

曾文星教授心理治療叢書

Psychotherapy  
Practice and Interview

# 心理治療

## 操作與會談

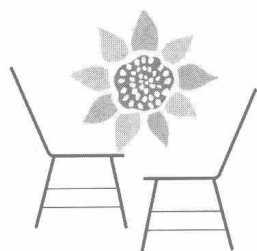
曾文星 編著



心理出版社



# 心理治療 —操作與會談



曾文星 ■ 編著

國家圖書館出版品預行編目資料

心理治療——操作與會談 / 曾文星編著. --初版. --臺  
北市：心理, 2009.04  
面；公分. -- (心理治療；117)  
含索引

ISBN 978-986-191-263-9 (平裝)

1. 心理治療 2. 心理諮商 3. 個案研究

178.8

98005434

心理治療 117      **心理治療——操作與會談**

編著者：曾文星

執行編輯：林汝穎

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：龍虎電腦排版股份有限公司

印刷者：正恆實業有限公司

初版一刷：2009 年 4 月

定價：新台幣 450 元      ■有著作權·侵害必究■

ISBN 978-986-191-263-9

# 編著者簡介

## 曾文星

本籍：台灣省 台南人

經歷：國立台灣大學醫學院醫科畢業（1961）

國立台灣大學附屬醫院精神科住院醫師專科訓練  
（1961～65）

美國哈佛大學醫學院精神科進修（1965～68）

曾任：國立台灣大學醫學院精神科 講師（1965～72）

美國夏威夷東西文化中心 研究學者（1971～72）

夏威夷大學醫學院精神科 副教授（1972～76）

世界精神醫學會跨文化精神醫學分會 會長（1983～93）

美國文化精神醫學研究會 委員（1996～2006）

現職：夏威夷大學醫學院精神科 教授（1976～）

特任：北京大學精神衛生研究所 客座教授（1987～）

世界文化精神醫學協會 會長（2006～09）

榮任：世界精神醫學會跨文化精神醫學分會 榮譽顧問  
（1993～）

美國精神醫學會 卓越終生院士（2003～）

嘉獎：美國文化精神醫學研究會 學術創作獎（2002）

美國文化精神醫學研究會 終生成就獎（2008）

美國精神醫學會 亞洲精神醫學特別貢獻獎（2008）

### [中文著作]

合著：《最新精神醫學》（水牛出版社，1980）

《現代精神醫學》（水牛出版社，1994）

《新編精神醫學》（水牛出版社，2003）

- 《文靜心理衛生叢書》（十二冊）（水牛出版社，1989～1996）
- 《心理治療：原則與方法》（水牛出版社，1981）
- 《心理治療：理論與分析》（水牛出版社，1994）
- 《心理治療：學說與研究》（水牛出版社，2005）
- 專著：《文化精神醫學：學理與運用》（水牛出版社，2006）
- 編著：《心理治療普及叢書》（十本）（北京醫科大學出版社，2001～2002）[簡體版]
- 《心理治療及輔導叢書》（十本）（中文大學出版社，2004）[繁體版]
- 《曾文星教授心理治療叢書》（六本）（北京醫科大學出版社，2008）[簡體版]
- 包括：《心理治療：操作與會談》
- 《心理治療：解析與策略》
- 《心理治療：督導與運用》
- 主編：《華人的心理與治療》（桂冠圖書公司，1996）
- [日文著作]
- 合編：《移居と適應》（日本評論社，1996）
- [英文著作]
- 合著：《*Culture, Mind and Therapy*》（Brunner/Mazel, 1981）
- 《*Culture and Family Problems and Therapy*》（Haworth, 1991）
- 《*Culture and Forensic Mental Health*》（Brunner-Routledge, 2004）



*Cultural Competence in Health Care: A Guide for Professionals* (Springer, 2008)

專著：*Handbook of Cultural Psychiatry* (Academic Press, 2001)  
*Clinician's Guide to Cultural Psychiatry* (Academic Press, 2003)

合編：*Adjustment in Intercultural Marriage* (University Press of Hawaii, 1977)

*People and Cultures of Hawaii: A Psychocultural Profile*  
(University Press of Hawaii, 1980)

*Chinese Culture and Mental Health* (Academic Press, 1985)

*Suicidal Behavior in the Asia-Pacific Region* (Singapore University Press, 1992)

