

客體關係治療

--關係的運用

Object Relations Therapy
--Using the Relationship

Sheldon Cashdan 著
林秀慧 · 林明雄 譯



心理出版社

客體關係治療

——關係的運用

林秀慧·林明雄 譯



客體關係治療：關係的運用

原 作 者：Sheldon Cashdan

譯 者：林秀慧・林明雄

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

印 刷 者：翔勝印刷有限公司

初版一刷：2001 年 5 月

初版二刷：2002 年 11 月

本書獲有原出版者全球繁體中文版出版發行獨家授權，請勿翻印

Copyright©2001 by Psychological Publishing Company

定價：新台幣 320 元

■ 有著作權・翻印必究 ■

ISBN 957-702-439-4



Object Relations Therapy

USING THE RELATIONSHIP

Sheldon Cashdan, PhD

University of Massachusetts

copyright© 1988 by Sheldon Cashdan

W. W. Norton & Company • New York • London

謹以此書紀念 *Dora* 與 *Joseph*，
我的父母，我生命最初的客體

*本書邊碼之頁數為原文書頁數。索引之頁數為本書邊碼之原文書頁數。

作者簡介

Sheldon Cashdan 博士為麻薩諸塞州大學（Amherst 學區）心理學教授。著有《互動心理學》（*Interactional Psychotherapy*）和《變態心理學》（*Abnormal Psychology*）等書。

譯者簡介

林秀慧

台灣大學外文系畢業

東海大學社會工作研究所畢業

社會工作師

林明雄

精神科專科醫師

宏慈療養院主治醫師

致謝

ix 雖然本書處理的是心理治療與客體關係，但它也是一本有關內化以及重要他人如何併入自體的書。在我的例子中，這些「重要他人」包括了我的老師與督導們。在此難以將他們一一列名，但仍然有幾位的貢獻是我一定要在此提出並致謝的。舉例來說，Hans Strupp 先生教我心理治療是一有系統的過程，以及在治療師一個案關係的複雜狀態之下是有次序的。Bob Carson 先生教我敏感於人際互動的微妙差異，以及這些差異在了解改變之本質上的潛力。我猜想其他的影響係透過發生於督導中的鼓勵話語或者是明確稱讚傳達的。不論它們是怎麼發生的，它們的影響已經併入那引導我大部分臨床工作的「內在督導」裡。

我也要感謝我的個案們。在此我必須隱去他們的名字，但每一位都有助於我所擁有的技巧與臨床才智。我特別要感謝那些在我早期之臨床工作中的個案們，因為我想他們之中許多人給我的幫助勝過於我給他們的協助。但是我感謝他們每一位。他們是我的一部分，雖然他們可能不知道，但他們都大大地有助於我成爲一位治療師。

我的家人也在許多方面貢獻於本書。我的兩個孩子 David 和 Jessica 忍受我的小毛病、急躁脾氣，以及我未能給與他們更多時間相處。因著這些理由，他們分享了這本書的一些光榮。

x 我也想要謝謝 Steve Kraft 先生協助讀手稿，並提供了有價值的建議。

我的妻子 Eva 一直是持續支持與鼓勵我的來源。不知有多少次她停下手邊的工作，來與我充分討論，幫助我獲致一些概念上的觀點，並且詳細檢查我的寫作方式與連貫性。她在我的寫作事業中是位「隱藏的夥伴」，而我所表達的感謝遠不及於她所助於我的千萬分之一。

最後，我想要對本書的編輯 Susan Barrows 女士表達謝意與讚賞，她對本書的誕生有很大的貢獻。在整個出書計畫中，我對她的心理學知識，以及她幫助我清楚且有力地說出我想要說的這種能力，印象深刻。她是一位努力工作且敏銳的人，與她一起工作是一件愉快的事。

作者序

xi 客體關係治療在當代的臨床工作中已快速成為主要觀點之一。它的影響範圍從對邊緣型個案的治療，到為了解兒童的早期發展提供了新的方法。在參加現今的臨床會議時，幾乎都已經可以見到有關分裂、投射性認同，或者是對反轉移關係之運用的文章或報告。整個臨床氣氛在改變，而客體關係理論正引導著前路。

一個有關此發展的有趣問題是，為什麼現在會發生這種情形？梅蘭妮·克萊茵遠自一九三〇年代起，便開始撰寫有關客體關係的文章。一個可能的解釋是客體關係理論在了解「當代的」精神病困擾上格外有用。對歇斯底里轉化與解離之興趣，在過去幾年中已被對自戀困擾與邊緣型狀態的興趣所取代。另外，也可能是因為如溫尼科特、費爾貝恩以及寇哈特等有影響力的作者協助了將理論更協調一致地帶進臨床的主流思潮中。

