

Mc
Graw
Hill
Education

The Presenting Past:
The core of psychodynamic counselling and therapy.
(Fourth Edition)

精神动力学咨询与 治疗的精要

再现往昔

(第四版)

【英】Michael Jacobs 著

郑诚 译

李晓骝 审校



中国轻工业出版社 | 全国百佳图书出版单位

The Presenting Past:
The core of psychodynamic counselling and therapy
(Fourth Edition)

精神动力学咨询与治疗的精要

再现往昔

(第四版)

【英】Michael Jacobs 著

郑诚 译

李晓骝 审校

图书在版编目(CIP)数据

精神动力学咨询与治疗的精要: 再现往昔: 第四版 / (英)
迈克尔·雅各布斯 (Michael Jacobs) 著; 郑诚译. —北京: 中
国轻工业出版社, 2018.5
ISBN 978-7-5184-1787-2

I. ①精… II. ①迈… ②郑… III. ①精神疗法
IV. ①R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第311809号

总策划: 石 铁
策划编辑: 戴 婕 责任终审: 杜文勇
责任编辑: 戴 婕 责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)
印 刷: 三河市鑫金马印装有限公司
经 销: 各地新华书店
版 次: 2018年5月第1版第1次印刷
开 本: 710×1000 1/16 印张: 20.00
字 数: 180千字
书 号: ISBN 978-7-5184-1787-2 定价: 58.00元
读者服务部邮购热线电话: 010-65125990, 65262933 传真: 010-65181109
发行电话: 010-65128898 传真: 010-85113293
网 址: <http://www.wqedu.com>
电子信箱: 1012305542@qq.com
如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换
171246Y2X101ZYW

推 荐 序

精神分析博大精深。作为一个初学者，如何能在最短的时间内对精神分析的理论有一个概况的了解，使自己成为一个入门者？作为一个已经有了一定的理论知识临床经验的实践者，如何能尽快提高自己的理论水平和临床技能，使自己成为一个基本合格的精神分析治疗师？而作为一个有经验的精神分析治疗师又如何能进一步融会贯通相关的理论和技能，使自己成为一个优秀的精神分析治疗师？通读你手边的这本由精神动力学心理治疗的重要创始人之一迈克尔·雅各布斯（Michael Jacobs）所著的《精神动力学咨询与治疗的精要——再现往昔》便是解决上述问题的最佳捷径！

本书以精练的文字，概述了精神动力学心理咨询所隐含的发展性原则，并着重强调了既往的经历对现今以及未来的影响。弗洛伊德、克莱因、鲍尔比、温尼科特、科胡特等人的理论被组织为三大发展主题：信任和依恋，权威和自主，合作和竞争。书中还有大量的临床案例，生动阐明了理论对理解来访者的作用以及教授大家如何从事具体的分析工作。本书还有很多对术语的解读，并有许多新的观点。作为本书简体中文版的审校者，我从中获益良多，也思考良多。

精神分析的理论不仅术语繁多，且充满哲理，这就决定了精神分析的专著极难翻译。而迈克尔·雅各布斯的文笔又颇有古典英语之风，更加

大了翻译的难度。因此，要翻译这本书，不仅要求译者具有娴熟的英语水平，同时也要有丰富的专业知识，以及良好的文学水平。本书的译者郑诚就是同时兼具上述要求的佼佼者。她既是中德班的学员，也是中德班的翻译，不仅有较为丰富的精神分析或心理动力学治疗的临床经验，而且已经翻译过多部精神分析专著，并有着良好的文学功底，正是她的精心付出，才使得这本译著同时达到了信、达、雅的水平，也使我这位审校者备感轻松，能在繁忙的工作之余完成本书的全部审校工作，而所谓的审校，其实更多的是共同讨论和相互讨教。而如何翻译书名才能既契合本书的内容和主题，又一目了然地让读者知道这是本精神分析的专著，则是翻译、审校与编辑的共同杰作。

最后，我想以对原著的一个书评的翻译结束我的推荐序，希望借此强调本书书名的含义并与大家分享翻译的快乐。

当今和往昔，
皆将现明朝。
未来欲何为？
既往有先兆！

——T. S. Eliot, “燃烧的诺顿”，《四首四重奏》

Time present and time past
Are both perhaps present in time future
And time future contained in time past

