

# 親密花園

完形取向伴侶治療理論與實務

Gordon Wheeler & Stephanie Backman 主編

何麗儀、陳雅英、王環莉 校閱

王環莉、張碧琴、張廣運、陳雅英、鄧光雯、謝曜任、龔寧馨 譯

On Intimate Ground:  
A Gestalt Approach to  
Working with Couples



*Gordon Wheeler & Stephanie Backman* Editors

Copyright©1994 by Gestalt Press

# 主編介紹

鄧光雯 譯

**Gordon Wheeler** 博士是一位在私人診所與治療學院提供諮商的心理學家。他是克里夫蘭完形學院（Gestalt Institute of Cleveland）的一名教師，並身為 Jossey-Bass, Inc. 出版的 GIC Press 的主編。他最近出版的書分別是：《對完形的再思：認識接觸與抗拒的新方法》（*Gestalt Reconsidered: A New Approach to Contact and Resistance*, 1991）與《集體沈默》（*The Collective Silence*, 1993），此書與 Cynthia Oudejans Harris 合譯自德文版。他目前忙於一本荷馬史詩〈伊里亞特〉《*Iliad*》中有關男性形象的書。

**Stephanie Backman** 擁有 MSSA，BCD 社工執照，在緬因州波特蘭與麻州威爾弗雷特（Wellfleet）有其私人診所。她是克里夫蘭完形學院的一名教師、AAMFT 認可的督導，和美國家庭治療學院（American Family Therapy Academy）的成員。



## 作者群介紹

鄧光雯 譯

**Hunter Beaumont** 博士是一位臨床心理學家，在德國慕尼黑有自己的私人診所。他在洛杉磯完形學院（Gestalt Institute of Los Angeles）受訓，1980年移民到德國之前，他也是該學院的訓練教師。他在德國廣泛地寫作，並發表有關從完形觀點來討論自我與性格失調等主題。

**Antra Kalnins Borofsky** 教育碩士是一位完形治療師、婚姻和家庭治療師。從事個人、伴侶和團體諮商，並在私人診所開業已有十九年之久。她與她的先生是波士頓完形學院（Boston Gestalt Institute）關係研究中心（Center for the Study of Relationship）的共同創始者與共同主持人。目前定居於麻州劍橋。

**Richard Borofsky** 教育博士是在麻州劍橋開業的臨床心理學家。過去二十三年中，其為波士頓完形學院的共同主持人，也在美國和歐洲教授完形治療。他和他的夫人是關係研究中心的共同創始者及共同主持人，亦是哈佛醫學院的教師。

**Barbro Curman** 是一位臨床兒童心理學家，其為北歐完形學院（Gestalt Academy of Scandanavia）的創始人之一，亦為該學院四年制治療師訓練課程的主任。她在瑞典有其私人診所，提供心理治療和組織諮詢服務。

**Mikael Curman** 原本接受經濟學家的訓練，並在瑞典企業機構中從事組織顧問工作多年。從1985年起，他也在其私人診所從事個人、伴侶及團體的心理治療。

**Fraelean Curtis** 為擁有 LICSW 以及 BCD 社工證照，並擁有十九年經驗的臨床工作者。她是麻州塞勒姆市 (Salem) 塞勒姆州立學院 (Salem State College School) 社會工作系的副客座講師，並在波士頓有私人診所，提供和同志案主工作之督導、諮詢和專業訓練等服務。

**Isabel Fredericson** 博士自 1968 年起從事與個人、夫妻、團體和小型機構的完形治療持續至今。亦曾在幾所大專院校任教，且為克里夫蘭完形學院的資深教師。她和她的丈夫 Joseph Handlon 均是聖塔巴巴拉完形訓練中心 (Santa Barbara Gestalt Training Center) 的共同創始人。

