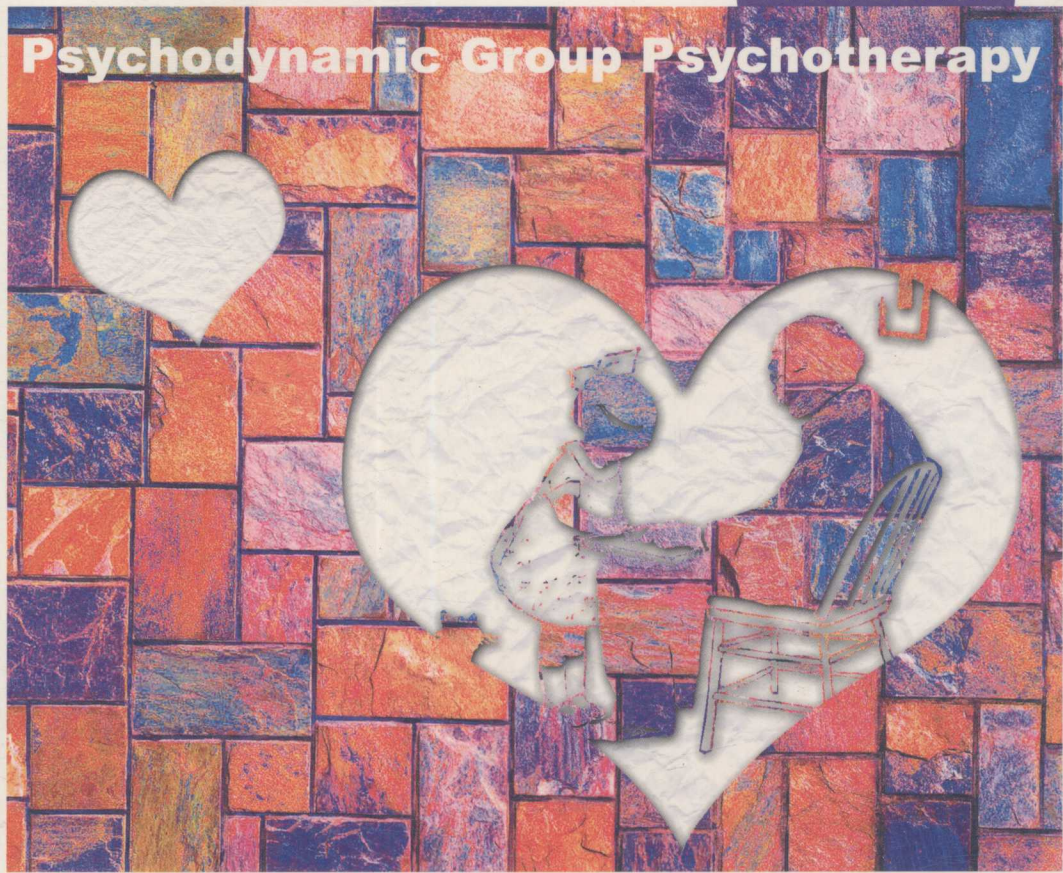


# 心理動力團體治療

Third Edition

Psychodynamic Group Psychotherapy



J. Scott Rutan Walter N. Stone • 著

唐子俊 唐慧芳 孫肇玢 • 合譯

# 心理動力團體治療

唐 子 俊

高雄醫學大學附設中和  
紀念醫院精神科主治醫師

唐 慧 芳

美國奧勒岡州立大學碩士

孫 肇 玠

美國德州大學奧斯汀校區公衛碩士

合 譯

五南圖書出版公司 印行

國家圖書館出版品預行編目資料

心理動力團體治療／唐子俊、唐慧芳、孫肇玠  
合譯. -- 一版. -- 臺北市：五南，  
2004 [民 93]

面；公分

參考書目：面

含索引

譯自：Psychodynamic Group Psychotherapy  
3rd ed.

