

# 自體心理學的 理論與實務

The Theory and Practice of  
Self Psychology

Marjorie Taggart White  
Marcella Bakur Weiner◎著  
林明雄·林秀慧◎譯



心理出版社

如何自熟悉的憤怒中區別出自戀暴怒，以及自戀暴怒如何可能成為一種造就大邪惡，或造就影響深遠之成就的力量……。

個案所迫切需要的、以及我們努力想要提供給個案的，是以我們能力所及的去敏銳同調於個案此刻的真實感受，而這或許是個案以前從未曾經驗過的。就是這種治療心境的可靠供應，奠定了個案覺得自己毫無疑問地有資格去享受喜悅之核心自體成長的基礎……。

自體心理學者，就像那些使用其他模式的同僚們，滿心希望自己是一個人，而不是一個治療的機器。對作者而言，成為有人性的意思是心靈被我們的人性、溫暖、基本統整、與喜悅的內在經驗所碰觸……。

Marjorie Taggart White

Marcella Bakur Weiner

ISBN 957-702-509-9



00400



9 789577 025098



# 自體心理學的理論與實務

林明雄、林秀慧

譯

## 自體心理學的理論與實務

---

作者：Marjorie Taggart White, Marcella Bakur Weiner

譯者：林明雄、林秀慧

執行編輯：陳衣凡

執行主編：張毓如

總編輯：吳道愉

發行人：邱維城

出版者：心理出版社股份有限公司

社址：台北市和平東路二段 163 號 4 樓

總機：(02) 27069505

傳真：(02) 23254014

郵撥：19293172

E-mail：psychoco@ms15.hinet.net

網址：www.psy.com.tw

駐美代表：Lisa Wu

Tel：973 546-5845 Fax：973 546-7651

法律顧問：李永然

登記證：局版北市業字第 1372 號

電腦排版：辰皓國際出版製作有限公司

印刷者：翔勝印刷有限公司

初版一刷：2002 年 4 月

---

本書獲有原出版者繁體中文版全球出版發行獨家授權，請勿翻印。  
Copyright©2000 by Psychological Publishing Co., Ltd.

**定價：新台幣 400 元**

■ 有著作權·翻印必究 ■

**ISBN 957-702-509-9**

# The Theory and Practice of Self Psychology

*✍ By Marjorie Taggart White  
and Marcella Bakur Weiner*

Copyright©1986 by Marjorie Taggart  
White and Marcella Bakur Weiner  
By arrangement with Brunner/ Mazel Inc.  
and Mark Paterson

## 譯者簡介

林明雄 精神科專科醫師  
宏慈療養院主治醫師

林秀慧 臺灣大學外文系畢業  
東海大學社會工作研究所畢業  
社會工作師

致一直深感歡喜的

*Llewellyn 與 Robert white* ；

致 *Dr. Marjorie Friedberg* ；

感謝她堅定的支持與耐心；

致我們所居住的、飽受威脅的地球，

願這本書有助於其長存。

*Marjorie Taggart White*

致 *William Weiner* ，我要表達我特別的感謝  
與愛意，

他的體貼關懷讓自體心理學成了我每天的實  
際。

*Marcella Bakur Weiner*





# 序

當我受邀為本書寫序時，經驗到了驕傲與喜悅這兩種心情——驕傲的是可以與 Marjorie White 與 Marcella Weiner 兩位顯然是既敏銳而又學問淵博的治療師共事，而愉悅的是來自這本明晰的書，書中他們與同僚們分享了他們在理論與實務方面豐富的知識寶藏。

