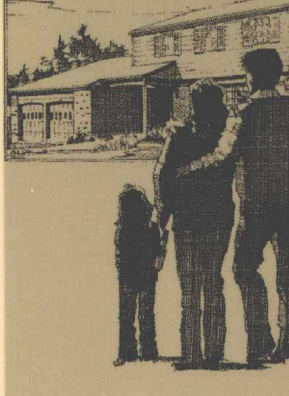


婚姻治療

Intimate
Strangers

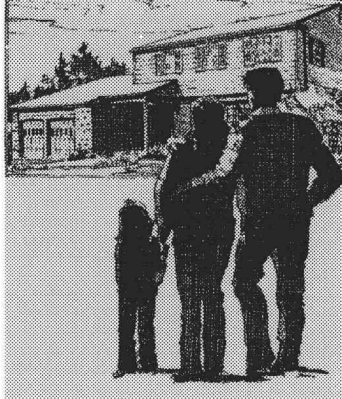
Lillian B. Rubin〔著〕
樊雪梅〔譯〕



婚姻治療

Intimate
Strangers

Lillian B. Rubin [著]
樊雪梅 [譯]



國家圖書館出版品預行編目資料

婚姻治療 / Lillian B. Rubin 原作；樊雪梅譯。

--初版。--臺北市：五南，1999 [民88]

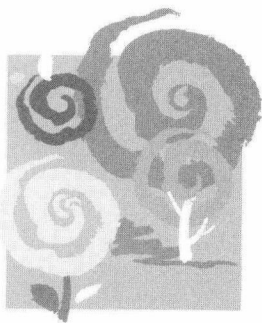
面：公分

ISBN 978-957-11-1751-5 (平裝)

1. 兩性關係 2. 性差異 3. 婚姻

544.7

88002289



1BF6

婚姻治療

原作者 — Lillian B. Rubin

譯者 — 樊雪梅

發行人 — 楊榮川

總編輯 — 龐君豪

主編 — 陳念祖

責任編輯 — 林玉卿 吳靜妮

封面設計 — 吳靜妮

出版者 — 五南圖書出版股份有限公司

地址：106台北市大安區和平東路二段339號4樓

電話：(02)2705-5066 傳真：(02)2706-6100

網址：<http://www.wunan.com.tw>

電子郵件：wunan@wunan.com.tw

劃撥帳號：01068953

戶名：五南圖書出版股份有限公司

台中市駐區辦公室/台中市區中山路6號

電話：(04)2223-0891 傳真：(04)2223-3549

高雄市駐區辦公室/高雄市新興區中山一路290號

電話：(07)2358-702 傳真：(07)2350-236

法律顧問 得力商務律師事務所 張澤平律師

出版日期 1999年3月初版一刷

2008年3月初版二刷

定價 新臺幣280元

※本書初版一刷之書名為《親密陌生人 - 婚姻治療》

※版權所有，欲利用本書全部或部分內容，必須徵求本公司同意※



Intimate Strangers

LILLIAN B. RUBIN

Intimate Strangers

Copyright ©1995 by Lillian B. Rubin

Chinese translation copyright ©1999 by Wu-Nan Book Company, Ltd.

Published by arrangement with Rhoda Weyr Agency

Copyright licensed by

CRIBB-WANG-CHEN, INC./BARDON-CHINESE MEDIA AGENCY

博達著作權代理有限公司

ALL RIGHTS RESERVED

導 讀

—愛的習題—

本書《親密陌生人》由臨床及訪談研究經驗，企圖回答：為何在最親密的關係中，總伴隨著愛恨交織的情緒；為何同枕數十年，卻也揮不去那股陌生的感覺；為何同床卻異夢，為何男人與女人在親密關係上的需求如此不同；為何性別角色的轉變如此不容易？作者羅賓由精神分析，社會心理學及女性心理學角度談早期的親子關係如何影響小孩「內化客體」的形成，及他／她與此內化客體愛恨交織的關係：小孩與此內化個體未解決的情感，又如何影響成人的親密關係。最後談及在成長過程中男孩與女孩心智運作的不同如何影響男人及女人在婚姻關係中對於親密關係、性、依賴、工作及養育小孩等課題上的心理掙扎。