ISBN 957-11-3621-2 (平裝)

1. 團體治療

178.8

93008752

## 心理動力團體治療

---

譯者 唐子俊 唐慧芳 孫肇玠  
編輯 蔣和平

---

出版者 五南圖書出版股份有限公司  
發行人 楊榮川

地址：台北市大安區 106  
和平東路二段 339 號 4 樓  
電話：02-27055066 (代表號)  
傳真：02-27066100  
劃撥：0106895-3  
網址：<http://www.wunan.com.tw>  
電子郵件：[wunan@wunan.com.tw](mailto:wunan@wunan.com.tw)

---

顧問 財團法人資訊工業策進會科技法律中心

---

版刷 2004 年 9 月一版一刷

---

定價 580 元

版權所有·請予尊重

## 令人驚喜的動力取向團體心理治療學派

### 《心理動力團體治療》一書導讀

1992年，應該是8月間吧！我和多位同仁一起遠渡重洋參加在加拿大東部大城——蒙特婁所舉辦的「第十一屆國際團體心理治療學會」年會，我特地在年會前報名參加了會前的訓練性經驗團體，當時我所選擇的帶領者就是本書的主要作者——J. Scott Rutan。事隔多年，我已不記得那兩天大部分所經歷到的團體經驗，也許有部分已經無意識地融入我個人的生命經驗中吧！只記得我還滿喜歡他帶領的方式，話不多但也不會少到沉默以對。突然間，我發現帶領者好幾次不預期地會對著我眨眼睛。起初我以為他的眼睛是不自主、無法控制的，後來以為是衝著我的，因為我是團體中十多位成員唯一的一位亞洲人。後來我又發現他也會對其他成員眨眼，甚至引發幾位女性成員的不舒服和質疑，可是帶領者卻依然故我，並未多做說明。這個經驗一直深深地留在我的腦海裡，甚至成了我至今幾乎唯一且最深刻的印象。當時我想那也許是一種邀約吧，希望我講講話、給他人回應；也或許是一種暗示吧，也許當時正進行某些我並不自覺的相關話題；也或許是一種隱喻、一個招呼，就像一個會心的微笑。實在有很多的空間去想像，或加以回應。很可惜我已經忘了當時團體中發生的情景，或相關的情境脈絡。

回到台灣後，我就買了他的這本書（第二版，1993）來看。

大約從1985年開始，在團體心理治療的領域裡，我一直是以亞隆（Irvin D. Yalom）的人際互動取向為主要依據，單方面的以他為個人的精神導師（見《生命的禮物》導讀，心靈工坊，2002）。1995年，我的工作重心移到台中，1996年尾，我開始在中國醫藥大學（當時還是學院）附設醫院精神科開設團體心理治療特別門診（之前的團體心

## 2 心理動力團體治療

理治療都是以住院病人為主）。這個團體每個梯次含 12 sessions，約每 3 個月輪番重開新的團體，以 on-going 方式進行門診病人的團體心理治療，一直持續進行到現在已經超過七個年頭了。參加成員超過一百多位，所進行的會次大約有 300 sessions 左右。在這麼長而密集的帶領經驗中，我逐漸感受到人際互動取向的不足，轉而尋求 Rutan 的精神（心理）動力取向帶領方式。這期間當然有許多難以言喻的掙扎、衝突與轉折，目前也仍在試圖整合容納中。

我記得有一年，前美國團體心理治療學會（AGPA）會長 Saul Tuttmann 在台北市立療養院帶領一個工作坊，我問他對亞隆的看法，他說他很喜歡亞隆，也跟他很熟，可惜的是他的團體不碰無意識。很簡單的一句話就點出其中的分野（Tuttmann 是精神分析取向中著重客體關係理論學派的）。在亞隆的經典名著《團體心理治療的理論與實務》（桂冠，2001；原著，1995）第四版中，一個很大的不同點就是增加對夢及幻想的重視及分析觀點，雖然只是短短數頁的篇幅。

