

心理治療叢書 15

愛與恨

客體關係婚姻治療

李文瑄 醫師著





心理治療叢書 15

愛與恨—客體關係婚姻治療

李文瑄 著



天馬文化事業有限公司

國家圖書館出版品預行編目資料

愛與恨：客體關係婚姻治療 / 李文瑄著。

-- 臺北市：天馬，民89

面：公分 -- (心理治療叢書：15)

參考書目：面

ISBN 957-9521-65-4 (平裝)

1. 婚姻 - 個案研究 2. 心理治療 3. 兩性關係

178.8

89011443



愛與恨—客體關係婚姻治療

心理治療叢書 15

作者

定價

發行

內政部登記證

ISBN

印刷者

封面設計

發行人

出版者

有著作權·侵害必究



李文瑄

新台幣250元整

中華民國89年8月 初版一刷

局版臺業字第1413號

957-9521-65-4

瑩欣印刷設計事業有限公司

電話：2361-6432 傳真：2311-6263

黑龍江設計有限公司

電話：2721-0206 傳真：2752-0782

劉景堯

天馬文化事業有限公司

106台北市和平東路一段145號8樓

電話：(02)3322-1187 傳真：(02)3322-1193

網址：<http://www.tienma.com.tw>

電郵：tien.ma@msa.hinet.net

郵撥：10445093

葉 序

對同一「對象」同時存有相反的矛盾情感或態度，如「愛與恨」或「友好與敵對」，最早E. Bleuler (1910)稱這種矛盾為兩價性精神狀態 (Ambivalence)，而認為是精神分裂病的三大核心症狀之一，而病人因其聯想、思考障礙，無法處理、統合具體思考、情感、經驗結果所致。但S. Freud, K. Abraham等精神分析家認為，這是個人在嬰兒 (口慾)期的人格發展過程中與其母親之間常見的心理現象，經過肛門期後慢慢被克服。M. Klein即認為，在本能的發展過程中，與對象 (Object)(在本書譯為客體)之間同時存在「愛」與「破壞」的矛盾態度，本來就是一體兩面，如不能容忍寬大相處，即會產生「好」或「壞」對象的分裂現象。D. W. Winnicott進而認為個人容忍處理這「矛盾」態度的能力可作為測定個人心理健康程度的指標。”

個人求婚行為及婚姻生活常是個人早期人格發展過程中，與其所「愛」對象的情感關係的轉移，而夫妻之間的「愛與恨」心理現象常是該時期的「愛」與「破壞」對立矛盾情結的延長出現。夫妻之間是「give and

take」的關係，以「互相彌補短缺，滿足對方的心理需求」(包括意識上及下意識)以保持平衡關係。如各方的心理需求愈多在意識上及現實原則上，而彼此之間愈能互相體會，其夫妻關係傾向於健康，但如其心理需求愈多來自下意識層次的動機，彼此之間愈難戶相體會，其夫妻間之需求及滿足的平衡關係容易失調，愈傾向於不健康。有「愛」才有「恨」，而對對方的「愛」的需求愈多，來自下意識的心理防禦作用的機轉，其挫折感愈大，容易導致更大的「恨」。

夫妻間之「愛與恨」常是一種難於分開的情結的兩面，只是或多或少程度上差異而已。

其實這樣的矛盾，不只存在於夫妻之間，人生本來就是矛盾；有「生」才有「死」，有意識到「個人的存在」，才有人生，而有對「死亡」的焦慮、害怕，才能凸顯出對人生的重要性及其意義的認識。

在迅速工業化、現代化、多元化社會變遷的衝擊下，個人的婚姻生活正面臨了迅速的轉變，使人難於適應，而容易導致一些心理衛生問題，成為就診於精神醫療機構的個案，對這些個案、心理治療，應重於生物學上的治療。