T. S. Eliot ‘Burnt Norton’, in Four Quartets

李晚驹

2017年10月16日于合肥

译者序

接下本书原著时，我惊叹于封面的“莫比乌斯环”与书名“*The Presenting Past*”《再现往昔》是如此相得益彰，好似时间延展、扭转、首尾相融。昨日是今日的必经之路，未来又重演着过去的一幕幕，无穷无尽，循环往复。从某种程度上讲，生命带着基因里无数先辈的记忆呱呱坠地，刻上数年经历传承下去，最终归于尘土，复又滋养万物。

当时我正值孕期，执笔开译，荷尔蒙忽然有了安放之处，心情顿时稳定了许多。再者，在译书的过程中我也难免将自我意识掰开揉碎，融入字里行间；完成后通读一遍，立马重新整合，又是另一番良性循环。更妙的是，从“信任和依恋”译起，分娩后正好到“权威与自主”，这本书不仅从专业角度给予我谆谆教导，更在我角色转换的关键期提供了多种新颖的视角，使我对它产生了特别的情感。

迈克尔·雅各布斯教授在精神动力学心理咨询与治疗方面有着极为丰富的经验，他总能将晦涩难懂的概念以浅显易懂的文字诠释出来，辅以大量临床案例，既清晰又实用。本书从信任和依恋、权威和自主、合作与竞争三大主题出发，穿插介绍了以弗洛伊德、克莱因、鲍尔比、温尼科特、科胡特等人为代表的各学派理念，概述了精神动力学咨询与治疗的发展性原则，脉络分明，引人入胜。但这本著作最优秀之处在于照顾到了各个经验水平的读者——心理治疗师可从中读到精神疾病—神经症这一连续

谱中不同症状的动力学解释；心理咨询师可以捕捉到咨询的流程、节奏的把握以及困难情境的处理方式；心理学专业的学生也能更深一步触及精神动力学不同流派和概念的精髓。能以一书而惠及诸多受众，可见作者功底之深厚。作为译者，唯愿尽我所能传达作者之教导，但囿于学识水平有限，难免有不足之处，望读者不吝赐教。

在此感谢我的家人，他们一直给予我温暖和抱持；也要特别鸣谢本书审者李晓驷教授，他于百忙之中仍密切关注本书的翻译进展，并给予了許多宝贵的建议。他缜密的逻辑思维和优雅的文字表达更凸显了本书的学术价值和艺术风范，也使我本人获益良多。

郑诚

2017年秋于合肥

第四版前言

我为本书经受住时间的考验而备受鼓舞。如今面市的第四版，相比于1986年的第一版有了显著扩充。在我看来，尽管新版内容通常都有所增加，但撰写一个新的版本绝非只是增加内容这么简单，它还需要精心地修枝剪叶，有所创新。在本书修订的过程中，我提出过诸如文化差异等不少问题，如今早已被读者熟知，许多文献也有涵盖，所以在这一版本中仅需一笔带过。

我的主要角色是一名执业医师，在职业生涯中与患者打交道的时间远多于教学或写作。退休之后，我开了一家小诊所，继续脚踏实地地工作。理论学说固然重要，但我总觉得，只有在聆听患者倾诉的同时，让脑海中的理论适时地闪现，才能判定该理论是否有用，或能否应用于当下。用患者的情况去生搬硬套某种理论的做法，我很难苟同。

当然，本书也借鉴了海量的理论，并尽可能地做出了相应的阐述。但这些理论并不应强加于患者身上，也不能将患者硬套入理论之中。第一版在附录中收录了许多心理状态的指征和关系的模式，但读者常误以为附录中多半是些虽然有趣但是次要的内容，仅供想要深入探索或对某些问题迷惑不解的人士参阅，因而略过不看。为了避免重要信息受到忽略，这一版我将它们收入正文之中。此前三大主题*已经逐一介绍过，所以这一

* 三大主题为“信任和依恋”、“权威和自主”、“合作和竞争”。——译者注

版我只列出与每一主题相关的可能指征：患者呈现出的受到困扰的迹象，治疗师对患者的感受以及治疗关系。随后的章节主要介绍先前引用的理论，然后进一步阐明这些指征。在每个主题的末尾，我都会专门列出与本主题相关的、可能对治疗师的工作有所裨益的内容，以及患者从治疗中可能获益的部分。尽管短期治疗的目标有限，但这个列表仍有助于我们在治疗中找准一个特定的目标和焦点。我借鉴了前两版最后两章的内容，同样按三大主题对其进行编排。通过这样的安排，我期待能将自己的经验重新整合并与读者分享，也希望能指明治疗中呈现问题的方式、治疗关系和潜在的目标，同时唤起治疗师对所见所闻的重视。