這幾年來，我開始對精神（心理）動力取向的團體心理治療產生興趣，不只是因為我在醫學生時代即對精神分析思潮充滿好奇和憧憬。選擇精神科作為我的生涯志向後，在住院醫師時代我就對心理治療充滿興趣與期待，從事團體心理治療、家庭夫妻治療以及個別治療，一直是我自己對身為精神科醫師的高度期許。但在理論取向及接受實務訓練方面，卻時而遭遇困頓，常常只能自行從中摸索，偶而有三、兩位同道可以交換心得、互相切磋。在中國附醫帶領團體心理治療這七年多期間，大概有兩、三年之久，李清發醫師一直是團體的觀察者、討論者和評論者，還有科內共同參與的其他同仁（包括：住院醫師、社工員、心理師、護士，以及專為團體心理治療來實習的研究生），中間有一年多甚至是從下午一點半直到晚上十點半（因為有兩個團體接續進行）才休兵。這期間，我的學習和收獲是難以估計的，但最大的體會卻可概括為：個人（包括身為治療師或帶領者）本身所產生的內在精神動力變化、與團體成員（及同仁）間互動所產生的動力變化，

以及團體為一整體（group as a whole）在團體發展過程中所產生的動力變化，這三個層面對治療師、成員以及觀察者所造成的影響。

我開始好好看這本書，因為它所講的正與我所體會的不謀而合。這中間我翻譯它，拿它來和團隊同仁們一起閱讀、一同印證。我發現我對團體，不，應該說對人，有了更多的了解，在對人的工作中，我更為投入，更感受到它的神奇奧妙。我以為 Rutan 用精神動力來稱呼其取向是太謙虛了，一般人可能會習慣地誤以為是講個別（individual）精神動力，其實他把客體關係理論、人際學習理論以及一般系統理論都放到他的架構上，只要看本書的第二章及第九章就可充分掌握其理論的精髓。

我開始把個別治療、夫妻治療及家庭治療，拿來和團體治療相互印證、互補或輝映。這完全和我所接受的訓練背道而馳，至少我絕少聽聞有人是這樣子在看待或這樣子在做所謂的心理治療。但我樂在其中，也從我的案主身上發現其意義和價值。在本書第十一章中，作者也花了不少篇幅探討團體心理治療和個別治療的聯合使用（conjoint）或併用（combined）問題，這讓我心有戚戚焉。

2001年，本書有了第三版，我馬上買來比對，發現作者又有了更成熟的見解，這書更讓我喜愛。我決定要把它翻譯出來，但繁忙的醫務及行政工作，讓我不得喘息。2002年，我決定在工作上換個跑道，不要把自己困住。2003年，我繼續翻譯，也常拿到我的治療團隊中和大家討論、共享。當我翻譯了大約 2/3 時，出版商告訴我五南圖書出版公司早已拿到版權，甚至唐子俊醫師都已譯完準備出版了。我又驚又喜，驚的是有人早就對這本書情有獨鍾、出手比我快；喜的是馬上就可以看到中譯本了，這不也是我的期望嗎？——讓更多的人來認識團體心理治療領域中，有這麼一個令人心動的學派。出版社的編輯輾轉得知我與本書的這份因緣，要我寫篇導讀，就這樣成就了本文。

翻譯的工作，其實是相當令人費神的。尤其是有關心理治療，特別是精神分析取向的書。如前所述，本書融合了個別精神動力理論、

#### 4 心理動力團體治療

人際學習或客體關係理論及一般系統理論等精髓，其難度不言可喻。還好作者的文筆明晰、舉例翔實，譯者唐子俊醫師是精神醫學界新興的翻譯生力軍，就筆者所知之前有《自我傷害的評估與治療》及《失序的人格》兩本，都是五南版本，譯文翔實可信、譯筆流暢優美。本書仍維持一定水平，頗值得有志學習精神動力學派團體心理治療的所有專業人士及一般人員用心參考。