**Pamela Geib** 教育博士是哈佛醫學院精神病學及劍橋醫院 (Cambridge Hospital) 伴侶和家庭治療課程 (Couples and Family Therapy Program) 的講師。她在麻州的劍橋和牛頓地區開設私人診所，對伴侶和青少年諮商特別有興趣。

**Joseph H. Handlon** 博士是費爾丁學院 (Fielding Institute) 的榮譽退休課程主任及心理學課程的前主席。曾任教於普林斯頓大學 (Princeton University)、史丹佛 (Stanford) 大學醫學院和凱斯西儲 (Case Western Reserve) 大學醫學院。他和他的夫人 Isabel Fredericson 均為聖塔巴巴拉完形訓練中心的共同創始人。

**Cynthia Oudejans Harris** 醫學博士是克里夫蘭完形學院的創始人之一，並在該學院繼續擔任教職。她在治療精神疾病的私人診所中提供個人、伴侶和家庭諮商。其新近作品包括翻自德文版的《集體沈默：德國認同與羞愧的殘局》(The Collective Silence: German Identity and the Legacy of Shame，與 Gordon Wheeler 合譯)。

**Judith Hemming** 文學碩士擔任英國完形心理治療訓練學院 (Gestalt Psychotherapy Training Institute of Britain) 聯合教學工作及督導，亦為〈英國完形雜誌〉(British Gestalt Journal) 的副編輯。她有教育專業背景，並在倫敦和英國境外從事心理治療師、訓練師和諮詢工作。





**Marvin L. Kaplan** 博士在英國溫莎大學 (University of Windsor) 擔任臨床心理學教授多年，並在那裡教授完形團體與家族治療。他與 Netta Kaplan 在數個國家帶領強調經驗之自我整合 (self-organization of experience) 的訓練工作坊。Kaplan 廣泛地發表完形理論的論述，自 1990 年起，他們全家定居於以色列。

**Netta R. Kaplan** 博士在其以色列的私人診所使用經驗之自我整合方法，進行個人、伴侶、家庭和團體的諮商工作。除進行私人診所的諮商服務之外，Kaplan 博士亦致力於在以色列和愛爾蘭的訓練課程和諮詢工作。

**Robert Lee** 博士候選人是一位有執照的婚姻與家庭治療師，並在克里夫蘭完形學院接受完形訓練。其曾廣泛寫作有關羞愧的主題，目前正在編輯一本有關以完形方法應用於羞愧動力的書。他在麻州的劍橋和牛頓地區開設私人心理治療診所，特別著重於伴侶關係的治療。

**Joseph Melnick** 博士是一位在克里夫蘭完形學院接受完形訓練的臨床心理學家，曾在肯塔基大學 (University of Kentucky) 擔任心理學助理教授，目前在緬因州的波特蘭擁有提供心理治療和組織諮詢服務的私人診所。Melnick 博士曾以治療為主題廣泛發表文章，目前是〈國際完形評論〉 (*International Gestalt Review*) 的主編。他現著手於一本有關轉變過程的書。

**Sonia March Nevis** 博士任教於克里夫蘭完形學院已超過三十年，其為親密系統研究中心 (Center for the Study of Intimate Systems) 的主任，和學院專業訓練的前任主任。她在全世界各地教授完形模式，並在其心理治療私人診所致力於伴侶和家族諮商。她亦積極於資深治療師的督導工作。

**Patricia Papernow** 教育博士是一位全美認可的再婚家庭發展和過程方面的專家。她的最新著作《成為繼親家庭》 (*Becoming a Stepfamily*) (1993) 描述再婚夫妻和家庭的正常發展階段，由於她對

完形領域的卓越貢獻而獲頒尼維斯獎。她的著作經常在全國性出版物受到引用，她個人也經常在電視媒體就再婚家庭主題接受訪問。她在麻州的劍橋和牛頓地區擁有私人的心理治療診所。