一個更意義深遠的解釋是客體關係理論反映出我們看待人類之方式的更深刻改變。在客體關係理論中，心智與組成其成分的精神結構被認為是人際互動、而非生物學上衍生出來之緊張的演化結果。人類的動機與其說是由為求張力的降低所引起，倒不如說是由想要建立並維持關係的需求所刺激。換言之，就是對於人際接觸的需求，構成了客體關係觀點裡的原發動機。

xii 如果這對治療的實務有任何意涵的話，那麼會是什麼呢？是否有一種獨特的心理治療與客體關係理論有關呢？客體關係

模式是否建議了治療工作上的不同方法呢？直到最近，這些問題的答案才被鎖進精神分析的門後。不論客體關係理論對治療的衝擊是什麼，這衝擊大都被局限在改變傳統精神分析的技巧裡。

本書描述了一種極強調治療師一個案關係的治療模式。治療並未聚焦於轉移關係、防衛機轉與洞見，反倒是聚焦於「治療室之內的關係」如何被運用來治療個案的病理。治療的最終目標是運用治療師一個案關係來充當朝向更健康之客體關係的踏腳石，以及促進個案自體感的正向改變。

本書的第一部描述客體關係模式的理論基礎。第一章提出了在這個領域裡一些重要著作的概要。以梅蘭妮·克萊茵的作品做為開始，本章回顧了馬勒、肯柏格以及其他當代客體關係學者的貢獻。本章的目的是去界定在客體關係思想中既有的某些基本主題，並且去思考它們大概會如何來為治療的理論形成概念上的架構。

第二章檢視了客體關係的發展起源，並特別聚焦於「分裂」。本章以嬰兒的第一個客體關係——母與子的關係——做為開始，並且描述了構成這關係的互動在正常與不正常的發展中如何扮演其重要的角色。本章按馬勒的著作與最近對嬰兒—母親關係之本質的研究發現，透過不同之自體—客體經驗來追蹤發展中的兒童，並且顯示出這些經驗對成人認同的影響方式。

第三章描述了人際關係之精神病理學在透過「投射性認同」表達出來時的不同形式。在個案的資料裡描述出許多這類的認同，其中亦包括每一種認同在人際關係裡的意涵。對不同之投射性認同與構成這些認同之溝通的辨識提供了一個基礎，可藉以了解個案行為方式的原因，以及引發個案改變所需的干預。

本書的第二部主要在描述客體關係治療的過程。從第四章到第七章勾勒出治療過程的四個階段，以允諾參與為開始，繼而透過投射性認同、面質到結案。每一章皆包含了相對上有所不同的干預，其目的是為了要帶出治療之順利完成所需的改變。

在這幾章裡的一個重要焦點是運用反轉移關係於客體關係的工作中，以及這與其他治療之所以有所不同的方式。案例研究與臨床案例可用來說明治療師對治療當刻所發生之事的個人反應，以使用來推進治療過程。整個過程描述了個案的病理如何出現在關係中，以及治療師如何運用反轉移關係來處理個案的病理。

在第二部中的一個基本主題是，心理治療遵循著一個有次序的進行過程，而且能夠藉著與各階段有關的干預而被有意義地描述出來。其假設是：大部分與治療技巧有關的問題，當由特定階段的情境脈絡中來看時，則其說明會更令人滿意。這並不意味著客體關係治療是以環環相扣的方式實施。仍有許多革新與即興創作的空間。但為了要使一個治療系統有效，就必須包含相對較不變的「實施原則」，好讓治療師可遵循並倚靠。

除了客體關係治療中較技巧的部分以外，治療師還需要去考慮影響其工作的個人因素。因此，本書的第三部檢視了與客體關係工作有關的個人因素議題。對治療師而言，成為個案之投射性認同的目標是什麼意思？治療師如何區辨與治療有關的反轉移關係反應，以及與治療無關的反轉移關係反應？第八章試圖回答某些這類的問題。

第九章擴展了第八章中的個人議題之強調，去考慮治療師的工作接軌到治療室外之興趣的方式，在最後一章中，我們檢

視了文學與電影上的資料，在某些情況下，如何能夠豐富客體關係治療師的工作模式。

《客體關係治療》的整體目標，是提供讀者一種將客體關係概念以有效之心理治療的形式來表現的方式。所出現的治療是一種大部分聚焦於治療關係的治療。與其說客體關係視關係為一種催化精神內在改變的方式，不論是洞見、情緒宣洩，或者是自我實現，倒不如說客體關係視關係**本身**為治療的焦點。就是「關係」在治療內與治療外均占了中心位置，這形成了客體關係治療的楔石。

譯者序一

兩年多前林醫師向我推介這本書。我在讀第一章理論概要時，便決定將它翻譯成中文。一來是爲了自己再閱讀時的方便，二來我想這對客體關係理論的初學者來說，是一本淺顯易懂的入門書。而由於我已有與林醫師共同翻譯書籍的經驗，因此便邀他再次合作將此書完成，只是當時沒想到真的可以付印成書。本書的初稿由我翻譯，而林醫師以其專業能力與經驗，詳細核對中英文，再做部分修正。最後再由我定稿。

在本書的第一部：理論部分，我個人覺得很受用，因爲提供了我部分的知識，而又同時引發了我更進一步的求知念頭。在第一章裡介紹了五位與客體關係有關的重要人物，雖然介紹的篇幅不長，但初次接觸客體關係理論的讀者，可能也會和我一樣，覺得這樣的整理與介紹頗爲重要。第二章有關分裂的四階段與個體發展的關係，對於個體內在分裂的階段發展有了清楚的介紹。而作者在第二章最後所列之圖三便可說是一重要的整理，讓讀者可以在讀完全章後對分裂這概念有一系統的認識和記憶方式。再者，其中所提到之個案羅伊的故事及他與治療師之間的互動是頗令人感動的。