陳登義

台中仁愛之家附設靜和醫院 院長／資深精神專科醫師

中華團體心理治療學會 常務理事／創會會員

台灣心理治療學會 理事／創會會員

2003年12月

## 翻 譯 序

團體心理治療是我從大學以來相當有興趣的部分，常常在不同年齡層、不同的主題、不同的地點來帶領各種不同的個案。也嘗試過讓個案同時參加個別心理治療，同時進行團體心理治療。也曾經自己同時擔任個案各別和團體心理治療的治療師，都如同本書上面可以有相當多的動力加以分析和參考。尤其在主治醫師的工作中，有機會可以同時將三位以上的人格違常個案，趁他們住院期間順利的讓他們從團體心理治療當中獲益，並且能夠持續接受個別的藥物和心理治療。團體有許多神奇的魔力和治療效果，當你看到個別心理治療當中十分沒有效能、無力的個案，在團體當中卻也能夠適當的展現出利他的行為，更會覺得沒有採取團體治療的模式會是相當的遺憾和可惜。

之所以找出這本書，正好因為科內的團體心理治療風氣逐漸形成，大家想要學習團體卻覺得沒有足夠深度的書可以加以參考。很高興 Yalom 的著作已經有了新版並且有中文的版本，相信可以更促成團體心理治療的本土化。

本書內文一開始就帶出了現今社會當中的團體、團體的歷史、理論以及操作。讓我們知道從前的團體是怎麼形成的、如何修正並且發展到今天如此多元化的團體心理治療。再則，則是介紹我們相當熟悉的團體治療因子，本書會採取一種全面而廣泛的角色，提醒治療師靈活運用這些治療因子。再來繼續提到了所謂改變的歷程和機轉，並且舉例讓大家知道，究竟團體是經由哪些影響和運作來改變一個人，絕對不是只有經由設計過的活動才能夠觀察和改變團體。在第六、第七、第八、第九以及第十章，提到了如何形成一個團體、選擇病患、準備病患、如何開始帶領團體。這些部分雖然其他同類的書籍也有提到，但是心理動力團體是一種比較長期的、深入一個人內在動力的、觀察的基本假設如何影響當下的團體互動的，篩選的成員和運作則需要更完整以及更成熟的操作，並且提供了如何觀察及操作團體的各個軸向，



## 2 心理動力團體治療

又舉出相當重要的例子來讓讀者參考，讓我們在觀察團體的時候，不會只觀察某一個成員的表面互動。再來第十一和十二章討論到如何帶領團體、特殊的議題、以及團體當中挑起的情感如何分析及處理，相信心理動力團體所處理的方式，和以行動為主的完形和心理劇有相當大的差別，而且澄清了許多被誤解的概念。最後並且呈現了一個完整的治療歷程。

到了第十四章，可以看到在精神科病房裡面，即使個別處理都相當棘手的人格違常的個案，如何在團體當中協助他們。其中有相當多深刻的理論包括了自體心理學、客體關係等等，這些部分則需要參考其他專書之後，再來看這一章才會比較清楚、才能更完整的了解其中所提的概念。第十五章則是提到了新的修正，就是利用限定時間以及短期的方式，而帶領的大方向和焦點應該要如何調適，這個部分則可以參考短期動力性心理治療的相關文章，就會更容易進入本章的概念。

最後，談到團體的結束，本書當中提到團體結束時的許多議題，和前面心理動力的核心概念連成一氣，加入了客體關係心理治療的概念之後，更加能夠清楚的了解失落、分離焦慮等的議題，其實是無法被忽略，而且是理所當然的種種現象。

在高雄醫學大學精神科將要大力推展團體心理治療的前夕，能夠將這本書翻譯完成並且交付印刷，的確令人感到十分興奮。團體最吸引人的部分則在於一起工作的夥伴，不會像個別心理治療那樣的孤獨。更重要的，必須要在督導的情境下，才能時時刻刻注意到相關的要點，再加上治療的聯盟關係，如此能夠順利的將團體的效果對成員產生正向的影響。