自體心理學是佛洛伊德遺留給我們的豐富遺產中非常新近的部分，而這也不過是近一百年前的事。當我們以數千年的人類歷史為背景來衡量時，精神分析及其子嗣——自體心理學的出現只不過是人類自我探索之緩慢發展中的新近時刻。海因茲·寇哈特在二十年前出版了他的〈自戀的形式與轉化〉一文，而我認為這可被視為自體心理學的正式誕生，即使在回顧時，我們並不難從寇哈特的早期作品中辨識出這門學問的前驅預兆。從那時候起，行家的書架上便開始排滿了數量繁多的自體心理學文獻資料與案例報告。只是到了現在，我們才開始以完整且易於瞭解的方式來看這比較的、關聯的且更新此新興科學的系統化摘要之治療。

本書是這類系統化呈現的一個絕佳例子。然而這並不意味每位自體心理學者都必須同意本書中的每一個陳述，

## 2 自體心理學的理論與實務

事實上，對我而言，當我似乎處於一種更謹慎沉著的觀望態度時，我發現自己有時候會與作者們的治療熱誠有所不一致，但這類差異比較是風格上的，而不是本質上的。自體心理學具療效能力的充足證據已然產生。我相信海因茲·寇哈特會歡迎這本書的問世，而且我相信我們每一位應該也都會如此。

吳爾夫 (Ernest S. Wolf, M. D.)

1985年12月19日

Winnetka, 伊利諾州

## 譯序

本書的出版，感謝花蓮師範學院林美珠老師的協助，引見心理出版社許麗玉總經理，蒙她們的大力支持，得以使本書中譯本順利出版。更重要的是，藉此機會得以將寇哈特十多年間分散於國外出版社出版的全部三本著作，透過心理出版社費心地取得中譯版權，於目前積極出版中。也感謝吳道愉總編輯在後續事宜上給予持續的協助。另外，寇哈特的三本原典中，其中兩本原本由遠流出版社取得中譯版權數年，當他們得知心理出版社已有譯者及出版套書的計畫下，遠流出版社及總編輯慷慨玉成地放棄了該兩本書的國外版權，以致寇哈特的全部書籍著作得以於心理出版社成套出版，讓此間的中文讀者增加了許多搜尋與閱讀的方便，在此也對這些協助者深致謝忱。

這是一本應用的書，理論的部分需寇哈特原典的大大補足。寇哈特原典閱讀上初期大不易，在太平洋此岸的心理治療工作者如想摘要寇哈特諸多且循環敘述的意念與應用，減低此間工作者的投射猜想，本書將會有實用的參考內容。希望這些寇哈特嘔心瀝血的結晶，能為此間的治療師帶來一種因其新視野的拓展而有的喜悅。

林明雄

2001年10月

## 譯者導讀

要談深度心理學的事，潛意識的事，很困難。若要進一步地談實務應用，更如難上加難。作者因著意圖協助瞭解而努力的淺出，譯者則建議讀者化容易為困難的閱讀，較能得到做為深度心理學之一支的自體心理學方面之更深層體會。

### 關於本書及借部分章節例子的補充說明

關於譯字方面；empathy 仍延用目前已漸普遍的「神入」譯詞，希望能區別與「同理心」一詞之核心差異意涵。而 rage 雖非一定是外表上的明顯狂暴的憤怒，甚至可能在包裝壓抑或潛抑下更顯溫和。但對於自戀的傷害造成精神內在之自戀崩解或崩潰的嚴重結果，稱之為「暴怒」實不為過。

深入淺出可能是很多作者、譯者、讀者的期望。但對於這本書，因著譯者上面提到的自體心理學之可及深度，會希望它有被讀者藉由各種方式還原深化的機會，例如，可藉由閱讀寇哈特的原典（寇哈特的三本原典之中譯本均由心理出版社出版中），辯識出並獲得與自戀型人格個案