作者由「客體關係」角度談幼兒心理發展過程中「內在小孩」的形成，她認為幼兒在生命早期所建立起的「內在客體」，是影響未來人際關係模式的最主要因素，而「內在客體」的形成則來自嬰兒對於外在事件或人物的內化過程。作者強調生命是一個建立依附關係，內化外在客體表徵，認同外在客體，並漸漸與所依附的對象分離，最後走向「個體化」的過程。安全依附的小孩（能將母親的影像內化），較能容忍「分離」的經驗，或說較不被分離所威脅，因而較能自信的離開母親，在尋求個體化的過程中也較不會有兩難的抉擇。

分離—個體化的概念來自 *Mahler*。*Mahler* 認為嬰兒出生時，處在「自閉期一到兩週」，此時的嬰兒只關心自己的生理需求及感官感覺，藉著母親身體的接觸，嬰兒把好的經驗記憶在皮膚上、肌肉裡。嬰兒三到四週時，稱為「共生期」，此時的嬰兒主體與客體不分，母親被視為嬰兒生命的延長，因此母親的消失使嬰兒有掌握不到的惶恐，足夠好的母愛使嬰兒的焦慮減低。嬰兒五到十四週時進到「分離—個體化」階段，此階段的嬰兒藉由觀察及適應環境的變化（「蛻化期」），練習操弄自己的身體、學習利用環境資源、並學習以「代替客體」，如吃毛毯，滿足自己（「練習期」）。一歲半到三歲的幼兒因開始學走路，可以任意從父母親身邊離開，而開始有了強烈的分離焦慮。他／她一方面興奮地離開母親去探索他／她所好奇的外在世界，同時又害怕自己對外在世界的好奇，會使他／她失去原來所依附的對象—母親（「再迴轉期—15/18 個月到兩歲」）。母親在幼兒回來尋求安慰時的臨在，使幼兒可以放心地繼續探索外在世界。若一切發展正常，三歲的幼兒即可帶著內化進去的母親影像或好的客體關係，放心大膽的探索他／她所好奇的世界及追求他／她所渴望的理想，亦即「客體恆存概念的建立」。客體恆存概念是否建立完整，與成人的親密關係品質息息相關。

因此作者認為嬰兒出生時處在一個與母親完全融合的狀態中，嬰兒出生後即是一連串的分離過程。（這說法與家庭系統理論有所出入，家庭系統理論認為人的成長是在一個分分合合—依賴與獨立的反覆過程中。）在親密關係中男女重新經驗早期「共生—分離個體化」過程的掙扎，因此成人在親密關係中所碰上的問題及掙扎都與早期的分離—個體化過程未完成有關。在婚姻生活或親密關係中，夫妻再次面臨強烈渴望依賴對象及渴望自主與獨立的兩難與抉擇。

作者由女性心理學角度談男孩與女孩在建立依附關係，及完成分離—個體化過程中的差異，及其對依賴、獨立、工作及愛方面的不同需求。作者以 *Mahler* 的理論為基礎，認為男孩與女孩所依附及認同的對象皆為母親，但是男孩在性別認同過程中，被迫離去他早期的依附對象，而去認同

他一直到現在都還有點陌生的父親，在此認同過程中，男孩必須壓抑對母親的情感，使他對母親的依附變成愛恨交織，不再信任她的愛，因而在他的主觀知覺中，有被女人遺棄到男人世界的感覺，這悲慘的認同過程使男孩的自我界限變得嚴謹而沒彈性，因此也較無法同理別人的感覺。女孩則因所認同的是所依附的母親，因此掙扎較小，自我界限也較有彈性，這特質也使女孩較容易同理別人或較有同情心。但女孩卻因不須與所依附的母親分離，使她的分離較不完全，也較不易面對分離的課題。因此男人因無法依附而追求獨立自主，他關心的是工作；女人則因無法分離而追求關係，她關心的是愛。