**Stuart Simon** 為擁有 LICSW 及 BCD 社工執照的社工師〔在波士頓大學 (Boston University) 接受社會工作訓練〕，也完成克里夫蘭完形學院研究生密集訓練課程 (Intensive Postgraduate Training Program)。其在波士頓的私人診所特別著重於伴侶、團體諮商，及在兒童期有創傷經驗的成年倖存者之諮商工作。

**Allan Singer** 擁有 LICSW 及 BCD 的社工執照，在麻州波士頓私人診所執業心理治療師的工作。其在新英格蘭完形學院 (Gestalt Institute of New England) 和克里夫蘭完形學院接受完形訓練。他經常在各大專院校和臨床機構就男女同志、雙性戀的臨床議題進行演講。

**Joseph Zinker** 博士長期任教於克里夫蘭完形學院，亦曾擔任研究生課程教師的領導人，以及親密系統研究中心的成員。他於 1977 年出版的《完形治療的創造性過程》 (*Creative Process in Gestalt Therapy*) 被〈今日心理學期刊〉 (*Psychology Today*) 選為年度好書，此書直至今日仍是一本經典作品和暢銷著作。其最新著作為《追求圓融——完形取向的婚姻與家庭治療》 (*In Search of Good Form: Gestalt Therapy with Couples and Families*) (1994) (註：心理出版社已於 2006 年出版其譯作)。Zinker 博士是全球最著名的完形作家、教師和訓練者之一，他廣泛地在美國、加拿大、歐洲、南美洲和亞洲舉辦演講與工作坊。



## 校閱者介紹

### 何麗儀

學歷：國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士研究

經歷：國防大學政治作戰學院心理系講師

家扶中心、市立療養院心理科督導

完形取向輔導訓練講師

現職：耕心全人發展有限公司諮詢顧問

### 陳雅英（兼譯者）

學歷：國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士

經歷：中華溝通分析協會之 TA 專業訓練講師

現職：高雄縣鳳新高中輔導老師

中華溝通分析協會強制性親職教育、家暴認知輔導教育  
輔導教師

### 王環莉（兼譯者）

學歷：美國俄亥俄州州立大學社會工作學院碩士

經歷：台南縣市家暴急性侵害防治中心約聘心理諮商師

台南市婦女會婦女諮詢專線顧問

現職：南台科技大學通識中心講師暨諮商輔導組專任輔導老師



# 譯者介紹

(按筆畫順序排列)

## 張碧琴

學歷：國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所諮商組博士班

經歷：展望會、勵馨基金會、台北市社會局特約督導

現職：國立暨南國際大學社會政策暨社會工作系兼任講師  
台中市家扶基金會懷仁全人發展中心輔導員

## 張廣運

學歷：國立成功大學行為醫學研究所碩士

國立台灣師範大學教育與心理與輔導學系學士

現職：花蓮縣國風國民中學教師

## 鄧光雯

學歷：美國密西根大學都市計劃碩士

經歷：旅美百大企業公關客服部門

現職：美語教師及兼職翻譯

## 謝曜任

學歷：國立高雄師範大學諮商研究所博士

經歷：國立藝術大學講師及諮商中心督導

現職：台北市東門國小轉導教師

## 龔寧馨

學歷：美國喬治亞州立大學社區諮商碩士

經歷：桃園生命線、新竹德蘭兒童中心諮商員及督導

現職：心理劇訓練師



## 校閱者序

當你翻閱本書的當下，你想找到什麼嗎？書在架上「呼喚」著你，你是如何把這本書放到手中，此刻的你，眼睛又在瀏覽哪些內容呢？

這就是完形治療好玩的地方。它可以讓你感覺到「幾分」甚至「一秒鐘」的力量。只是那麼一個短短的剎那，我已做了選擇；從那上千萬個選擇中，我的需求已默默地組成了一個「場域」，以界限摒除其他的選擇，而形成了一個有所區別的場域。也許下一分鐘我的選擇又改變了，但有一個「商議」正在默默進行；一個需求攻佔了我的注意，成為我此刻關注的焦點。當我願意為我的選擇負起責任：覺察它、與它充分對話，我「完形」了、我「改變」了！我的需求滿足了！我的需求因而解構、重新建構。舊的焦點退形了！呵哈！原來如此！學完形透過自我覺察的訓練「我可以是自己生命的主人」也就隨手可得了！

