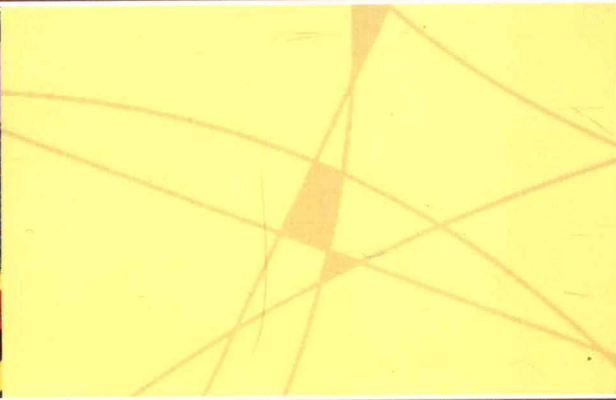


Object relations couple therapy



精神分析的  
伴侣治疗  
——一种客体关系的观点

【美】 David E. Scharff, M. D. 著  
Jill Savege Scharff, M. D.

徐建琴 邹春梅 李孟潮 译

Object relations psychotherapy



# 精神分析的 伴侶治療

—— 關係與自我的視角 ——

◎ 著者：James M. Hirschman, Ph.D. 著  
劉國治 譯

◎ 譯者：劉國治 譯

Object relations couple therapy

精神分析的

# 伴侣治疗

——一种客体关系的观点

【美】 David E. Scharff, M. D. 著  
Jill Savege Scharff, M. D.

徐建琴 邹春梅 李孟潮 译

 中国轻工业出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

精神分析的伴侣治疗: 一种客体关系的观点 / (美)  
沙夫 (Scharff, D.E.) 等著; 徐建琴等译. —北京: 中国  
轻工业出版社, 2011.1

ISBN 978-7-5019-7836-6

I. ①精… II. ①沙…②徐… III. ①精神疗法  
IV. ①R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第176496号

## 版权声明

Copyright © 1991 by David E. Scharff and Jill Savege Scharff

First Rowman & Littlefield Edition 2004

Published by agreement with the Rowman & Littlefield Publishing Group  
through the Chinese Connection Agency, a division of The Yao Enterprises, LLC

总策划: 石 铁

策划编辑: 戴 婕

责任编辑: 戴 婕

责任终审: 杜文勇

责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2011年1月第1版第1次印刷

开 本: 720×1000 1/16 印张: 23.50

字 数: 238千字

书 号: ISBN 978-7-5019-7836-6 定价: 42.00元

著作权合同登记 图字: 01-2010-4780

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 65288410

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: [wanjianedu@yahoo.com.cn](mailto:wanjianedu@yahoo.com.cn)

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换  
100851J6X101ZYW

# 献给我们的孩子和父母

## 美人的黑血

在心理咨询的机构，大概有 40% 左右的来访者是因为情感婚恋问题来做咨询的。其中绝大部分都是伴侣关系出了这样那样的矛盾和冲突。

在剩下的 60% 的来访者中，或多或少也会遇到伴侣关系的问题，如很多抑郁障碍的来访者，其抑郁迁延不愈的原因，就在于缺乏一个充满爱的、有意义的伴侣关系；很多儿童青年来访者，他们之所以出现这样那样的问题，学业下降、网络过度使用等，也在于父亲和母亲关系处于破裂的边缘，让他们丧失了努力学习的愿望。

可以说，婚恋动力学应该是每个心理咨询和心理治疗专业人员的入门必修课。即便你不做伴侣治疗或者家庭治疗，而是只做个别治疗的治疗师。

可是治疗师面对的是一个人的整体，期望一个焦虑障碍的来访者只和你讨论焦虑，而不讨论让他焦虑的伴侣关系，这是不切实际的。

治疗师要对人性有所了解，必然不可避免的是要了解伴侣关系是如何形成的，了解伴侣关系的变化和实质。

几年前，我们发愿翻译这本书的时候，就是带着这样的心态。

在目前中国，有关婚姻伴侣关系的学习热情可以说是空前高涨。

在专业界，治疗师们在热火朝天地学习各种各样的家庭治疗模式，如萨提亚家庭治疗、结构主义家庭治疗、策略家庭治疗、中德班整合的系统家庭治疗、情绪聚焦疗法等；

在大众中，有关婚恋的自助书籍一向热销，如《男人来自金星、女人来自火星》《爱的五种语言》《爱的艺术》《窗外依然有蓝天》等。黄维仁老师带队的“亲密之旅”工作坊在各大城市市场爆满，令人称奇。