夫妻心理治療需要救助者雙方相當程度的正面動機，願意面對個人負面的心理問題，寬容對方缺點的心理準備時，才能有其真正的適應性，而能期待令各方滿意的效果。治療中治療者常受到外在(客觀)、內在(治療者本身)的各種心理壓力、移情作用(意識上或下意識)，因此治療者應有能夠處理、克服其本身的心理問題，不但不使其心理問題導致治療的負面效果，進而使其良性醫療關係能善用於其治療，達到良好的效果的專業訓練及臨床經驗。

本書主要依據 Scharff 夫妻的「客體關係婚姻治療」理論，分為十二章，概以引用著者本身的治療經驗為例而主要介紹各章的有關學說、理論為基本架構。

根據瞭解，本書乃是介紹「客體關係學說」於婚姻治療而具有一定深度的第一本，堪稱為專業工作人士值得一讀的參考良書。著者李文瑄醫師是長期從事於教學、研究、醫療工作的資深精神科醫師，相信本書將對我國婚姻的發展上有其獨特的衝擊。

葉英堃 謹誌

台北醫學院精神科名譽教授

行政院衛生署顧問

簡 序

李文瑄醫師是台北市立療養院社區精神科主任，也是台北醫學院教育部部定講師。敝人在台北市立療養院擔任院長一職時因特別重視社區精神醫療之推展，與李主任認識頗深，時有接洽，社區精神醫學強調社會、家庭、工作場所對民眾之心理衛生。對精神疾病之預防、復健、危機介入等等均重視人際關係、心理諮商。李主任雖然擁有哈佛大學精神科流行病學之碩士學位，但他對「客體關係心理治療」開始探討、出書、付之於臨床實用，實非無淵源，因為不管他作流行病學或社區精神醫學，他嚴守自己是一個臨床精神科醫師的基本立場，將臨床之經驗繼續發揚。他在市立療養院開設二個特別門診，一個是為自戀與邊緣人格障礙者作個別心理治療，另一則是為婚姻或配偶關係障礙而設立之婚姻心理治療門診，這兩個特別門診均以運用客體關係理論與技巧來治療病患的人際關係及自我障礙的問題為特色。

台灣的精神醫療在最近十五年由於政府所推動的精

神醫療網建設有突飛猛進之發展，唯重點仍在嚴重精神病人之硬體及軟體之照顧，諸多門診淪為處方門診，由於全民健保之心理治療給付，不符成本，台灣之精神醫療缺少心理治療之實際服務，坊間有些標榜心理工作坊之人員參差不齊，其品質及收費頗有亂相，如何鑑定合格之心理治療師？國內尚無如此規章，縱使全民健保給付象徵性的心理治療費予一些醫療人員，他們的心理治療訓練及經驗，又是一大問號。心理治療之文獻指出心理治療乃是醫療技術及藝術之合併，治療師需有天生的才幹，敏銳之同理心，何種病人適合何種心理治療，以及心理治療之濫用，傷害均有所報告，因此心理治療並非萬靈丹，雖然心理治療有各種學派，但各學派之間亦有共同點。

本書除了前言及後記外共有十二章有關愛與恨之個案及以客體關係理論為基礎之婚姻治療之介紹，每章均有參考文獻似乎是學術論文，但亦可察知作者希望以通俗文章普及大眾，李醫師希望本書可提供心理專業人員一些參考資料，也希望一般民眾能對婚姻治療有所瞭解而求救於專家。

李醫師之祖父李騰嶽醫師曾經在我國醫學泰斗杜聰明教授之藥理學研究室榮獲藥理學博士之學位，但世人對李老先生在作詩之文才印象尤深。李文瑄醫師有此深淵之家教及基因，本書乃繼其第一本著作「客體關係心理治療」之後的第二本書，也是國內第一本客體關係婚姻治療的著作，我相信本書帶有風吹水生之效果，希望對民眾之心理衛生有直接之貢獻。