在此前提下作者解釋為何男人總無法瞭解女人的情緒需求，而認為女人無理取鬧；女人則因無法理解男人對感覺的陌生，而認為男人無法體諒。這根深蒂固的不同，使男女在愛與工作及撫育孩子上的角色轉換，變得令人絕望。作者認為父親在撫育孩子上的冷漠與疏離，與父親對新生兒（第三者）的忌妒有關，當小孩誕生時，父親因無法介入母親與嬰孩之間的融合關係，而突然發現自己不再是妻子的獨鍾，並因逐漸失去與妻子共處的時間及妻子對他的需求，而有了失落感，這失落感使父親不可避免地更想逃離到他的工作世界中。母親則因無法理解父親對撫育嬰兒的冷漠，而無法欣賞他在工作中的勞累及對家庭的經濟貢獻。

筆者在博士班一年級（1988年），修婚姻與家族治療時，第一次閱讀本書，當時被作者對於男女之間在情感需求上的細膩分析所深深吸引，並覺得作者以「親密陌生人」描述男女之間無法安置的複雜情緒，真是惟妙惟肖，也覺得女性心理學為弗洛伊德以降，對親密關係的解釋找到了一條新的出路。十一年後為了寫此導讀，重新閱讀本書，仍覺得它非常貼近人的基本經驗，也覺得是一本非常實用的參考書。只是筆者這幾年來在較深入研讀弗洛伊德和克萊恩學派的思想後，倒想提出弗洛伊德的幾個概念作為比較，讓讀者多一些思考的空間。

弗洛伊德在「哀悼與抑鬱」（1927）一文中，指出自我（Ego）是揚棄了早期所深情貫注的依附對象（通常指的是異性父母）的結果，因此當成

人無法放棄這深情貫注的客體時，則會以各種方式帶著客體度過一生，其中包括藉由人際關係、親密關係或婚姻關係，重新尋覓這未被放棄的客體，因此男女在親密對象的選擇，及其與親密對象的關係模式，與早期客體是否被哀悼息息相關。這種解釋法與 *Mahler* 及作者的說法有些相似之處，但卻不全然一致。首先作者談「內化客體」時，雖然也指出幼兒對於「內化客體」所賦予的意義，與外在客體或事件等同重要，如果不是更重要的話，但本書舉例中的「內化客體」比較指的是嬰兒對母親或主要照顧者的內化與認同(p.48)。而弗洛伊德及克萊恩學派則認為「內化客體」的形成來自是嬰兒的天生幻想及其與真實客體的互動關係，因此「內化客體」的內涵不一定決定於真實外在客體的特質。有些嬰兒雖然在足夠好的環境下成長，仍覺不足，有些嬰兒則較能包容缺陷的環境。因此更好說嬰兒對環境的詮釋及她所賦予的意義，比真實的外在客體或環境更重要。成人之所以無法放棄早期所依附的客體，與嬰兒的內在幻想內容及客體是否滿足嬰兒的內在幻想有關。

再者弗洛伊德和本書作者皆強調未能放棄早期所依附的客體，影響親密關係的模式。但是作者以「分化」未完成，無法走向個體化，解釋男女在親密關係中徘徊在依賴與獨立之間的掙扎，或無法與親密對象分離的現象。弗洛伊德則認為未放棄早期客體的結果，使客體的陰影罩在自我上。因此未被哀悼及放棄的早期客體，以各種方式留在成人的人際及親密關係中，包括各種病態的關係，如自戀型、歇斯底里型、憂鬱型及強迫型的人際關係，而不只未分化的問題。未放棄客體的男女一輩子帶著客體走，他／她在親密關係中尋找未被放棄的客體，或成為未被放棄的客體，或被未被放棄的客體所佔有。

第三，有關男孩與女孩的認同過程及其對男女在愛、工作及家庭生活中的異同，弗洛伊德有不同的看法。作者認為男孩的認同對象是父親，造成男孩對女性（母親）的不信任，而留在兩人的關係中。有了孩子的父親則由於無法介入母—嬰之間的融合關係，而使父親忌妒他的嬰兒，及他對三角關係的無法容忍。女孩則因為在認同母親的同時，也可以保有父親，

所以較能容忍三角的人際關係。弗洛伊德則認為男孩與女孩都想佔有自己的異性父母，因此男人與女人都有困難接受三角關係。如此道來，父親對撫育嬰兒的冷漠與疏離，及妻子無法欣賞丈夫對家庭的經濟貢獻，都與無法放棄自己對異性父母的幻想有關，按弗洛伊德的說法，只有在男女接受或允許自己的父母為配偶關係時，她／他們才能在親密關係中真正地愛對方。