的臨床互動經驗，或者如作者於成書之時，已藉由自體心理學治療取向的團體進行了十多年之久的同儕研討團體的協助。這是譯者目前覺得幾個比較好的方式，以用來進行這不太容易的解碼工作。雖然本書因著說明應用的企圖，希望將自體心理學簡明傳遞，但這相對的也可能會喪失了寇哈特於處理前語言期方面所曾著力的深刻深度。如在導論中，或各章的理論簡述中，對自體心理學的詞彙已做了很好的說明，但在結合案例時，就有一如其他學派於案例說明上與最終解答間趨近時的類似困難。但是本書在摘要自體心理學的諸多描述內容上，即為中文世界的治療師整理自體心理學的學派要字，減少我們個人對於自體心理學之內容的投射，拉近與西方世界的自體心理學治療師之距離，在這些方面，本書可能會有恰如其分之益處。

在第二章中，開始舉一些明確的例子，清楚讀來之餘，也有隱隱的擔心。長期的浸潤於自體心理學裡，很可能會有讓治療師得到一種神入的能力，但在運用上，包括這書的教學意圖上，將會進一步的脫離原來明確擁有的範圍，也不得不地將各種事實加以簡化。在擴大的過程中，可能侵入了其他學派所長的領域，讓自己的解釋變得不那麼全然適當。如本書中所舉的一些例子，明白對照出自我心理學與自體心理學的治療師雙方所關注的焦點不同，而書中顯然肯定地以自體心理學為優先展現。如果離開所舉之特定種類（如以自戀問題為首要議題之個案），或許結果也全然迥異。書中對自我心理學的貶抑是相當明顯的。

這看法或許在特定個案群、特殊的治療師，而能有自戀人格特質明顯的情況下，才能讓這樣的指述更顯正確。而關於自我心理學（強調自我與防衛機轉、自我的自主功能、自我的無衝突領域、去性慾化、去攻擊性等等），實務上它同樣指向了可能的無止境治療深度。不會有如本書中，在對比於自體心理學的案例時，給人盡是一些似乎自我心理學之治療師明顯回應不恰當的感覺。

第二章中，作者用了許多出現於治療室中的明確語句與形容，例如「溫柔的…」，有時會讓人誤解，諸如治療師想成為學生的自體客體，就可如此輕易地達到了等等。但是精神現實的真實狀況，恐非文字上所描述之如此輕易。精神方面材料的獲得、處理、詮釋，譯者寧可置以懸宕以待更深的意涵。在這方面，寇哈特採取的是較保守或轉化後的陳述方式，例如他在其書中所舉案例的方式，就不會以如此近乎歷歷在目的方式來呈現。

同樣的第二章提到「寇哈特將觸發攻擊的責任放在父母或替代之自體客體上」。但寇哈特在《自體的分析》等書中，則很謹慎的期望理論並非導向對父母的指責，而是他們的自體客體（精神內在現實上的母或父或替代者）所致。這是對自體的客體（實際的父或母或替代者）之神入諒解與瞭解。作者轉述或轉譯寇哈特想法的過程中，或許逐漸失落了的一些本質，而這對幾乎遍在的敏感之前語言期領域而言，可能是重要的。

第二章也提及「科學顯示出沒有攻擊驅力」，並引用

Basch 的許多說法來評論佛洛伊德之主張。而 Basch 本人在其所著的《Doing Brief Psychotherapy》（中譯本書名《10 倍速療法》，張老師出版）之作者自序中，也提到「…實際的經驗卻是，我幾乎都在做短期治療。」及他對別人未轉介真正適合接受長期精神分析的個案給他的陳述裡，所透露的一些意涵，會不會是某些長期治療領域裡之治療師特質逐漸流失後的結果呢？這是可以深思的一點。