*Chinese Societies and Mental Health* (Oxford University Press, 1995)

*Culture and Psychopathology* (Brunner/Mazel, 1997)

*Culture and Psychotherapy* (American Psychiatric Press, 2001)

*Cultural Competence in Clinical Psychiatry* (American Psychiatric Publishing, Inc., 2004)

*Asian Culture and Psychotherapy* (University of Hawaii Press, 2005)

# 共同作者

(提供個案資料並共同書寫之共同作者名單與簡介)

---

**叢中** 教授

北京大學精神衛生研究所教授。主要從事心理治療的工作與教學，特別研究成語對本土性心理治療的運用。

---

**田峰** 副教授

山西醫科大學第二醫院精神衛生科副主任醫師。從事精神衛生與心理治療工作。

---

**朱金富** 教授

河南省新鄉醫學院心理學系副主任，新鄉醫學院第二附屬醫院主任醫師教授。主要從事臨床心理諮詢與治療工作，特別是本土性的心理治療研究。

---

**陳一心** 所長、副教授

南京醫科大學腦科醫院副教授，兒童精神衛生研究中心所長。主要從事兒童心理治療工作。

---

**林紅** 博士

北京大學精神衛生研究所兒童心理衛生副研究師及主治醫師，及北京大學臨床心理中心辦公室主任。主要從事兒童與青少年的心理研究與父母的輔導。

---

**黃韋欽** 醫師

台灣桃園療養院精神科醫師。主要從事住院病人與門診病人的心理治療，包括催眠治療。

# 前言

這是本人先後所著「心理治療叢書」裡的其中一本，主要重心是說明會談的要領，並討論心理治療的實際操作。因為許多精神科醫師、臨床心理學家，以及其他心理治療者，特別是初學者，雖然對於心理治療已經具備基本的知識，但對於如何實際進行會談往往沒有把握，開始治療的操作，深覺格外需要比較具體指導性的書籍來幫助他們。因此，本書就是根據這樣的需要與目的而書寫。可以配合本人所著系列叢書的其他書一起作為參考書籍之用。

目前社會上一般人士普遍對心理治療有所了解，並感到非常需要，而醫療教學系統也正在用心針對專業人員進行有關心理治療的訓練。值此之際，此書可提供初學者們學習實際進行治療的操作，包括如何適當且有效地施予會談的要領。

本書共分三大部分，第一部是關於心理治療的會談操作。開頭先說明：心理治療上如何選擇適當的病人，如何開始治療上的會談，並如何建立適合而有用的醫患關係。接著，連貫性的討論與解釋：會談的基本原則、方式、目的、技術、要領，以及如何進行病情解析，做心理診斷。也附帶討論跟會談有關的具體事項與需要考慮的各種專案。

第二部主要分別闡明心理治療操作上的各個問題，包括：如何根據病情解析而選擇治療上的策略，選擇輔導的模式，按階段進行治療工作，處理特別的問題，評審治療的效果，並如何結束輔導過程。在第一部及第二部裡大部分的各章，附帶有實例說明，使用一、兩個案例來簡單說明該章所討論的主題性要點。這些章後的案例短而簡單，把焦點放在該章所討論的主題。

第三部是整體性的各種案例，就各種病情與輔導的對象做有關心理治療操作上的綜合性說明與討論。這部分的例子比較長而詳細，每例都大致按：個案的選擇、問題的了解與解析、醫患關係的建立、會談的進行、治療上的操作與進行、特殊問題的處理、輔導的結果與結束等專題而做各個分別的解釋與討論。



這樣就實際個案而重複性的檢討並說明：在前面兩部各章所討論的各種主要專題；如此前呼後應一貫而成。

本書裡各章的案例，都是實際治療上所經驗的個案，用來做操作與會談上的說明與討論。過去本人跟中國大陸與台灣各地華人學者們共同從事研究或教學的工作，而近來有幾年年輕同道們，經由特別安排，先後來夏威夷大學醫學院精神科進修，共同學習心理治療。這些同道們以共同作者的立場提供這些實際治療過的個案，以便就個案做具體而詳細的說明與評論。在此特別感謝各位共同作者們的協助、合作與貢獻。