林玉華

寫於英國·倫敦

感謝主人

誌謝

首先，我要感謝那些願意讓我進到他們生活裡的人們，謝謝他們與我分享他們在親密關係裡的希望、夢想、喜悅、失望。沒有他們，就沒有這本書。我深感自己欠他們太多，對於他們與我分享的生命故事，以及他們在生命中展現的精神，我致上最深的敬意，希望能回報他們所給我的於萬分之一。

我真是非常幸運，身邊多半是開朗、有靈性、有創意的人，這樣的運氣超過我所求所想。更幸運的是，這些心地良善的人願意幫助我，讓這本書更好。他們花了許多時間與我討論書中的內容，並在閱讀書中部分內容後，提出想法，在此，我要特別感謝：卡蘿·亞克森 (Karen Alelsson)、安妮·查密遜 (Ani Chamichian)、丹尼·俄倫沙夫 (Diane Ehrensaff)、彼得·芬克斯坦 (Peter Finkelstein)、蘇珊·葛利芬 (Susan Griffin)、阿利·赫其柴 (Arlie Hochschild)、桃樂絲·瓊斯 (Dorothy Jones)、泰利·古柏 (Terry Kupers)、裘絲·利奇 (Joyce Lipkis)、吉姆·路卡斯 (Jim Lucasa)、南西·倫格爾 (Nancy Ringler)、克特·斯卡辛格 (Kurt Schlesinger)、阿藍尼·斯古尼克 (Arlene Skolnick)、傑瑞·斯古尼克 (Jerry Skolnick)、古樂迪·塔布奇斯 (Gladys Topkis)、芭芭拉·瓦特曼 (Barbara Waterman)。

本書的編輯愛德華·柏林格 (Edward Burlingame) 在本書寫作過程中遇見困難時，扮演著很重要的角色。他很敏感，能及時抓住我尚未成型之意念，對我寫作此書有莫大的幫助。莎莉·庫利吉 (Sallie Coolidge) 和我一起

做最後的校閱，她的同理和幽默使得這部分的工作輕省許多。

我的經紀人蘿達·威爾 (*Rhoda Weyr*) 至始至終都是我的好朋友，也是我忠實的批判者。她對本書的貢獻是無庸置疑的。

蘇珊·卡普藍 (*Susan Romer Kaplan*) 在寫書之前協助我進行訪談，以她的聰慧和能力完成這部分艱鉅的任務。

至於過去五年來一直擔任我的研究助理的艾妮 (*Elanie Draper*)，我要致上特別的謝意。過去這些年來，我們一起合作許多計畫，她總是能迅速、確實、不發怨言地將我交付她的工作順利完成（我知道其中有一些是她很討厭的）。沒有她，我的工作勢必窒礙難行，因為她，我想完成的工作才能如此順利。

在此，我也要謝謝我的病人，因為他們是我不斷學習及啟發我靈感的來源。特別是參與星期一下午團體的男士和女士們（他／她們非常努力，而且成果非凡），他／她們幫助我澄清我在研究中及書中所欲探討的議題。當然，對於那些同意讓我在書中使用其生命故事的人們，我只有深深的謝意。

本書簡短討論的友誼議題，所引述的資料源自隸屬國家精神健康署 (*National Institute of Mental Health, MH 33624*) 的行為科學研究部所做為期三年的研究。

此外，我還要在這特別謝謝一些朋友和我的家人，他／她們在我心中各有其重要的地位，謝謝他／她們熱情參與本書的寫作過程。

多年來，我一直渴望有個像芭芭拉·亞特森 (*Barbara Arison*) 一樣的姊姊。她的優雅、幽默，特別是她建立深度親密關係上的能力簡直是上帝的恩賜。

金·查尼 (*Kim Chernin*) 驚人的聰慧和編輯能力展現在本書中的每一章節。她有種特異功能，可以激發我內在最好的部分，不管是在智性上或情緒上，為此，我十分感激。

