人际关系历史以及孩子的每个小环境。无可避免，随着时间和经验的积累，我对于这个工作的理论基础有所调整。你也可以把我的工作看成是大提琴手，刚开始你总是需要“技术”，而后来就慢慢真的可以“做音乐”，而所谓技术不过是理所当然的事情。我能够意识到相比三十年前，我做这样的工作更自如，也做得更好。我希望能够让正在训练技术的人看到希望，有一天他们也能来“做音乐”。总是根据已有的乐谱来弹奏演出，会得到满足，但是远远不够。

这些个案的描述都贯穿着一个词：喜悦(enjoyment)。如果说这是个生产(labour)的过程，我未免过于自作聪明。我在这儿更多的是展示技巧，而不是“做音乐”。我当然也能够意识到，在个案描述中，这种情形时常发生。

本书中选择的案例

万事开头难。我决定从芬兰的小男孩伊罗(Iiro)开始。他不会说英语，而我不会说芬兰语。赫尔卡·阿西凯宁(Helka Asikainen)小姐是我们的翻译。她非常精巧、准确地将我们在游戏中使用为数不多的语言相互传递。在这个案例中，由于双方语言的障碍，画画有着其特殊的意义。但是我选择从这个案例开始，并不是因为语言不通，事实上很快我和伊罗都把语言这回事给忘了。我选择他的原因是，本来我是不需要见这个男孩的。事情缘起非常简单，只是我当时在访问一家