有读者将本书视作金科玉律，对此我很感激，其实对我而言，只要它能起到一本随身指南的作用，我和它也都不负使命。

迈克尔·雅各布斯

2012年1月于英国多塞特郡斯沃尼奇

第三版前言

一本书在短短数年内得以再次修订，实在出乎我的意料。每及再版，其参考文献也需随之更新：心理治疗和咨询领域书籍的出版常常如涨潮之水，海量词汇与观点令人目不暇接，欲一睹而后快，奈何时间有限。

更令人吃惊的是，再版时需要更改的内容还真是格外可观，其部分出自思路的更新，也有过去深信不疑的观念如今被临床经验所推翻。我对这种更新换代的现象体会更深，因为我自第二版开始编纂一部系列丛书，名为《治疗中的核心概念》，交由公开大学出版社（Open University Press）出版，现已基本完成。这些著作说明，精神动力学理念实在深入人心，其身影也常常在其他治疗中出现。遍览这部丛书之后，我的思路得以拓展，对原则问题的态度也有所转变。自本书第一版发行以来这20年间，尽管精神动力学理论的核心概念尚无变动，但我对治疗师这一角色的认识却发生了翻天覆地的变化。尽管鲜有读者留心对比各个版本之间的差异，但本书其实已经对上述变化有所体现。

这一版修订的原则大致是：增加依恋理论的篇幅，将原先过于冗长的三大章节拆分为现在的九个章节。其他变化多为文字上的调整，比如简化语言，柔化措辞，介绍近期文献，偶尔也加入一些至少在我看来尚属新鲜的知识。第二版出版之后我的生活发生了一些变化，退休使我有机会拓展其他兴趣，同时还需继续为少数患者提供治疗，所以我几乎确信自己不会

再修订本书。是时候放下它了，但我仍将继续磨练自己思考和实践的能力，也希望本书能帮助读者达成此愿；多年来它发挥了应有的作用，或许还有继续发挥余热的能力——我也一样！愿今后的读者能想到，你们对本书的疑问和质疑或许（但愿！）也正是我迷惑不解的地方。这恰是“精神动力学”这一术语中的动力学部分，其重要性不可小觑。

迈克尔·雅各布斯

2005年6月于英国多塞特郡斯沃尼奇

第二版前言

在对本书第一版作出重大修订期间，我在描写过去与现在的时候，深刻意识到时间的意义非同小可。首先，现在距我写作第一版的手稿时，已经过去了相当一段时间——至今已是13年左右。我惊奇地看到，此间世界已经发生了翻天覆地的变化，公众的态度也在与时俱进，这一点可以从两个版本的差异得到反映。比如对关系的描述就与往日大不相同（“未婚夫”一词如今早已过时）；人们的价值观也有了可喜的转变，此点也可在本次修订版中得以体现。但更重要的是，我意识到在这相对短的时间内，我本人的思想也有了显著的发展。如今细细阅读曾经的第一版，字里行间都映照出我作为治疗师和咨询师在那个特定阶段的水平和进展。那时我对精神分析根源的探究尚未像现在这样活跃，但也对那些根源颇为关注。时间可作见证，我的思想已被众多精神分析的作者所采纳。我与本书至今仍可从精神分析这种特定形式的理论和实践中获益良多，而较之从前，束缚倒是减轻不少。

我还认为，“精神动力学”这一术语可额外赋予咨询师和治疗师一种特殊的身份，使其有别于狭义上的精神分析群体。我还惊奇地发现，人们对精神动力学心理咨询的兴趣和迷恋与日俱增，竟也有本书的一份功劳，现在精神动力学无论在心理咨询的文献还是实践中，都积累了更好的口碑。尽管精神动力学在心理治疗师心中原本就地位颇高，但短时间内它所

达到的成就堪称心理咨询界的一个里程碑。

我还记得第一版时曾在阶段理论 (stage theory) 和人生主题 (lifelong themes) 之间徘徊不已,但终究还是对埃里克森的年龄阶段难以割舍,于是将它们列为章节的标题;但那时我已认真考虑过以主旋律和变调的形式呈现。现在这一版干脆跳出了阶段论和发展模型的套路,转而认为人生的主题不受时间阶段的限制,当早年经验在当下重现时,我们常常可以意识到这一点。