那麼本書內容又是如何讓伴侶獲益呢？小芬的分享告訴你：

小芬去參觀好友新居落成，回來跟先生分享新屋的裝潢、通風是如何的理想；先生臉色卻是愈來愈凝重，最後站起來走開，臨走前冷冷丟了一句話：「你去嫁給她先生好了！」

小芬大可以老羞成怒的說：「莫名其妙！我只不過在分享，你幹嘛『對號入座！』」於是兩人不再答理對方，冷戰了三天！

透過完形伴侶治療的協助，兩人看到就小芬說話的當下，彼此的圖象是如此的不同，小芬的圖象是房子的漂亮裝潢……先生的圖象是：

你在嫌我沒能力買好房子（背景是：兩人最近才東湊西湊貸款買了一個沒裝潢的房子），你在嫌我不是個有能力的男人。兩人在協助下，經驗到彼此的一致性差異（對特定事物的想法、感覺），於是兩人不但不會因此累積了一個新的「未完成事件」，反而彼此對對方有了更深的理解與支持。

以上只是一個簡單的案例說明，本書還有更多豐富的理論、詳細的個案解說、不同的伴侶形式（再婚、同志伴侶）、親密與羞愧、抗拒等議題的專題討論、Freud、Kohut、Winnicott 與完形代表人物 Goodman 之理論比較等，都值得你細細去品味（各章簡介請看雅英的譯者序）。

我喜歡在生活及專業生涯中修鍊、推廣完形，不只因它是一種治療的「技術」，而是一種值得大家都認識的——既能助人助己，又具備「為自己出征」的禪趣的——生命藝術。

相信透過本書，你的親密關係及伴侶助人專業會有更深且不一樣的「看見」，所以我們決定排除萬難，讓它翻譯付梓。感謝心理出版社的支持，以及眾譯者百忙中的協助完成，今天很高興能與你一起分享它！也許這是我的「投射」，但我可以預見你讀後「呵哈」的表情呢！哈哈！祝你閱讀愉快！

何麗儀 謹筆  
2008 年秋天加州



校閱者序

## 譯者序

本書共分理論、應用與觀點三大部分。理論的部分（一至四章），對親密的特殊本質與種類、完形取向的伴侶工作、自我整合與對話，以及自我整合系統的概念，在完形與伴侶、家庭治療上的運用，以非常實用的方式，與完形的理論整合在一起。讀者閱讀這些部分時，可以一邊了解完形的核心概念（如形象、背景、接觸、自我與系統的有機運作），一邊將這些概念與伴侶工作做連結。尤其是對親密特殊本質的探討、對話理論的觀點，以及自我在關係系統中的渴望與喪失等看法，更提供了工作者檢視案主關係，以及檢視案主在關係中自我健康的狀態，一個可觀察的現象學觀點。完形學者的現象學描述方式，讓理論從個人經驗與當下發生的現象出發，使讀者讀來栩栩如生，具體可見。