全書大部分的個案都是華人的例子，包括許多中國大陸與若干台灣的例子，中國大陸的案例來自北京、南京或其他各地；因此，其個案的書寫文辭，特別是會談的部分，常反映當地的言語、觀念與習俗，也表現各個共同作者文筆的不同。有些個案是在美國夏威夷臨床教學與督導所接觸的例子。雖然是夏威夷當地各個不同民族背景的病人，其生活方式與病情可能與華人略有所不同，可是很適合討論治療上的操作與會談上的問題。這些不同背景的案例無形中可督促讀者（或治療者）習慣如何應對，並透過病人的不同言語、文化或次文化的不同而體會病人。而且經由不同民族或文化背景的案例，可顯出文化因素對病人病情的形成及其輔導有何關係，相信對華人學者與臨床工作者也有所幫助。這些中外個案的私人性資料都加以適當的修飾，以便保護病人的隱私。

本書所書寫的篇章內容是本人數十年來從事教學或講學的累積經驗。雖然在過去出版過的「心理治療叢書」各書裡，或許曾經片段性地提出與討論過，但是在本書裡，針對會談的操作與輔導的進行，給予系統性的介紹與擴大說明，相信對心理治療的操作與會談感到需要學習的同道們會有所幫助。

心理治療者要施予治療，需要基本的知識與學理，懂得病情的解析，了解輔導的策略，累積臨床經驗，並能適當地接受督導。需要為了滿足這樣的各種條件，對於初學者建議最開頭閱讀本人過去出版的「心理治療叢書」裡的《心理治療：原則與方法》（二版）（水牛出版社，1991）與《心理治療：理論與分析》（水牛出版社，1994）這兩本書，具備對心理治療的基本概念與知識以後，進而閱讀《心理治療：操作與會談》本書，然後接著閱讀心理出版社將先



後出版的《心理治療：解析與策略》與《心理治療：督導與運用》這兩本，幫助獲得各個方向所需的綜合知識。假如還想更進一層有深度了解學理的話，還可閱讀《心理治療：學說與研究》（水牛出版社，2005），這樣就能熟悉既有的各種學說。總之，希望讀者們能先後參閱本人所著「心理治療叢書」各本裡所注重的各種專案，能把心理治療上所需的學術理論與實際操作合併運用，提供有力的治療工作。

最後，要感謝心理出版社林敬堯副總經理兼總編輯的遠見與熱心贊助，同意連續出版本人最近所著有關於心理治療的幾本書，有系統地繼續提供有關心理治療的必讀書籍，促進心理治療水準的提高，推展我們社會的心理衛生。出版社的林汝穎執行編輯細心編輯這本書，以便能適合同道們與讀者的閱讀與運用，在此一併致謝。

曾文星

夏威夷 檀香山

2009年3月23日

# 目錄

## C O N T E N T S

### 第一部

#### 心理治療的會談操作

#### 第 1 章 如何選擇適當病人而施予心理輔導 003

- 具有心理與情緒上的問題，需要輔導 / 003
- 對心理問題了解，且有求輔導的動機 / 004
- 問題的表現：軀體與心理層次的問題 / 005
- 病情的種類：精神病與神經症的差異 / 007
- 年齡、智慧、言語、性別等因素的考慮 / 008
- 對心理治療熟習程度的問題 / 010
- 避免對何種病人的治療 / 011
- 總結：須靠臨床經驗與初步結果而判斷 / 011
- 實例說明 / 012
  - ◆ 案例一：一位認為什麼也靠不住的男人（田峰） / 012
  - ◆ 案例二：一輩子什麼也做不成，怎樣的治療都沒效的老年病人 / 017
  - ◆ 案例三：被鄰居的狗咬傷而心驚膽顫的女性病人 / 021

#### 第 2 章 如何開頭：了解主訴，並說明輔導的性質與規約 025

- 開頭的初步印象 / 025
- 了解病人提出主訴的模式，體會其意義、動機與作用 / 026
- 澄清病人對輔導的了解與期待 / 027
- 說明輔導的性質、目的、過程與期間 / 028



- 商討輔導有關的規約 / 029
- 如何增加病人對治療的動機與信心 / 032
- 總結：適當地執行與顧及這些要點 / 034
- 實例說明 / 035
  - ◆ 案例一：膽怯不敢發表意見，但又常跟同學發生衝突的小男孩（林紅） / 035
  - ◆ 案例二：一位感情受挫而想法偏激的年輕士兵（黃韋欽） / 047