簡錦標

美國在華醫藥促進局 駐台執行長
美國加州大學(UCLA) 精神科 名譽教授
台灣大學醫學院精神科 兼任教授

7/28/2000

文 序

精神分析學問世百年來，在台灣相關學界始終不成氣候。一方面是國內難得有人能付出昂貴代價到歐美訓練中心去學習，另一方面，是本土國情文化環境不利於它的生根發展。但是最近十幾年來，臺灣精神醫學界與輔導心理學界卻可見散在各地的少壯派醫師，心理醫師或諮商師等，有志一同沉潛專注研究精神分析理論並且實際應用其技術於病人的心理治療，這真是可喜的現象。本書的作者李文瑄醫師就是其中一位令人敬佩的拓荒者。

李醫師和筆者相識於住院醫師年代，當時我並不知他對精神分析學有這麼濃厚的興趣，只知他是一位謙虛有理想的精神科醫師。二十年前筆者自台北移居高雄之後，和李醫師即難得見面，竟也不知道他莫測高深在做什麼。如今拜讀它的兩本精神分析學大作：「客體關係心理治療」與「愛與恨-客體關係婚姻治療」之後才恍然大悟。原來他在1986年到哈佛進修一年回國之後，即不斷發表當代精神分析理論有關的論文，並開辦心理治療

特別門診，從臨床實務鍛鍊中，逐漸融會中西貫通古今。終於為許多受苦於精神疾病，特別是邊緣型與自戀型人格異常患者，開闢一條解除心理障礙，促進精神健康的出路。而李醫師所使用的心理治療方法正是所謂客體關係心理治療。從他這兩本大作中，讀者可以得到入門式的導論知識，也可領略難度較高的客體關係個別心療與婚姻治療的實際內涵與技巧。

李醫師在本書中，將常見的婚姻問題案例做客體關係的解說，加上治療師與病人之間的對話示範，讀來既精彩又易懂。人是關係的動物。誠如客體關係理論的大師們所言，人天生俱有想親近別人的本能。而理想的自體—客體關係是同理、包容、溫暖與和諧的。婚姻關係的愛與恨，牽涉雙方真我與假我的和諧與衝突。而後者正是當事者雙方內心世界的自體—客體互動關係的投影。

隨著現代化的腳步前進，台灣社會與家庭越來越多人需要心理治療的服務，而以客體關係理論為導向的心理治療正是目前所需要的主流之一。相信臺灣傳統社會所崇尚的人際關係價值取向有利於這類心理治療的本土化發展。

高雄長庚醫院精神科主任
長庚大學教授 文榮光

賴 序

好友李主任文瑄醫師繼1999年出版的精神醫療的重要著作「客體關係心理治療」後，又完成了「客體關係婚姻治療」專書「愛與恨」的大作，就婚姻關係（包括實質的配偶關係）障礙的治療，以客體關係的理論與技術為中心，做深入淺出的論述。書中除把與婚姻關係相關的傳統精神醫學理論及最新的精神醫學理論融會貫通外，並對新舊精神治療之技術剖析其優缺，取其長而捨其短，結合成最適切有效的治療方法，復引用實際案例加以印證說明，實為不可多得的專門著作。我雖為精神醫學的門外漢，但越讀越覺得有內涵，而且越讀越有興趣與心得。

本書在精神醫學上的地位與價值自有這方面的先近專家給予公評，輪不到外行的我置喙，但我執行律師職務近四十年，經手處理過的婚姻事件無數，文瑄醫師書中所作的問題婚姻的原因分析，確實有相當高的正確性，可說與我的想法和判斷相當接近。對其所指責的一般

婚姻關係治療有過份忽視心理社會因素傾向，我也有同感。而一再強調「包容」在處理人際關係的重要性，也有正確及良好的社會教育意義。

婚姻（配偶）關係是構成人類社會最基本、最重要的單元，文瑄醫師這本大作專對婚姻問題、婚姻以及造成婚姻關係之障礙，下了有效的針砭。這本書相信除可供精神醫界的眾多治療師做很好的參考外，對於從事社會服務工作的人士以及教育界人士更是一本可讀性很高，價值性也很高的好書。因此如能善加推廣、普及與應用，則影響所及，我們可以預期人間怨偶會減少，多數人的婚姻生活可以變的快樂而甜蜜，我們的社會也變的和諧更美好。