應用的部分，是將完形關係取向運用於不同族群的論述。書中所提及的族群，有再婚與繼親家庭、同志伴侶、伴侶團體，以及早期受創與被虐的倖存者。

每篇文章都是雙軌進行的，一是與不同族群工作時所要注意的要點，一是完形關係理論如何運用於不同族群的方法。讀者閱讀之後，會有統整與滿足的充實感。

對已在相關實務上工作的專業人員而言，這些文章無疑是工作上的「葵花寶典」。即便讀者對完形理論並不熟悉，一樣可從這些實用的文章中獲益。

再婚與繼親的家庭型態，已是現今不容忽視的社會現象，書中



的第五章與第八章，將再婚與繼親家庭中的特殊心理動力，做了非常深刻的觀察，並提供工作者介入的方向與要點，即便是案主自己來閱讀，對於自己家庭的權力爭奪與情感爭寵的了解，也十分有幫助。而對男女同志伴侶的處遇，因伴侶屬性的差異，在親密關係上會呈現與異性戀伴侶不同的動力，工作者若不了解這些特殊動力，是不容易與他們工作且達治療效能的。兩篇文章在上述的面向上做了許多提醒與建議，非常值得專業工作者參考。

在完形伴侶團體的運用上，作者對伴侶工作的內容與議題，有相當實用的陳述與分享，最後並告訴讀者運用伴侶團體形式來工作的好處，這些訊息提供了想要以團體做伴侶工作，或已用團體在做伴侶工作的專業人員一個好的工作結構與專業檢視的框架。最後在早期受創與被虐待者的伴侶應用上，作者將治療者與案主會面臨的挑戰，描寫得十分深刻而動人；作者把早期受創與被虐待者的案主，與目前關係中受害者角色（有時並無真的虐待情事發生）作連結，一方面協助案主以溫和的方式重新看見受創經驗對他／她的影響，但也帶入伴侶對他／她目前困難的了解與同理；更重要的，協助案主將過去的加害人與目前的伴侶分化，使他／她能以更建設性的方式與目前的伴侶互動。

在觀點的部分，除了完形理論、伴侶關係，每章的作者還增添了其專長領域的觀點與實務經驗；令人訝異的是，這些觀點被統整得很好且能相互支援。透過這種整合不同專業領域的觀點，使得完形伴侶諮商的領域更為豐富而多元。

不論是羞愧理論的加入、親密與權力動態觀點的說明，或是檢視語言種類對架構經驗與關係的影響，以及引進「施受模式」來作為建構伴侶諮商與診斷的工具，這些觀念與模式都能讓專業工作者在完形伴侶諮商的基礎上，開拓出新的視野，並在閱讀中產生驚喜的快樂與統整的豐富感。而最後以美學觀點來看完形的伴侶諮商，更使完形治





療本質的哲學與美學層面，展現出內容的深刻與形式流動的美感。

讀者在閱讀時，可挑選任何你有興趣的部分，並由吸引你的章節讀起，因為三部分中的各個章節是獨立且能相互呼應的。這是一本「有份量」的好書，自己在翻譯與校對的過程雖覺辛苦繁複，但能將內容付梓，使本書的熱情和智慧與大家分享，內心還是感到十分充實與欣喜的。我自己在此書中獲益良多，願你亦如是。

陳雅英 於 2008.11.11.

# 前言

## 脈絡中的完形模式

鄧光雯 譯

對於那些只藉由 Perlsian 後期所舉辦的工作坊中的心理劇和空椅法，來認識完形模式的讀者而言，這本書將提供一個令人愉快且具有啟發性的驚喜。我們在這裡使用一個相當與眾不同的完形觀點，來取代過去面質（confrontation）、高度的個人主義（hyperindividualism），以及 Perlsian 特有的衝擊式（percussive）技巧。這個新觀點源自於 Kurt Lewin、Kurt Goldstein、Laura Perls、Fritz Perls（特別是其早期的工作）、Paul Goodman、Isadore From 等人，以及過去二十年的完形作家們，包括 Nevises、Polsters、Yontef、Zinker 等人。他們當中有很多人曾是我們的老師，使用各種不同的方法來強調接觸（contact）、脈絡（context）、對話、在關係中成長、現象學的（phenomenological）觀點；再以建構主義（constructivist）的角度，將「自我」視為「場域的組織者」（organizer of the field）與生活的藝術者。