我在写作时对未来趋势同样保持关注。近期内这个版本是否还有重大修订,现在还很难说。但这一版已经交付印刷,我知道其中的某些内容迟早也会过时。若第二版与第一版同样轰动,请未来几年的读者切记,思想永远不会止步,理论立场将不断变化,价值观也会有所改变,新的研究提供的信息更是层出不穷。无论我对此有多么期待,现在都很难断言它们的形势走向。在这一版中,我始终强调心理学和精神动力学思维方式对文化和社会建构的重要性。非常欢迎读者质疑我在书中的假设,或挑出我的错误;但请相信或许我也正在做出同样的思考,虽然现在出版的文字全是我脑海中最新的观点,但说不定在未来几年内,那些质疑和错误将驱使我继续创作。

难以想象目前第一版的印刷量已超过25000册,其实 Harper 和 Row 在1984年初次见到这本书时曾犹豫是否接受。幸而 Skelton 和公开大学出版社从 Harper 和 Row 寄来的包裹中选中这本书,并为其包装,促其成功。我很幸运地在恰当的时间创作了一本恰到好处的作品。最近几年, Jacinta Evans 鼓励并促成了我与公开大学出版社的合作,多亏了她和那些同事们,我近期得以兼任该出版社的编辑顾问,在此向他们对本书的出版所作出的努力表示深深的感谢。还要感谢我的妻子 Moira,她一直支持我的工作并鼓励我继续创作;如今修订版终于付梓,我们都希望能够花些时间来享受一下二人世界。

从家庭的角度出发，新的版本和前言让我有机会能够为新生代的家庭成员做一些记录，他们在第一版中都没有被提及。从某种意义上说，他们将我的过去和家族的历史进行了传承。所以这一版我要献给我的孙辈，Laura 和 Joshua，以及——并不是给儿女施压——未来可能降生的孩子们。既然我们想要借助过去的知识和经验来改变当下，那么我们的成功与否也只有下一代才有资格评价。或许就在不久的将来，他们会成长为我们最犀利的评论家。

迈克尔·雅各布斯

1997年于英国多塞特郡斯沃尼奇

第一版前言

本书的出版得益于两个群体。其中之一是超过12年来经我治疗的患者群体，他们有时能够验证分析理论的正确性，更多时候促进了分析理论的改进。我在本书中已尽量将患者信息改头换面，但若有患者仍能认出自己，希望他们经过治疗后有所改善，也请放心，患者的真实身份不会泄露。在此我对他们给予我的启示和支持表示衷心的感谢。

另一个群体是莱斯特郡沃恩大学 (Vaughan College) 的学生。他们常找我答疑解惑，渴望获得更多与治疗相关的资料，所以但凡我讲到分析理论的术语时，都会加以阐释。每一节课下来，教师反倒获益良多。除了学校发给我和同事 Alan Lilley 的教材，我还带领学生们学习了 Lowe 的《人格的成长》 (*Growth of Personality*) 和 Rayner 的《人的发展》 (*Human Development*)。这两本著作的影响在本书中随处可见。Eric Rayner 曾是我的治疗师，所以他的影响无疑比我意识到的还要深远。但 Lowe 对治疗情境缺乏说明，而 Rayner 的观点虽然发人深省，却常常过于简洁，所以他们对咨询的见解很容易受到忽略。我希望能够为咨询师们提供现成的参考资料汇编，相应的补充文献，以及培训时推荐的更加完整和详细的文章，借此帮助那些只顾当前情况的咨询师更好地理解分析理论。

过往与现在的亲朋好友对于我自身的成长也十分重要：家族的世世代代铸就了我，而现在的朋友们，尤其是 Denis Rice、Simon 和 Mary

Phipps, 对我的教学和写作都鼎力支持。他们让我对本书的主题理解得更加透彻, 愿他们能够共享书中的所有益处。

迈克尔·雅各布斯
1985年于英国莱斯特郡

目 录

第一章 往事的关联.....	1
----------------	---

第一部分 信任和依恋 / 27

第二章 信任和依恋：基础.....	29
第三章 信任和依恋：趋向矛盾心理.....	61
第四章 信任和依恋：在成年期与治疗中的表现.....	97

第二部分 权威和自主 / 119

第五章 权威和自主：内化的父母权威.....	121
第六章 权威和自主：控制的问题.....	151
第七章 权威和自主：在成年期与治疗中的表现.....	169

第三部分 合作和竞争 / 195

第八章 合作和竞争：性别、性和两性关系.....	197
第九章 合作与竞争：俄狄浦斯式结构.....	227
第十章 合作和竞争：相关问题.....	259

参考文献.....	291
-----------	-----