多年前，麥克·羅吉 (*Michael Rogin*) 還是柏克萊的年輕教授時，就是我博士論文的審查委員，我在那兒完成我的研究論文。當時，對於他能不

費吹灰之力地瞭解另一個人的心思意念，並從內在（而非外在）給予回應，我總是非常讚嘆。那時，我好嫉妒他擁有這種能力，現在仍是。我們之間的持續的情誼一直有助於我日後所從事的工作，這份關係恐怕是幫助最大的。

我女兒，莫絲 (Marcy) 總是隨時準備好要閱讀我的手稿，與我對談，在我陷入低潮時安慰我，在我情緒高昂時分享我的喜悅。當我在寫作時，她與我保持一段距離，保護我免受打擾。她是所有做母親的都想擁有的女兒，是我智性上和情感上的伙伴。

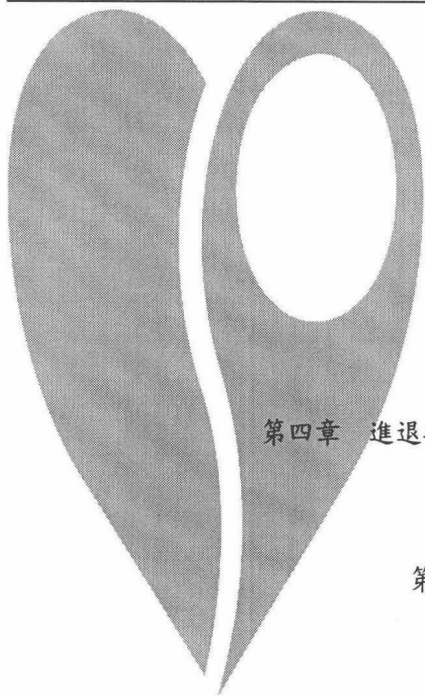
最後，要感謝的是我的丈夫，漢克。在寫作及修改此書的這些日子，他不只負責煮每一餐飯，而且閱讀我寫的每一個字——不只一遍。我們不停地討論書中所談的主題，不只是做抽象概念的討論，更是深入我們的生活，思考從我收集到的資料中，可以瞭解到什麼。這一番經歷使我們改變並成長；我們的關係更深了（在共同生活了二十年後）；而且我們對男女之間的親密關係更有希望。就某個角度來看，這本書是我的，同時也是他的。因此，我要將這書獻給他。

莉莉安·羅賓 (Lillian Rubin)

於加州 (El Cerrito, California)

一九八二年十月一日

目 錄



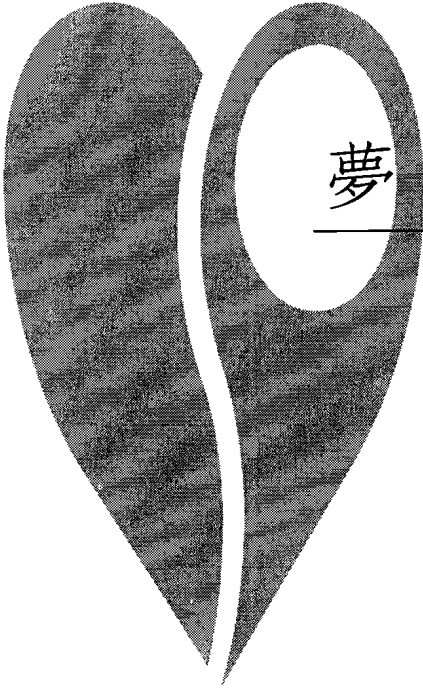
導 讀

誌 謝

第一章 夢已遠	1
第二章 新角色、新規則	15
第三章 內在小孩	39
第四章 進退之間——男人、女人與親密	63
第五章 性難題	95
第六章 重新界定依賴	117
第七章 愛、工作，與認同	153
第八章 共同養育下一代	179
第九章 正在改變中	201

1

夢已遠



「我愛你」——我們所渴求、希望、夢想的神奇字眼。「我愛你」——這句話就像是一個保證，保證你將不再孤單，生命終將完全。不久以前，我們聽到這三個字時，心裡想到的是永恒。曾經，這三個字代表著尋找的結束，代表著我們結了婚並永遠過著幸福快樂的日子。現在，我們卻不這麼肯定了。

