

老人心理治療

Psychotherapy with Older Adults

Bob G. Knight

著

康淑華・邱妙儒

譯



心理出版社

◇ 康淑華・邱妙儒 譯

老人心理治療

國家圖書館出版品預行編目資料

老人心理治療 / Bob G. Knight 原作：康淑華、
邱妙儒譯。-- 初版。-- 臺北市：心理，
2001（民 90）
面；公分。--（心理治療；27）
譯自：Psychotherapy with older adults.
ISBN 978-957-702-453-4

1.心理治療 2.老人心理學

178.8

90012997

心理治療 27 老人心理治療

作 者：Bob G. Knight

譯 者：康淑華、邱妙儒

執行編輯：陳文玲

總 編 輯：林敬堯

發 行 人：洪有義

出 版 者：心理出版社股份有限公司

社 址：台北市和平東路一段 180 號 7 樓

總 機：(02) 23671490 傳 真：(02) 23671457

郵 撥：19293172 心理出版社股份有限公司

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

網 址：www.psy.com.tw

駐美代表：Lisa Wu tel: 973 546-5845 fax: 973 546-7651

登 記 證：局版北市業字第 1372 號

電腦排版：辰皓國際出版製作有限公司

印 刷 者：翔盛印刷有限公司

初版一刷：2001 年 8 月

初版三刷：2008 年 3 月

Copyright©2001 by Psychological Publishing Company Co., Ltd.

本書獲有原出版者台灣及其他華語地區中文版發行獨家授權，請勿翻印

定價：新台幣 350 元 ■有著作權・侵害必究■

ISBN 978-957-702-453-4

PSYCHOTHERAPY WITH OLDER ADULTS

Second Edition

Bob G. Knight

Copyright © 1996 by Sage Publications, Inc.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or utilized in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording, or by any information storage and retrieval system, without permission in writing from the publisher.

謹以此書紀念我的父親，

Jack Allen Knight, Sr. (1894-1976)。

聆聽他回憶過往，奠下我事業的根基。

作者簡介

巴布・耐特（Bob G. Knight）博士是美國南加州大學安德魯斯老人學中心（Andrus Gerontology Center）老人學及心理學的副教授，同時也是庭思達老人諮商中心（Tingstad Older Adult Counseling Center）以及洛杉磯家庭照顧者資源中心（Los Angeles Caregiver Resource Center）的主任。一九九五年秋，擔任英國雪菲爾大學（University of Sheffield）的訪問教授。在加入南加大之前，於加州芬圖拉郡心理衛生服務部門（Ventura County Mental Health Services）負責老年服務方案部門的管理工作（1980-1988）。他在心理衛生及老年的領域上出版了相當多的作品，包括《老人心理治療》（*Psychotherapy With Older Adults*）的第一版（Sage, 1986；有法文及荷蘭文譯本）、《老人外展服務》（*Outreach With the Elderly*）（1989），以及《接受心理治療的老年人：案例分析》（*Older Adults in Psychotherapy: Case Histories*）（Sage, 1992）。

耐特博士在美國印第安那大學（Indiana University at Bloomington）獲得臨床心理學博士。他的老人工作專業生

涯源起於印第安那州麥迪遜郡都市聯盟（Urban League of Madison County），一九七三年他於此組織了麥迪遜郡老年委員會（Madison County Council on Aging），並擔任第一屆的主席。

譯者簡介

康淑華

（第一、二、三、四、八章）

美國哥倫比亞大學社會工作碩士

美國匹茲堡大學公共政策與管理碩士

曾任美國新墨西哥州聖伊莉莎白庇護所（St. Elizabeth

Shelter）社工師、台北婦女展業中心暨松年長春

服務中心社工督導、中華民國紅心字會副祕書長

現任婦女救援基金會副執行長

邱妙儒

（第五、六、七、九章）

美國賓州大學社會工作碩士

曾任弘道老人社會福利基金會志工督導、松山老人日

間照顧中心社會工作師

現任職慈濟基金會慈善發展處、慈濟大學社會工作系

兼任講師

作者序

（第二版序言）

十年前，正巧在我女兒 Carmen 出生之前，完成了《老人心理治療》初版的打字稿。當此版完成時，她也即將升上五年級，我們正準備前往英國雪菲爾大學（University of Sheffield）和雪菲爾社區健康信託公司（Community Health Trust）展開我們的假期。

初版的發行開啟了我與他人在老人心理治療上長程的對話。不論是從事老人心理治療工作、與他人交換治療上的意見、在南加州大學的研究所擔任教學工作，以及在許多不同的機構中指導在職進修的課程，我在這些歷程中累積了更豐富的經驗。在所有的討論當中，關鍵問題總是：老人心理治療和年輕案主的心理治療是否相似？假使答案是肯定的，則接下來的問題便是其間的不同為何呢？