如果想由本書中求取簡明速成於自體心理學的使用，很可能步上古典精神分析的一部分為自我心理學所承繼時的類似狀況，亦即，雖然更容易懂了，但所懂的已非原來的樣貌。譯者的建議是，反覆的「泡」在寇哈特的原典中，藉由文字，對於自體疾患個案的治療經驗做長期的討論，以汲取與純化自體心理學取向之心理治療的治療師靈魂，或者內射內化，或者轉變內化，或者認同，或者融合而後分離，或者獲得情緒上的洞見等等。這將會使得對於這個深度心理學的真正深度較有萌芽的機會。在譯者與精神科醫師同儕的寇哈特讀書研討團體裡的經驗，是由早期很辛苦的吐出寇哈特的用字，再與自己相較下較熟悉之佛洛伊德的「客體關係」等等的用字爭辯一番，也把自己如同個案一般地投入其中，熬煉出一些最初以為些微的，後來顯為明顯的不同。在此地的我們幸運地站在一定的距離（包括了時間與空間）看自體心理學的發展及其與自我心理學的對話，很多問題已有許多的討論以供進一步的參考，這樣的距離增加了客觀性。雖然，對於期望成為一個



具有自體心理學之治療靈魂的治療師，這樣的距離顯然會是一種妨礙，不過，這畢竟是一個必須被尊重的現實。一如在治療室（或許講分析室可因更窄化範圍，而能更恰當地釐清）裡的精神分析（提供源起）與在其他領域裡的精神分析（著重運用），兩者之間所存有的，一種必須被尊重的現實吧。

作者於自體心理學團體的十五年經驗成就了這本書。這過程可能是這本書最好的示範，即先有至少象徵化的相信寇哈特及自體心理學之存在，再以這樣的存在模式做為心理治療或精神分析實務時的理論依據，並累積相關經驗，最後得到如本書這樣的經驗，雖然那時很可能已不需看此書，而可另寫一本書一如作者了。「泡」在自體心理學裡，也許是個好的學習情境下的貼切描述，這樣的敘述提醒，除了因前語言期的問題瞭解與處理為其所長外，也是因為自體心理學相較於其他精神分析學派，會有較少的看似艱深之用詞需操作，這才帶來了方便，也因而有太容易被淺薄化使用的危險。

自體心理學處於掙扎出一漸形僵化的領域（常指的「自我心理學」），及外在環境變遷帶出的新問題與個案群，雖然將會無可避免的帶來另一種被僵化使用的可能與事實結果，但其過程是可貴的，這也是寇哈特原典重要之所在。在其著作中有後來的自體心理學著作所沒有的，掙扎於重大改變的過程。

就第三章的第一個案例而言，或許以客體關係理論也

能很好的解釋此個案，且在此例中，如果換了新取向與新治療師，粗糙的說，花了較原來多兩倍的治療時間後，或許會是較佳的評論時機。文中提到的「自體心理學常被指控…」，或許並不在於其是否短視的問題，視自體心理學為較其他學派更易落入此問題下的自我提醒與監測，或許會是個較好的態度。治療師牽個案的手的行為本身，表面看來分不出是屬一般的支持或自體心理學下的深意行為，或許如作者的十五年自體心理學取向之臨床經驗，或寇哈特的伸出手指給個案是在幾十年經驗後與自己將死前所為，這些會是當我們想冒然效法時的提醒。另外譯者的看法是，或許有這樣的動作時，就已經走向了支持取向的道路，而不是精神分析了。

第四章是由資淺作者（文中常用「接受督導的治療師」來區別）寫的，神入這字的力量、貼近的程度，由本書的兩位作者做了示範（一種雖然描述了最後的成功或成就，仍讓人讀來感受著不安，一種則是讓人放心的。）以自體心理學取向從事治療的治療師，在實務工作的一年後、十年後、二十年後，或許就會呈現出如此不同的結果。這比客體關係理論的治療過程中，更著重於是否辨識出分裂與投射性認同、分離、死亡、嫉羨裡的轉移、反轉移關係等等病態的關係議題與處理，兩者是大大不同的。本書所舉的案例，常帶有濃厚的邊緣型人格特質的味道，會不會是由於自體心理學取向之治療師常為邊緣型人格特質個案由潛意識散發到現實裡的獨特吸引力（深邃的、壯