无论是专业界还是大众界，从李维榕的督导到黄维仁的讲课，其基础理论模式中或多或少有一些精神分析理论基础，如依恋理论、客体关系、三角关系、投射性认同、

性心理发展等。

但是,和这些热门流派比较起来,精神分析的客体关系伴侣治疗模式,大概是很不“吃香”的。

很多年前,我就在几家家庭治疗的教材上知道了戴维·沙夫和吉尔·沙夫,知道他们是精神分析客体关系治疗的创始人物。

也就说,他们的名气和权威性比起萨提亚、米纽琴也差不了多少。同样都是,家庭治疗历史长河中,人类群星闪耀时,一颗耀眼的明星。

当时估计,在权威主义和大师崇拜的中国,他们来做伴侣治疗的培训,那一定是应者云集吧。

但是事实并非如此,他们在中国的培训好像没有引起什么轰动效应;我和几位同事组织翻译了他们的两本教材,也没有出现“热卖”。

为什么精神分析的伴侣治疗不“吃香”呢?

这可以用个比方说明。

请问,《金瓶梅》和《红楼梦》,哪一本书写得深刻、写得精彩、写得符合文学专业的高标准?

所有具备一点文学素养的人都知道,当然是《金瓶梅》了。

《红楼梦》都没有写完,怎么能和《金瓶梅》PK?其实即便曹雪芹复生,把《红楼梦》写完了,在文学造诣上,也不见得比得上《金瓶梅》。

好,那么《金瓶梅》和《红楼梦》,哪一本书卖得好呢?如果你要送人,你会选那一本呢?

这样答案就清楚了,自然是《红楼梦》。

为什么呢?

以前有位伟人把这个问题说透了。《红楼梦》给人幻想,《金瓶梅》没有。

《金瓶梅》太现实了,太写真了,太记录片式,它把现实中的黑暗、无聊就那么抛给你,末世生命的无意义、无希望、无爱情、无理想就那么写出来,只是一堆堆涌动的肉欲、

食欲、权欲在推动着当时的男男女女们走向死亡。

哪里像《红楼梦》那么美，有爱情有诗歌有理想，即便理想破灭了，家破人亡了，还有一个太虚幻境有美丽警幻仙子等着我们，有飘逸的空空道人、了了和尚带领我们走向仙境。

《红楼梦》虽然是悲剧，但是它悲得美，悲得让人想看下去。

而《金瓶梅》，悲得让人眼泪都流不出来的，悲得让人恨不得把这本书撕掉。

精神分析中，有那种温暖的、漂亮的、给人希望的流派，也有那种睁大眼睛、专门盯着人性当中的黑暗、冷酷、愚昧看的流派。

客体关系的伴侣治疗，就有点这种味道。在翻译此书的过程中，我们几个译者在翻译到某些段落时，都有这种心惊肉跳、头痛欲裂的感觉，有位译者甚至和我说，打死我也绝不会和我的治疗师说这些东西的。

有位同事参加完沙夫夫妻的培训，也微蹙眉头告诉我说，他们的工作风格，实在太直接了。

这大概就是精神分析“黑暗派”的特征。

客体关系流派的有些治疗师，甚至会和小孩子们讨论仇恨、攻击、乱伦、肛门性欲、杀死爸爸妈妈，吞食阴茎乳房等话题。我们肯定会想，这些话题连我们成年人都受不了，小屁孩能受得了吗？