幾年前，我太太 Patty 陪同我到一個地區性的心理協會演講。當我問及她的想法，她的回應是除了少數的例外，與老人進行治療和年輕人是沒什麼不同的。她指出了這些例外，隨即又表示當這些例外放在一起時，似乎又有很大

的不同。她是對的，在這本書的各面向，我嘗試努力能夠更清楚地呈現這些不同，以及在什麼時候會有所不同？什麼時候又不會有太大的差異？

本書的第一章勾勒出我認為老人心理治療是有別於其他族群的看法：發展性成熟對晚年的影響；特定挑戰，如悲傷（grief）和慢性疾病；世代差異，以及老人所處的社會情境。接續章節所陳述的內容在於進行老人心理治療工作時，應該基於一些因素做調整（第二章），如何與老人建立治療關係（第三章），以及進行老人心理治療時所產生的移情與反移情作用的議題（第四章）。這些章節除了提供基礎幫助讀者理解老人心理治療與年輕案主的差異之處，同時也為在與案主初次接觸和進行評估之前，提供一個了解老年案主的工作架構。

要對老人進行評估不僅和年輕人有所不同，有時是更加的困難。由於心理性問題經常是與身體和社會性問題同時並存，加上老人失智症的普及率逐日升高，這些因素讓問題更顯複雜。若單以治療師的角度去思考，往往許多錯誤的根源是未能發現心理與身體之間或心理與社會之間的問題。此外，也有很多的錯誤是因為未能辨認出老人與年輕人之間共通性的問題：諸如憂鬱、焦慮、酗酒、不幸婚姻、家庭問題等。在第五章當中，針對評估的討論僅是初步的介紹，讀者需要更多的閱讀與訓練，才能適切的去評估老人的功能。第五章結尾的部分，提供了進一步閱讀的

資料。

第二版與初版最大的不同點是特別增加了新的章節：悲傷處理（第六章）、慢性疾病（第七章），和生命回顧治療（第八章）。我必須再次強調，這些都僅是入門的摘述，讀者應該更進一步去閱讀其他的書籍和資料。在生命回顧該章裡，我結合社會情境及世代為基礎的「成熟／特定挑戰」模式，和傳統生命回顧治療兩者的觀點，並推薦了一些方法來應用這些概念去處理老人豐富的生命資料。

最後一章（第九章），我提出與老人進行治療時相關的倫理議題，以及展望未來老人心理治療的看法。如同初版，我企圖以跨越治療體系的方式來撰寫老人心理治療。一位書評者在評論文章中，描述我將心理動力、行為學派、社會學習、家庭系統，和個案工作模式，整合運用於一個過程當中，這樣的評價或許可以視為我的成功。正如我在最後一章所言，我已逐漸發覺自己的治療觀點是在一個整合的心理治療架構之內。

採用整合觀點的心理治療師通常會很清楚的展現他們接受訓練的根源，正如我在大學時代初次接觸諮商時，所接受的是羅傑斯學派的訓練。我第一次運用非導向式訪談技術（nondirective interviewing techniques）針對老人做訪談的研究經驗，增強了我在人本學派的訓練。而我在印第安那大學的訓練刻意傾向認知行為取向。我的指導教授是 Leon H. Levy，他是 George Kelly 的學生；因此我的認知取

向比 Beck 或 Ellis 更接近個人構念治療法（personal construct therapy）。同時我也曾追隨 Kenneth Heller 學習心理治療。Kenneth Heller 與 Goldstein、Heller，以及 Sechrest 合著了一本經典的心理治療專書（*Psychotherapy and the Psychology of Behavior Change*, 1966），他強調運用所有的心理學概念（特別是社會心理學）做為治療的知識基礎。以上這些根源證明了為何我運用老人學作為與老人進行心理治療的知識基礎，也說明我一向重視以老人特殊的社會情境來了解老人的原因。

我經常閱讀與老人相關的心理動力文獻，發現許多描述案主與治療師之間關係的觀點相當具有說服力，雖然他們並非都與老人學的常態老化觀點一致。我也曾數度接受心理動力和完形學派的治療師督導。他們專注於情緒上的探究，對於發現真實困擾案主的原因有很大的貢獻。當我們等待著心理治療能夠在理論上整合，我的觀點是任何一位治療師都應曉得如何去使用兩者或兩者以上的治療體系，並且運用最適切的方法來解決案主的問題。

我一直有意減少自己對某種心理治療形式的偏袒。也就是說，我對於團體、夫妻，及家庭型態的會談和從事個人會談都是同樣的喜好。大家常以為我只從事個別心理治療，這其實也讓我自己感到驚訝與疑惑。