萬國法律事務所
主持律師 賴浩敏

自序

最近徐志摩與三位女性在民國初年的陳年愛情故事被演成戲劇，再度在坊間造成轟動，這也許是雖然時空不同，但其與當前社會人的愛情婚姻關係有所相似，而引發了許多人的共鳴吧！

婚姻關係可謂是人生最重要的人際關係之一，其關係品質之好壞往往直接地影響了一個人的情緒，臨床上個案表現出憂鬱、焦慮症狀的背後，常存在有明顯的婚姻關係障礙。然而，當代的精神醫療傾向於對精神疾病單元加以分類，而將病因單純地推向遺傳及腦之生化變化，精神疾病之心理社會因則漸被專業人員視為末端，於是不單是關乎治療個人內在精神病理的個別心理治療不被重視，將焦點放在人與人互動障礙的婚姻家族治療等關係心理治療更是為精神醫界所視而不見，然而其重要性是絕不容被忽視的。

筆者在從事以客體關係理論與技術為基礎的個別心理治療幾年後，也漸感受到進一步將此項強調內在人際

模式對外在人際關係之影響的理論與技巧之運用延伸至婚姻心理治療上的應是很合適的。

筆者目前在台北市立療養院開設有二個特別門診，其一乃為自戀與邊緣人格障礙者做個別心理治療而設立之門診，另一則是為婚姻或配偶關係障礙而設立之婚姻心理治療門診，此兩個特別門診均以運用客體關係理論與技巧來治療病患的人際關係及自我障礙的問題為特色，乃將西方的心理治療技巧運用在國人上。

市療是一家強調整體性、連續性，將醫療延伸至社區的精神科專科醫院，但也許是醫院名稱的關係吧！過去在一般人的印象中市療是一家“精神病人的療養院”，因此前來此就診者傾向於是精神病人，然而近年來已漸有改觀，因人格心理問題前來就診者日增。

在本書中筆者結合各家客體關係理論，以求融會貫通，其中包含了英國的客體關係學者Klein, Fairbairn, Winnicott, Bion以及美國的Kernberg, Kohut等人的立論，加以整合而成一整體、理解性的臨床理論。技術實務面上則以英國的Dicks、美國Scharff夫妻、Masterson等人之方法為參考主軸，熔合本主社會文化

的特色而完成。本書乃筆者繼1999年完成之“客體關係心理治療”一書後，更進一步在此領域延伸的著作。

本書中對夫妻倆人關係障礙的治療，多以婚姻治療名之，此實乃為易使一般人便於明瞭所致，婚姻本身是個制度，而倆人關係則是實質的心理互動過程，應無關乎其結婚與否，故以配偶(couple)稱之較恰當，然而由於“配偶治療”之名稱對我們而言並不那麼的熟悉，故以婚姻治療取代之，而事實上我們治療的對象是兩個有互動障礙的配偶，無關乎其是否已婚。

在本書中所提的配偶治療，並非一定要求配偶雙方均出現在治療場合的方式，有時候只有配偶的一方出現，但所談的乃關於倆人關係障礙的情境時亦屬之，這是觀念上的一大突破。

愛與恨乃影響人際關係的兩種極端情感，本書以其為書名，來點出配偶雙方矛盾的情緒。在人生的旅途中，可以由配偶處得到很多支持，也可以從與配偶相處中產生很大的壓力，男女雙方由相識、相互吸引，而後進入戀愛，終而有所撰擇，有所承諾而結婚，然而婚後的倆人關係常是呈現所謂親密情仇。台灣俗諺稱“夫妻是