在讀到第三章所提及之四種投射性認同時，我很驚訝也很佩服作者做這樣的分類。而作者也提到除了這四種投射性認同之外，會有這四種投射性認同中之任二種組合出現的例子，以及會有次發之投射性認同出現的情況，因此讀者們似乎也可以

從這樣的分類中去對照審視自己的投射性認同模式，以及這樣的投射性認同對自己與生活中重要他人之間關係的影響，而這也是我從翻譯中所獲得的報償與樂趣之一大部分。

至於從第四章開始到第七章為止，所談到的客體關係治療四階段，則使我對作者的實務經驗與功力讚賞不已。我想他是一位很認真於會談室內的治療與會談室外不斷自我檢視的治療師。而在第八章中，他談到了做為客體關係治療的治療師在個人層面可能會遭遇到的一些狀況，以及可以有的一些考慮，這對有興趣於客體關係治療的治療師或心理輔導工作者來說，應是不錯的參考。

我想這不僅是一本為從事心理治療工作者所寫的書，也是一本適合有興趣於客體關係理論之內涵，以及有興趣於自我探索與人我關係探索之讀者的書。特別是第九章以「分裂」的角度提及在文學與電影中一些我們耳熟能詳的作品與童話故事，對於喜愛文學與電影的人來說，是一個新的欣賞與審視角度。所以讀者讀到本書的第九章時，可能會有一種驚奇與趣味感，而這樣的感受似乎是不必去觸及所謂的心理治療的。

在校稿工作完成之際，心中浮現了些許的愉悅之情。很高興發現自己能讀懂這樣的書，這樣的讀懂不僅是字句的了解，更是個人經驗和內在狀態與本書的共鳴與撞擊。而當自己以為讀得懂本書之際，卻也同時體認到自己以為的知道遠不同於作者所說的一切。而又誠如作者所說「知道是一回事，如何去做又是另一回事」；在從學習了解到付諸實行的移動中，我想實際地埋首於臨床工作與「向個案的經驗學習」是不可或缺的重要過程。

很高興能將它翻譯成中文，讓更多人也可享有共鳴與撞擊，或者是諸多的不同意與批評，並從中捨棄那對現在的自己不合適的，而選取那些對於現在的自己合適的部分。我想作者本身的認真執著與豐富的臨床經驗，是除了他個人的資質才能、專業知識與訓練之外，最讓本書能使人獲益的了。而此同時，他在書中所表達出對接受客體關係治療之個案及其病理的深切了解與同理，使得許多有機會成爲他個案的人在治療的最後變成了有福氣的人。

祝福在臺灣這塊土地上的每一位心理治療師，在你們認真且默默地將生命投入心理治療這廣大的工作領域之際，願你們也在工作的各個時間裡，享受因自己的努力執著與獲得成果而有的喜悅，而你們的個案也得享因著你們的協助而獲得的人生福氣。

在翻譯此書的那一長段時間裡，我腦海中也常常想起那些在人生的道路上因著自己與他人關係中的種種糾纏而屢次顛仆跌倒且疲憊不堪的我的朋友與個案們，衷心祝福他們也能找到及時的明燈與援手，而人生路可以愈走路程愈明朗、腳步愈穩當。

林秀慧

2001年2月

譯者序二

這是一本為深度心理治療而寫的書，雖然它對遍存於我們生活之中各種「關係」的了解也頗有啟發。對於不可免的長時間與相互關係的涉入，本書均是可以本書的觀點去看這樣的關係之一個有相當深度的參考基礎。

本書的書名為《客體關係治療》，很容易讓人以為就是介紹客體關係理論的書籍，作者也確實在第一章中介紹了克萊茵、費爾貝恩、馬勒、肯柏格及寇哈特等人的思想。但是這樣的歸類想必會引起某些人的不自在，第一、這裡面混合了一般所認為的幾位客體關係理論學者與自體心理學的主要代表人物寇哈特。第二、即使在這裡面排除了寇哈特後的客體關係理論學者中，也混合英國學派與美國學派的客體關係理論學者。在初時接觸下，美國傾向者的清晰與實務過程取向，與英國傾向者的抽象與幻想的內在現實理論取向，是個極化後的粗略卻也帶著相當真實的對照。第三、即使在純屬英國傾向的客體關係學者中，有時也會有相當不同的看法或強調重點。如其中的克萊茵學派（如果不太負面地看用字的話，或許更像克萊茵「幫」），就較不喜歡被歸於混雜下的所謂客體關係理論裡。不論如何，大體而言，做為繼古典精神分析之後，分別長於治療自戀型人格與邊緣型人格個案的自體心理學與客體關係理論，有如描述一硬幣不可分割之兩面，都是描述前語言期現象時的深度理論工具。在前語言期現象裡的個案，他們的防衛之牆在治療的打