可是，这种做法也有另外的假设，就是，真相让人放松。

承认了人类无意识的黑暗、混乱、不道德、无意义，会让我们更加珍惜那幻觉一般稍纵即逝的爱情、温暖、道德、尊严和生命的理想。

光明是美好的，因为它划破了无边黑暗；

荷花是美好的，因为它生长于污垢之上；

生活是美好的，因为死亡还没有到来。

《红楼梦》是美好的，因为它没有《金瓶梅》那么诚实。



当你的生活足够美好，美好得你有点腻味，有点怀疑这种美好的真实感，你大概就阅读这本《精神分析的伴侣治疗》。

准备好了，这里面有很多幻想会破灭，有很多的混乱要探索，有很多的丑陋要面对，有很多的愤怒和仇恨、很多的淫乱和下流、很多的死亡和悲哀。

它们就像肺结核美人吐的黑血，就像胃溃疡美人拉的黑便，虽然让人恶心，可是它们就在那里，是“美人”这个存在的一部分。

这本书的出版要特别感谢中国轻工业出版社“万千心理”，能够在商业大潮席卷之下，逆流而上，出版如此专业，而且商业回报上有风险的图书。尤其是此书编辑戴婕的辛勤和高效的工作。

也要感谢两位译者徐建琴、邹春梅在百忙之中，不计回报、及时准确地完成了艰难的翻译工作。

感谢原书作者沙夫夫妻解答了翻译中的困惑，并帮助我们联系原书出版商。

感谢一直以来支持我们工作的家人们，我们的父母、我们的孩子。

当然，还特别要感谢我们在生命路途中相遇的伴侣。那些带给我们快乐和生命的意义的伴侣，让我们有了工作的力量和勇气；那些带给我们创痛和离我们而去的伴侣，让我们领悟到伴侣关系的实质，并让学会了日后更加珍惜伴侣关系的人们。

最后，这本书要送给我们的同事，工作在临床工作一线的咨询师们，祝愿你们的生命中能够拥有高质量、有意义的伴侣关系，祝愿你们能够珍惜和用心经营每一段伴侣关系，也祝愿你们对自己伴侣关系的领悟能够传递给你们的来访者们，祝愿你们能帮助和陪伴自己的来访者们，大家一起用心地体验生命中的伴侣关系，用心地经历生命中的伴侣关系，用心地领悟生命中的伴侣关系，用心地珍惜生命中的伴侣关系，无论这些伴侣关系是美好的，还是创痛的。

李孟潮

2010年8月10日

## 前 言

我们之前写过一本书叫《精神分析的家庭治疗》，这本书继该书之后，是戴维·沙夫（David Scharff）早期的理论著作《性关系》的临床实践卷。像那两本书一样，本书表达的观点起源于英国客体关系理论，整合了小组咨询理论、婴幼儿发展与性方面的研究。在这里我们发展出这样的一个理念，伴侣治疗时，把配偶当做是两人小组，他们因为彼此承诺，形成一个紧密结合的系统，而且这种承诺被相互给予性快乐的黏合而强化。作为身体和情感上的亲密关系，婚姻是早期母婴关系中身心相伴模式的后继者。夫妻个性中压抑的一面决定了配偶之间潜在的匹配，也决定了他们后来寻求在意识层面表达婚姻关系中的安全性。这些方面产生了婚姻性格，这种婚姻性格呈现在日常的互动中、性活动中、对孩子的管理中，当然，也呈现在与我们这些治疗师的关系中。

我们伴侣治疗的工作方式对所有这些方面给予同样的关注。客体关系伴侣治疗是以非指导性倾听的价值观为基础，创造心理空间对梦、幻想及其对无意识冲突的影响进行领会、解释。互动模式的重复性被认识，并与阻抗的需要联系起来，这种阻抗来自于无法忍受的焦虑，这会在后来被命名并处理。我们不承诺快速治愈，虽然这种情况有时也会发生。我们不做似是而非的干预。这种方法是对冲突进行解释的方式之一，目的是将潜意识带入意识，以此使夫妻之间耗尽的关系恢复生气。