因為這種方法是如此與眾不同，因此，值得我們花些時間來思考，究竟這個模式是什麼，它又是如何融入心理學與心理治療模式的脈絡裡。這裡的討論將是簡短的，畢竟心理學是一門科學，心理治療又是其中的一門學科，但其實務的歷史卻只有大約一百年而已——雖然它已長得足以提供一些觀點，但另一方面，仍然短到只允許寫一篇



主要趨勢的摘要罷了！

## 在其他模式脈絡中的完形模式

自從完形知覺（perceptual）模式創立以來，迄今已過了一整個世紀，模式徹底改變了我們對人類認知與經驗的了解。隨著時間的流逝，我們現在或許比早期的籌劃者更能了解行為、情感（affect）、認知（cognition）和意義（也就是經驗本身的組成元素）等觀點的意涵。其意涵所指為：

1. 我們知覺是整體的，並不像早期聯想主義者（associationist）和行為主義模式那樣，是以零碎的方式或加入個別的「刺激」來感知；我們會試圖去立刻分辨（resolve）整個場域，而對各部分的認識，則是對脈絡有所了解後才具有意義。
2. 我們所經驗的是對這個整體場域（whole-field）作分析；我們對任何事件（event）的經驗並不在於事件的本身，而是我們附加在此事件上的意義。無論各學派對心理治療的稱呼為何，它都必須涉入對這種**建構意義**（constructed meaning）的探索。
3. 這表示沒有一種看見（seeing）是不需經過詮釋（interpreting）的，也沒有一種知覺不包括感覺（feeling）和評估。經驗無法先於意義，兩者在此世界中採取了同樣的行動與過程才可能發生，這是當代大腦研究所產生的一個觀點。越來越多的研究顯示，整個腦部都參與了知覺和認知的組織，且是以情感（affect）作為感知與記憶的仲介（mediation）。
4. 我們的行為並不像古典的佛洛伊德學派和行為主義所認為的那樣，他們認為行為是內在構造的「驅力」（drives）和「增強的規劃」（schedules of reinforcement）下的簡單產物。胃口、驅力和

制約作用在不同時間可能全都是重要的，但是我們實際的行為卻是以我們的「地圖」(map) 或者整個場域，以我們自己的需要和目標所感知到的風險與資源所構成的整體脈絡，來進行調解和組織。

5. 從系統的觀點來看，也是很適用的。系統模式有時顯示出「系統的力量」、「自體平衡」(homeostasis) 等等，好像是真的 (real) 「事情」(things) 一樣，而不光只是模式 (pattern) 或者描述的符號。從完形觀點來看，系統的狀態 (condition) 是場域的一部分，但重要的是，由這個人主觀地對該系統的狀態所建構出來的理解是什麼，然後再從這個理解中去塑造及調節個人的反應方式。換句話說，我們對這「伴侶系統」的看法比不上這對伴侶雙方對他們自己的事情有那麼多的看法，而且他們的看法更需要被探索。
6. 這就表示我們不必就事件本身來行動或回應，而是以我們對事件模式的知覺及其「場域內」的意義，來引導我們去改變外在的狀況。如果你思考一下，我們就會被它所捆綁 (wired)，畢竟剛剛所發生的事件並沒有預測或生存的價值，而是我們認為接下來有什麼事情會發生，這是我們對場域產生理解的功能。
7. 這些模式和理解是有意義的主觀建構、假設 (assumptions) 和期待 (expectations)，可被一對伴侶、家庭或更廣的社會團體所分享和支持，或者也可能包含在一個人或伴侶／家庭成員和另一個人，或是一個團體和另一個團體之間的衝突中。對治療而言，不論任何學派，把這些預期帶到表面或「解構」(deconstruct) 是非常重要的，我們可能不會覺察它，直到開始談論它們為止。
8. 當我們與其他人打交道時，我們的行動和回應並不是基於他們的行為本身，而是基於我們對他人 (in them) 行為背後的動機和感覺之投射 (projective) 的了解。這種洞察力正是社會心理