我期望透過這本書能為老人心理治療提供一個連貫性的簡介，並且嘗試以老人學作為潛在的知識基礎來了解常

態老化過程和晚年生活的問題。如果沒有這樣的知識為基礎，則我們只能憑藉個人在專業上少數與老人工作的經驗為準，運用我們所知和我們自認為知道的方法來因應問題。這些經驗，雖然無疑是不可避免的，但卻很可能會導致對老化過程的誤解，而這誤解將會傷害到我們致力協助的老年案主。

祝福你們與老年案主們！

致謝詞

該感謝的人實在遠超過這致謝詞的篇幅。好些年來，Sage 出版社的 Terry Hendrix 不斷督促我能同意修訂此書，真的很感謝他的堅持。因為修訂此版所觸發的一些想法和閱讀，對我而言實在相當的有價值。同時，也感謝 Sage 出版社的 Christine Smedley 在整個修訂此書的過程不吝指導。

Margaret Gatz, Steven Zarit, Michael Smyer, George Niederehe, Sandra, Powers, Fiona Goudie, Martha Storandt, Sara Qualls, Elizabeth Zelinski 和其他同僚們，他們以各種不同的方式表達或寫下對於此書初版的一些看法，確實給予我很多不同的觀點，當然也影響到這第二版的內容。再者，很感謝 Gerald Davison 和 Sandra Powers，他們辛苦的協助我原稿的校閱工作。

我一直十分的幸運能與兩所相當頂尖的科際整合老人心理治療中心合作：芬圖拉郡（Ventura County）老人外展服務（在加州）和南加州大學的 Tingstad 老年諮商中心。很感謝 Hortense O. Tingstad 大力慷慨的支持諮商中心，以

及 Merle H. Bensinger 給予我在南加州大學的 Andrus 老人中心擔任教職的支持。他們二位對於晚年正向的可能性與接受一個成功晚年的挑戰，給了我很深刻的啟發。

在我個人的部分，我要感謝我的太太所給予我的愛與支持，以及她為我生命帶來的洞察力與智慧。此外，我的繼父（如果他尚在人世，今年已一百零一歲了）、我的母親（上個月才過六十五歲的生日），和我的女兒（在此書出版時就滿十歲了），他們各自以不同的方式教導我在生命當中不斷的成長。

譯者序

在從事老人社會工作的這段日子裏，我們看到許多老人的問題其實根源於心理層面，但卻被現行的處遇方式所忽視。這或許來自實務工作者對老人心理諮商的迷思，也或許是我們不確定該如何解決他們累積了大半輩子的問題。「那位老人的個性很固執，根本聽不進我的建議，我不知道還可以如何與他繼續工作下去。」「我好不容易找到志工去幫他的忙，卻被他轟出門，若再發生這樣的狀況，我就要停止他的服務。」這或許是發生在你我周遭的例子，也或許正是你我都曾有過的感受。

「心理治療／諮商對老人有效嗎？」我們普遍認為老年人的個性是難以改變的，心理諮商或個案輔導是不容易對他們發生效用的。以社會工作界為例，我們可以看到在目前推動的老人服務，以文康活動或老人長期照顧為主，很少有人去注意到老人的心理健康，因為我們往往認為「老人就是這樣嘛！」另一方面，在學校的教育裏，也很少特別針對老人心理治療或個案工作提供學生完整的訓

練，學生受到的訓練很少，更遑論去提供服務。也因此造成在與老年人工作時，許多的工作者容易感到挫折，也無法真正解決老年人問題的根源。

本書整合社會、心理，及生理的觀點，提出**以社會情境及世代為基礎的「成熟／特定挑戰」模式**，做為心理治療的架構。全書包含理論、技巧，與實例，不僅提供實務工作者非常寶貴的資訊，更以科際整合的角度打破一般思考的侷限與盲點。雖然本書以心理治療出發，但所有從事老人工作的助人工作者、相關科系的學生，及對老人心理諮商感興趣的讀者，皆可從本書獲益。

翻譯這本書的過程，每每都是驚喜。作者的觀點解答了我們實務上曾有過的許多疑惑，也給予我們更多的反省與學習。我們很高興可以為中文讀者介紹這本書，為老人心理衛生工作投注新的觀點。本書中的心理學名詞翻譯係參考《張氏心理學辭典》（張春興，民 82）；精神疾病名詞翻譯則參考《DSM-IV 精神疾病診斷準則手冊》（孔繁鐘及孔繁錦，民 86）。另，作者所介紹的許多案例係出自其另一本著作《接受心理治療的老年人：案例分析》（*Older Adults in Psychotherapy: Case Histories*, Sage, 1992，在本書中我們簡稱為案例書），我們將案例名字保持原文，以方便有心讀者對照該書。在此也特別感謝美國匹茲堡大學發展暨教育心理學碩士陳淑婷小姐對部分心理學研究法及名詞的指正。