两个与众不同的特征使我们的方法与其他身心结合的伴侣治疗方式区别开来。第一，我们强调性生活。性障碍在婚姻出现问题的开始及维持阶段很显然在起作用，但是对于由潜意识冲突引起的性失调和性分离的治疗没有被充分整合到婚姻治疗中，而是以行为治疗的方式将其隔离开来处理。本书中，我们认识到性治疗的重要性，与我们在伴侣治疗领域中得到的知识运用起来。此外，作为一位执业的性治疗师，戴维·沙夫以他的经验，为性治疗贡献了很多材料，性治疗揭示了很多夫妻的客体关系。理解性关系始终是伴侣治疗中的一项工作，不管有没有特别要求进行性治疗。我们对婚姻和性活动的评论来自于与异性恋夫妻工作的经验报告，因为虽然在精神分析和伴侣治疗中，我们进行过同性

## VIII 精神分析的伴侣治疗

恋的个体治疗，但是男同性恋和女同性恋夫妻没有咨询过我们，想必是因为作为已婚的婚姻治疗师我们被“认同为正统而刻板”。我们描述的很多问题都适用于同性恋婚姻，但是同性的客体选择引入的根本性区别，我们没有阐述。

我们所用方法的第二个特点是聚焦于移情和反移情。我们加入到夫妻间最深层的无意识沟通中，当我们允许夫妻的无意识与我们自己的无意识产生共振时，我们达到解释的这一步，解释来自于内在的共同经历。因为所有这些来自于治疗师的内在世界，确实是无意识的，很难描述。这会使我们难堪，或者让患者不安，他们可以很不幸地惊奇地发现这些资料。描述反移情的另一个困难是从实践层面上来讲，我们不可能完美地、清晰地、有即时性地、有穿透力地说明反移情。事实上，这种在持续不断的接触中挣扎对治疗师来说是一种重要困扰。但是我们还是将自己设定在这一工作上，回顾反移情，因为我们知道这是唯一教会我们如何治疗的途径。我们希望负面后果会被共享个人体验和洞见时所得到的收获抵消，这一做法使我们的治疗实践充满生机，成为我们工作中最突出的部分。

读者们常常假定因为我们在一起著书，所以我们也是一个共同治疗的团队。我们有时为了教学目的，一起做诊断咨询，但是一般来说，我们更愿意在不同地方分开工作。当然避免共同治疗模式，也有财务上和行政上的原因，但是主要原因是保持我们的临床独立性。虽然已婚的治疗师在伴侣治疗中处在一个特殊的位置上，他们在自身的关系中体验到求助者内在配偶的投射性认同，他们需要花时间和精力分清求助者的幻想和之前就存在的无意识婚姻冲突，而此时，处理他们的反移情会有损对患者的治疗工作——也会有损于治疗师的婚姻和谐。理论上说，这对患者和治疗师是最有益处的，但是实践中，我们选择放弃与专业工作有关的婚姻内省的益处，而投入到日常工作和婚姻的快乐中去。

我们感谢卓·帕克尔 (Jo Parker) 和莉莎·利比亚特 (Lisa Ribiat)，他们帮助我们处理文字，辨认潦草的字迹，费力地输入正确的拼写，最后定稿。杰森·阿罗森 (Jason Aronson) 一如既往地热情而耐心地给予我们很好的帮助，穆列尔·乔根森 (Muriel Jorgensen) 和简·安德拉西 (Jane Andrassi) 帮助我们编辑，南希·肖兰牧 (Nancy Scholem) 进行专业的行销。戴维·沙夫感谢行政人员，特别是安娜·英勒斯 (Anna Innes)，华盛顿精神病学会理事会也给予了支持。我们深深地感谢华盛顿精神病学会精

神分析性客体关系夫妻与家庭治疗培训项目给予了我们很多发展性建议，并与我们分享他们的工作——一起策划这个项目。我们也感谢从迈阿密到洛杉矶各处的团体，他们邀请我们去教授我们的治疗方法，使我们注意到有必要写一本关于伴侣客体关系的书。