### 第3章 如何與病人建立初步的關係

053

- 保持輔導者與病人的基本關係 / 053
- 選用輔導者與病人的「治療性關係」 / 055
- 發覺並體會病人的「轉移關係」，並適當地處理 / 056
- 要避免跟病人發生不妥當的關係 / 057
- 總結：注意如何與病人建立有治療作用的關係 / 059
- 實例說明 / 059
  - ◆ 案例一：抱怨治療者不夠親切，也沒幫助，而要求更換治療者的病人 / 059

### 第4章 如何進行會談：技巧上的基本考慮

065

- 注意傾聽、觀察、分析、反應與處理：進行綜合性的會談工作 / 065
- 基本形式的選擇採用：結構性的引導會談，或開放性的自由隨談 / 068
- 有先後程序地進行會談：開頭、主段、結尾 / 070
- 會談的機動性與調整性：配合病人的認知、性格與病情而會談 / 072
- 診斷與治療的並行：適當蒐集所需病情資料，並隨時提供支援與輔導 / 072

### 第5章 如何引導會談的進行：各種目的與課題

075

- 會談可以幫助了解病人所患的困難是什麼 / 075

- 會談可以讓病人宣洩內心積壓的煩惱 / 077
- 會談可以幫助了解問題發生的因果關係 / 079
- 會談可以發覺病人的病態行為模式，並幫助病人去認識 / 080
- 會談可以協助病人領悟處理困難的要領與方向 / 081
- 會談可以加強病人行為的改變 / 082
- 總結：朝向各種目標，連貫性、進展性地執行各種課題 / 083
- 實例說明 / 083
  - ◆ 案例一：為父母和同學關係而煩惱，上課也走神的高二女孩（林紅） / 083

## 第 6 章 如何隨對象的不同而調節與更改會談的方式

093

- 對精神病患者的會談 / 093
- 與神經症患者的會談 / 096
- 對患有心理或心情問題的患者會談 / 098
- 跟心身症或疑病症患者的會談 / 099
- 對不同性格之病人的會談 / 100
- 與不同年齡對象的會談 / 102
- 跟不同性別對象的會談 / 103
- 與不同知識水準對象的會談 / 103
- 對語言不同對象的會談 / 104

## 第 7 章 進行會談的各種技術與要點

105

- 會談重點首先要放在病人所關心的主訴問題與求醫動機 / 105
- 必要時要解釋會談為何談那些話題，其目的何在 / 106
- 協助病人能揭露敘述自己的煩惱與問題：基本要領 / 108
- 有技巧地引導會談的進行與方向，並提升其了解的層次 / 109
- 總結：會談要朝向終能指點、提議、輔導的方向推行 / 114



## 第9章 如何依靠會談而進行心理診斷與病情解析 115

- 臨床診斷、心理診斷、病情解析 / 115
- 結合學理與經驗，推展診斷與解析的方向 / 119
- 就片段資料而做連接性、系統性、連鎖性探索 / 122
- 隨輔導治療而發覺連帶性新資料，隨時修改病情解析 / 123
- 實例說明 / 126
  - ◆ 案例一：搬去跟父親與繼母住在一起後發生抑鬱的年輕女性 / 126
  - ◆ 案例二：出門怕碰到女士的中年男人（朱金富） / 129

## 第10章 施行會談時要注意的各種具體事項 137

- 會談場所與隱私性環境的考慮 / 137
- 保密的許諾與遵守 / 138
- 保持治療者與病人間的職業性關係與專業界限 / 139
- 會談要考慮的一些具體項目 / 140
- 會談錄音或錄影的問題 / 142
- 使用翻譯者的技術與要領 / 142
- 治療費用的支付與送禮的問題 / 144

### 第二部

## 心理治療的治療操作

## 第10章 如何決定治療的策略與方向 149

- 建立適當的「病情解析」，動態性、概念性地了解病人的主要問題 / 150
- 從病人目前最關心的迫切問題著手 / 150
- 幫助病人減除目前最難受的症狀與所關心的問題 / 151
- 逐漸把治療重心放在關鍵性的問題與癥結 / 151