誰知道永遠過著「幸福快樂」的日子是什麼樣子呢？我們知道的是，年幼時的夢想是那麼樣地單純。女人和男人有自己的位置——一個定義清楚、非常具體的角色和責任，讓每一個男／女人去實踐。她要照顧家裡，他則提供生活所需；她要教養孩子，他則支持她們。她以夫為貴，甚至未曾感覺到自己地位的卑微；透過丈夫和孩子們的成就，她滿足了自己對成就與支配的渴望。

看來似乎很公平——很少人質疑如此清楚地勞力劃分。最後，它成了再自然不過的事，它就是男人與女人的本性——他們對自己的期望、以及他們對彼此的期望。但現在，我們也不再那麼肯定了。

因著時間的考驗和世界的轉變，漸漸地，我們愈來愈清楚，很多時候，那舊有的夢想對大部分的人而言根本是不實際的夢。在這些角色定義的沉重負荷下，婚姻蹣跚而行；美夢變成了惡夢。大部分的女人都沒辦法欣然地放下自己和自己的需要，都至少會有一些隱藏的反叛——這些反叛出現的型式可能是憂鬱，可能是過份控制和要求，可能是嘮叨不休，或是某種可以挽回自己、挽回婚姻關係的方式。

男人也面對同樣的困境。要在真實生活中隨時當一個泰山崩於前而色不變、且不流露任何情感的英雄是非常困難的，而這樣的希冀本身就會帶來極大的情緒壓力。工作上的經濟報酬總是不夠，而大部分擁有一份工作的男人已經夠幸運了，但一份工作的所得是絕對無法滿足這種對男性責任的理想化看法的，這使得工作世界問題叢生——特別是當一個男人的成就必須負擔兩個人的夢想時，當他必須為她成功時，這些問題就更多了。

我們愈來愈明白自己做了一筆很爛的交易。我們也愈來愈看見不管是男人還是女人，都感覺到無助和憤怒——這樣的無助和憤怒經常如火般灼

傷對方。他也有他的反叛，與她一樣，這些反叛隱藏在一些行為之中，不易辨認，像是充滿敵意地退縮、攻訐、對妻子和兒女有完美的要求、逃進工作、電視、酒精中，有時候，甚至是逃進暴力中。

但是文化的觀念是非常有力量的，它不只塑造我們思考和行事的方式，也塑造我們存在的方式，塑造我們內在生命中意識和潛意識的存有形式。因此，改變總是那麼地緩慢，總是會遇到許多的抗拒，這些抗拒可能來自我們內在，也可能來自社會系統，正是此二者支持社會對男性和女性的要求。

但，不管是如何地顛簸躊躇，如何地不完全，改變仍舊來了。某一個年代的理想觀點，到了下一個世代，就成了不合時宜的裹腳布。舉個例來說，束縛整個維多利亞時代的女用緊身衣，到了下一個世代便成了過街的老鼠。而 1950 年代所風行的群聚結社卻成了 1960 年代年輕人反叛的對象。他們所攻擊的不只是卑污的戰爭，不只是「社會」這個抽象的名詞，而是家庭結構本身，以及當中所有的關係。團結是過時的；永遠是什麼？誰也不知道；自我的追尋才是當務之急，給人承諾乃不智之舉。談論代溝不只成了我們公開論說的一部分，也是一種個人的痛苦，像是父母和子女被變動的價值系統切割，不同的價值系統在他們之間開出一道巨大的鴻溝。

但是，改變通常超過意識的範圍，而且，對大部分的人來說，意識中的改變遠遠落在變動中的社會規範之後，有時候，甚至落在變動中的個人行為之後。真的，不管表面的改革多麼風起雲湧，古老的迷思仍舊在我們耳邊低語。在意識上排除，在潛意識中否認、逃避，但它們仍舊以一種永不退去的力量和堅持，叨叨地訴說著。結果，兩種互相矛盾的觀念系統糾結在我們心中——新的攀爬在舊的身上，爭奪著支配權，當新的行為擦去過時卻仍舊活躍的存在規則時，也同時創造了內在的衝突。因此，即使是開啓改變的孩子們也不會完全放棄永遠過著幸福快樂的夢想。只不過，他們設下了時間的限制。每一個新的關係都開始於對永恒的幻想——永恒的愛與無盡的快樂，當失望開始出現在關係中，他們便如釋負重地離開這份