我们还要持续不断地感谢帕尔·格林 (Pearl Green)，她使我们的家庭合为一体，感谢我们的孩子们在写书过程中忍受了我们。

对那些允许我们录音以便研究互动的夫妻们，我们就他们的信任和合作表示谢忱，为了进一步学习和教学，还有一些夫妻允许我们录像。本书的个案案例、个人信息已被改装，每对夫妻的资料已被修改或与其他夫妻的资料融合在一起，以保证匿名。我们这样做，并未累及记录的完整性。症状、病理和无意识客体关系均整合在一起，唯一没有隐含的方面是反移情。我们希望阅读这本书的患者能够容忍我们本着科学探究的精神做的披露。最后，谢谢患者们对我们工作的信任，以及为我们的学习、教学和写作做出的贡献。

# 目录

<b>第一部分 客体关系</b> .....	1
第一章 从客体关系的角度看待亲密感和性 .....	3
第二章 婚姻和性的治疗途径 .....	23
第三章 客体关系理论和婚姻中的投射性认同 .....	47
第四章 治疗的模型 .....	65
<b>第二部分 婚姻问题的评估和治疗</b> .....	81
第五章 评估过程 .....	83
第六章 伴侣治疗的技巧 .....	111
第七章 治疗早期 .....	135
第八章 打破僵局：一对看起来没有希望的夫妻的治疗中期 .....	165
<b>第三部分 性障碍的治疗</b> .....	183
第九章 性治疗技术 .....	185
第十章 一对进行性治疗的同时合并个体和家庭治疗的伴侣 .....	203
第十一章 性障碍的家庭治疗分支 .....	229
<b>第四部分 特殊主题</b> .....	247
第十二章 婚外恋问题治疗 .....	249
第十三章 婚姻治疗中的同性恋和性反常 .....	275

第五部分 结 束.....	297
第十四章 治疗结束和追踪.....	299
第十五章 跋.....	335
主题词表.....	339
参考文献.....	349

# 第一部分

## 客体关系







## 从客体关系的角度看待亲密感和性

一对伴侣的关系不仅取决于双方在文化、个体和性上面的有意识地彼此相容，而且同样依赖于双方个性中所压抑的那一部分，在这个部分中，无意识层面的交流决定了在婚姻以及其他类似的长期关系中伴侣之间的亲密感质量，以及保持情感和性的亲密的能力。

亲密感不只是一种长期关系的特征。在任何一种支持性环境里，它都是一种人与人之间进行大量的无意识交流的功能。所以我们经常会看到，两个经由火车旅行而相识的陌生人可以立刻产生亲近感，他们可以很快地交谈甚欢，分享生活中的各个方面。如果不是因为相识短暂，他们也许可以分享甚至是超过同自己的伴侣所讲的内容。这种在第一次会面中所产生的强烈的亲近感在之后的接触中不一定会再次出现。在短暂相遇时产生亲密感的能力，或者说在社交场合的魅力同维持长久关系的能力很可能大相径庭。早期求爱阶段的短暂亲密感包含了很快的互相贯通、突然意识到彼此的相同点和彼此的补充，所以经常着重强调内部客体的所共有的一个方面，而不是也不能是，完全考虑到所谓内部经济的收支平衡（total balance of internal economies）\*。人们可以藉由订婚来摆脱压抑的防御结构去检查两个人是否合适，而更彻底的检验通常需要结婚后更长时间的承诺来兑现。

当一对亲密并且享受性爱的恋人开始向对方做出承诺的时候，亲密感的问题就出现了，他们会发现就是在这个时刻，其中的一个或者两个人开始退却。我们所讲的这种退却并非指完全分离或是分手，而是指部分地缩回到自我中去，而不再像以前一般亲密。这种退却是伴随着突然在伴侣的

\* 此处内在经济平衡是指力比多遵循经济原则的平衡。——译者注