- 建立「治療性」的醫患關係 / 152
- 關心並幫助病人更改應付困難或處理問題的模式 / 152
- 兼顧並調整病人基本性格上的問題 / 152
- 實例說明 / 153
  - ◆ 案例一：跟誰都合不來的中年婦女（林紅） / 153
  - ◆ 案例二：渴望遊歷四方、浪跡天涯而不想上學的高一女生（林紅） / 159

## 第11章 隨治療模式的不同而採用不同的會談形式與治療方法 169

- 支援性治療模式的會談與治療方法 / 169
- 分析性治療模式的會談與治療方法 / 171
- 認知性治療模式的會談與治療方法 / 176
- 行為性治療模式的會談與治療方法 / 178
- 人際性治療模式的會談與治療方法 / 179

## 第12章 如何隨病人的不同病情而進行輔導的模式 181

- 依據支援性治療的技術，提供所需支援，穩定病情，度過困境 / 181
- 運用認知療法的原则，改變非功能性的想法與見解 / 182
- 嘗試分析的要領，進一步了解動態性病情與癥結 / 182
- 採取行為治療的原则，督促行為的實際更改 / 182
- 依照人際關係輔導的方式，輔助並改善與人的關係 / 183
- 依循哲學性療法的主要點，調整對人生的看法與態度 / 183
- 實例說明 / 183
  - ◆ 案例一：喜歡偷拿女人內衣或內褲的中年男人 / 183

## 第13章 如何隨輔導的過程與階段而進行治療 191

- 初期：建立關係，分析與診斷，支持與改善 / 191



- 中期：利用關係，繼續分析，更改認知與行為，消除情感上的癥結 / 192
- 後期：誘導性格的更改，人格的成熟，人際關係的改善 / 193
- 結尾：回顧治療的過程與效果，並討論將來改善的方向與目標 / 193
- 病人提早停斷治療的情況與理由 / 194
- 實例說明 / 196
  - ◆ 案例一：一說上學就肚子疼、眼疼、心煩的國一女生（林紅） / 196

## 第14章 如何處理治療上的特殊情況與問題

209

- 特殊身分病人的治療問題及其處理要領 / 209
- 牽涉到法律情況的處理 / 212
- 病人患嚴重疾患，面臨死亡的情況 / 214
- 治療者本身生病或發生生活上重大變化 / 214
- 非職業性醫患關係的問題 / 215
- 實例說明 / 216
  - ◆ 案例一：由家屬陪同，來勢洶洶的高官病人（朱金富） / 216
  - ◆ 案例二：某高級官員女兒的諮詢（朱金富） / 220

## 第15章 如何判斷治療的效果

223

- 審查療效者：病人本身、家屬、治療者，或者外人 / 223
- 判斷改善的層次與方向：症狀、問題、適應、人格 / 225
- 檢查療效的時機與階段 / 227
- 實例說明 / 228
  - ◆ 案例一：三個親人相繼去世的創傷（朱金富） / 229
  - ◆ 案例二：常鬧夫妻矛盾而生活感到很累的中老年人（朱金富） / 233



**第16章 如何準備輔導的結束**

239

- 輔導結束的判斷與決定 / 239
- 結束輔導的準備 / 241
- 如何結束輔導的一些要領 / 242
- 對結束輔導有困難的病人及其處理要領 / 243

**第三部**

**個案實例：進行治療操作的整體性說明與討論**

**第17章 精神病患者的治療操作**

247

- ◇ 案例一：妄想懷疑妻子不貞而煩惱的男人（朱金富） / 248
- ◇ 案例二：患精神分裂症並有戀物癖的男性病人（陳一心） / 257

**第18章 神經症患者的治療操作**

269

- ◇ 案例一：精神解離，與「鏡中人」說話的國一女生（陳一心） / 270
- ◇ 案例二：強迫性地怕髒、怕血、怕病的病人（叢中） / 279

**第19章 兒童與青少年心理問題的治療操作**

297

- ◇ 案例一：在班上往同學水杯中撒尿的男孩（林紅） / 297
- ◇ 案例二：使用暴力，打傷同學的國一男生（陳一心） / 309
- ◇ 案例三：想轉體育學校而跟父母發生矛盾的國二男生（林紅） / 319
- ◇ 案例四：沉迷於網路世界，難以自拔的高中男生（林紅） / 342