唐子俊 醫師

翻譯及校閱者

高雄醫學大學附設中和紀念醫院

精神科主治醫師

心理治療督導

2003年10月8日

## 關於作者

**J. Scott Rutan, PhD**，在美國團體心理治療協會曾任會長以及傑出的工作人員。他創立了麻省總醫院的團體心理治療中心，而且是波士頓心理治療學院的創始之父。

**Walter N. Stone, MD**，是辛西那提大學醫學院精神科教授。他擔任過美國團體心理治療協會的會長以及傑出的工作人員，現在是國際團體心理治療協會的考試委員。他對於團體心理治療的興趣相當的廣泛，包括將自體心理學和動力治療用來處理慢性精神疾病的個案。他發表過五十篇以上的文獻和書籍的章節，主要是討論團體心理治療的訓練和動力，其中包括了《慢性精神疾病個案的團體心理治療》一書（*Group Psychotherapy for People with Chronic Mental Illness*）。

## 致 謝

寫書就像是團體一樣，需要團隊合作。我們深深的感謝許多的朋友和同事，無私的努力投入撰寫這本書，讓這本書精益求精。Anne Alonso, Earl Hopper, Robert Kunkel, Cecil Rice，以及 Steven Saeks 開放撰寫有關與社會文化背景的相關內容。尤其是第十三章當中所提到的團體成員，他們也是慷慨的願意將團體的歷程，經由逐字稿的轉換方式來讓我們學習，而且同意出版，需要特別致謝。

當然我們的家人 Jane 以及 Esther，需要忍受我們花許多時間在電腦上，重新來改寫這本書。我們永遠感謝他們的鼓勵、容忍、以及能夠具備良好的幽默感來度過這段辛苦的時間。

## 原作者序

What a piece of work is a man! How noble in reason! how infinite  
in faculties! in form and moving how express and admirable! in action  
how like an angel! in apprehension how like a god! the beauty of the world!  
the paragon of animals!

——威廉莎士比亞·哈姆雷特

當這本書在 1984 年出版之後，今天的保險制度、心理治療和團體治療，已經有了許多的改變和進展。當初團體心理治療逐漸興起，而且在心理治療的領域當中逐漸被接受，當時心理動力的理論盛行，長期的心理治療是一種標準和習慣。今天，尤其在美國，那些習慣將某一個症狀當成是單一的精神病理，而且希望能找到特定的治療模式的人，應該要特別注意。雖然 Luborsky (1985) 提出的文獻發現了和個案形成治療關係是預測良好治療結果的最重要指標，事實上團體心理治療已經越來越不依賴關係來達到治療效果了。同樣的原理也是使用在精神分析和精神藥物學上。

團體心理治療，是更加完整的使用關係的影響力，在這個時代擁有了特定的優勢。再則，心理動力的理論，由於特別重視觀察症狀底下的內容，對於我們傾向於將症狀的解除當作是治療唯一目標的文化中，無異是一種制衡的力量。

雖然經由許多的批判和攻擊，心理動力的理論仍然不失其吸引力。在美國心理治療協會大約有 4,000 以上的成員，仍然附屬在心理動力理論之下（包括了精神分析和團體）。另一方面，心理衛生領域的學生，對於心理動力的理論已經不像從前那樣具備扎實的基礎。Alan Stone 最近說：

我們從哈佛大學課程的分類來看，那些有提到佛洛伊德和

## 2 心理動力團體治療

精神分析的字眼，列出來只有四十個，而且還不包括我自己開的兩門課。所有的課都是在人文學院，尤其大部分都是文學的課程，沒有一門課是在心理學系，甚至在醫學院開這樣的課程。  
(1999, p. 36)

在這一版當中，我們嘗試著描述，在今天的時空背景下，應該要如何使用動力性團體治療的影響力。我們也將參考的文獻加入最新的訊息，並且加入了許多新的理論，再加上許多新的臨床案例。這本書當中還加入一個新的章節，也就是限定時間的心理動力團體（第十五章），並且提供了一個完整的臨床案例（第十三章）。在後面這個章節，兩位作者對於臨床的案例都提供了許多想法，希望讓這個案例能夠更加的鮮活起來。

## 目 錄

CHAPTER 1	現代社會的團體 .....	1
CHAPTER 2	小型團體的理論以及操作：歷史和演進 .....	13
CHAPTER 3	團體動力和團體發展 .....	43
CHAPTER 4	團體治療的治療因子 .....	79
CHAPTER 5	改變的機轉和歷程 .....	101
CHAPTER 6	以系統取向形成團體 .....	137
CHAPTER 7	個案的選擇 .....	161
CHAPTER 8	團體成員的準備和團體協議 .....	183
CHAPTER 9	團體治療師的角色 .....	205
CHAPTER 10	團體的開始 .....	231
CHAPTER 11	特殊的團體帶領議題 .....	257
CHAPTER 12	團體治療中情感的表達 .....	305
CHAPTER 13	治療性歷程：一個臨床案例 .....	341
CHAPTER 14	難帶的團體以及難纏的成員 .....	373
CHAPTER 15	限定時間的心理動力團體 .....	413
CHAPTER 16	團體心理治療的終止／結束 .....	433
	參考文獻 .....	465
	索引 .....	489

# Chapter 1

---

## 現代社會的團體

如果沒有社會按照我們期待的去運作，個人的  
生活是沒有辦法單獨運作的。

——CHARLES HORTON COOLEY, *Life and the Student*





人類一開始就是團體取向的。我們從小團體開始，從我們的家庭、我們的生活、工作以及在不同團體間活動和玩樂。甚至如果想要知道我們的個性，都可以根據我們和不同團體互動的經驗，來預測我們的個性究竟是如何；如果想要修改我們自己的個性和行為，也受到我們所處的團體相當大的影響。就如同蘇利文（Harry Stack Sullivan, 1953）所說的，是人使人們生病，也是人使這些人的病好起來。

這本書從 1984 年問世以來，已經有了許多的改變，但是現代社會讓團體仍然顯得十分重要的這種特質，經歷了這麼多年之後仍然是沒有改變的。現在的社會已經失去了許多建立並且維持親密關係的重要能力。已經有這樣的傾向，就是如果有衝突的話，不是去解決衝突，而是傾向去換伴侶。

## 文化和精神疾病

現代的臨床工作者所遭遇的精神病理問題，和當時佛洛伊德以及和他的同僚所遭遇到的問題不太相同。佛洛伊德（Freud, 1914）分析，在佛洛伊德當時所居住的社會當中，也呈現了一些精神病理。他對於這些現象的研究，革命性的找到了人格是如何形成的，以及各種複雜人格構造。佛洛伊德最感到興奮的精神病理就是歇斯底里，這個疾病變成是他研究個人的心理動力主要的焦點以及窗口。

在現代，傳統的歇斯底里這個疾病，已經不是主要的社會病理了。Masterson（1976）認為，今天的個案通常不會是因為「特殊的症狀，例如強迫的症狀或者畏懼的症狀而來尋求協助」，「反而他們的抱怨越來越模糊，而且是對於現在的生活越來越不滿意，而來尋求協助」（pp. 10-11）。所以現代心理動力的思考就應該要拿來研究人格疾患，尤其是自戀及邊緣人格的狀態。精神病理最容易呈現的地方，也就是人際關係的品質和衝突。然而，由於美國保險制度的管理式照護，臨床治療師通常會試著讓個案能夠有某些特殊的症狀，而且能夠符合特定的診斷，這樣他們才能夠提供特定的保險可以給付的治療方式。事