

**The Supervisory Relationship:
A Contemporary Psychodynamic Approach**

督导关系

——一种当代心理动力学方法

【美】Mary Gail Frawley-O'Dea Joan E. Sarnat 著
李芑 傅文青 等译



【英】Michael Neill, Nicholas J. White, Anne E. Thomas 著
陈永明 译

督导关系

The Supervisory Relationship:
A Contemporary Psychodynamic Approach

督导关系

——一种当代心理动力学方法

【美】Mary Gail Frawley-O'Dea Joan E. Sarnat 著
李芃 傅文青 等译

图书在版编目 (CIP) 数据

督导关系：一种当代心理动力学方法 / (美) 弗劳利-奥戴 (Frawley-O'Dea, M. G.), (美) 萨奈特 (Sarnat, J. E.) 著; 李芃等译. —北京: 中国轻工业出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5019-8183-0

I. ①督… II. ①弗… ②萨… ③李… III. ①精神疗法 IV. ①R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第067043号

版权声明

© 2001 The Guilford Press
A Division of Guilford Publications, Inc.

总策划: 石铁
策划编辑: 孙蔚雯 责任终审: 杜文勇
责任编辑: 戴婕 孙蔚雯 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: 三河市鑫金马印装有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2011年6月第1版第1次印刷

开本: 720×1000 1/16 印张: 17.50

字数: 190千字

书号: ISBN 978-7-5019-8183-0 定价: 35.00元

著作权合同登记 图字: 01-2010-5645

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: wanqianedu@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

101072J6X101ZYW

译者序

心理督导 (supervision) 是心理咨询与心理治疗培训过程中不可或缺的一环, 是指学习者在有经验的督导者的指导帮助下, 实践咨询技巧、改进咨询工作、提高自身专业水平的过程。督导也是一种同行间分享临床知识、澄清治疗思路、提升治疗技巧的学习过程。

在精神分析取向的督导过程中, 有经验的督导师通过对分析师治疗案例的观察、分析和指点, 可提高分析师对情感变化的敏感性、对治疗过程中情感与观念的卷入程度的控制力, 提高其对自己的人格与人际交往的敏感性以及在心理治疗中与来访者建立新型人际关系的能力。督导中的个人分析部分, 也是初学者在被督导的过程中, 对个人成长中的情结进行领悟和修通的过程。

精神分析督导诞生于一个非常广阔的精神分析文化里。自弗洛伊德创立精神分析疗法伊始, 根据他的“每个分析师自己必须被分析”的观点, 对治疗者的分析与督导已经成为现代心理治疗中不可或缺的组成部分。发达国家心理咨询与治疗人员的培养都有完善的督导训练过程, 如美国心理学会规定取得心理学博士学位后, 必须具有至少2年(3000小时)被督导的心理服务经验, 方可申请做心理咨询的资格, 即使申请者获得了独立执照后, 也必须接受终身的专业督导。专业督导有三个方面的作用: 第一, 对申请执照者进行筛选, 防止不符合要求者进入本行业; 第二, 帮助申请者掌握基本的专业能力和素养, 包括基本理论、技能和职业伦理方面等, 并保证申请者所服务的对象的合法权益; 第三, 为专业人员提供持续提高和发展的机会, 促进整个行业的健康发展。

我国心理咨询行业起步较晚, 虽然目前已有心理咨询师的准入要求, 但



对督导师的资质认定尚无标准，缺乏督导的规范与系统的培训；对心理咨询人员的专业督导还没有形成制度性要求，没有建立完善的督导体系。至于心理督导的经验交流、伦理学研究和督导理论的撰述就更少了。我们查阅文献发现，十年来正式发表的关于督导的论文仅有十余篇。在对我国心理服务人员督导现状的一项大样本调查报告（陈红等，2009），42%的心理健康从业人员从来没有接受过专业人员的督导，71.5%的专业人员目前没有心理督导，只有1.7%的专业机构总是为专业人员聘请督导，而46.6%的机构从来没有聘请过督导。健全的督导制度是心理治疗行业服务质量的一种保证。为提高我国心理咨询服务人员的素质，建立心理咨询行业的行为规范，尽快培养一批高水平的督导师队伍，按照国际惯例和法律要求建立我国自己的心理健康服务的督导体系势在必行。

我们翻译的《督导关系——一种当代心理动力学的方法》一书，系美国 Mary Gail Frawley-O'Dea 博士与 Joan E. Sarnat 博士合著，两人均是有丰富经验的督导师。书中凝聚了她们长期以来对督导工作的深度思考和经验，倾注了她们对心理督导工作的满腔热忱和所付出的心血。该书是精神分析取向的临床督导的一个有用的工具，它对临床理论、督导过程，特别是督导者与被督导者、治疗师（即被督导者）与患者的双向关系给予了丰富生动的论述。这种在人际关系视角中描述督导过程的经验，对我国心理治疗界深化对督导关系、督导功能的认识极有启发。

两位作者的写作目的和主要观点是：现代精神分析的治疗已经从经典精神分析强调理解病人内在驱力和心理结构的方面；转向了对病人内在客体关系的理解。与治疗实践相适应，过去的督导关系模式以讨论病人的心理动力学为督导工作中的重中之重，甚至是工作唯一的重点，而现在，人际关系视角下的督导关系应该浮出水面了。过去的治疗师有一种根深蒂固的观念，即认为督导者的工作是一个治疗师事业成长的自然发展，个人到了那一步自然会有能力去解决遇到的问题，而督导工作也不过是“把别人当时教给自己的

再教给被督导者”而已。因此，本书目的即是要填补以往在精神分析督导中精神动力学研究上的空白，并且在现代关系理论与治疗模式的指导下为读者们提供一个系统完善的督导关系模式。Frawley-O'Dea 系统地总结了督导关系理论，发展了一种强调平衡的督导关系。也就是说，如何在传达具体知识和技巧的同时，找出恰当的方法，以督导关系本身为平台来传达相关信息。

全书共分7章。我的学生李芑主要翻译了前言及第四章、第五章、第六章和第七章，赵幸福、杨凤池、陆宇光、李京、单敬及李茹等完成了第一章、第二章、第三章的初译，傅文青对全书进行统稿和审校。李芑在组织翻译和承担任务中做了大量工作。

本书可作为我国心理督导师与心理咨询师的培训参考书，或用作培养医学心理学专业研究生心理治疗技能的教材。我们也殷切希望广大心理咨询师、精神科医生及教育系统的心理咨询人员喜欢这本书并将其理论观点用于督导实践中。

在翻译和校对过程中，我们觉得这本书的语言和思想颇有深度和难度，由于能力所限，翻译稿难免有问题和瑕疵，恳请各位同行、专家批评指正。在引进和出版本书过程中，我们得到了“万千心理”的编辑孙蔚雯女士的帮助，在此，表示衷心的感谢！

傅文青

2011年3月于苏州独墅湖

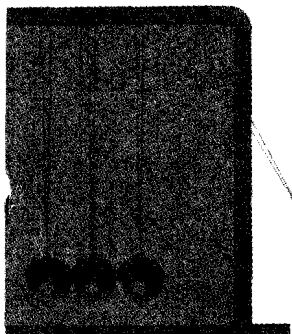
目 录

导 言	1
第一章 精神分析督导的历史视点	13
弗洛伊德和经典精神分析思想模式	14
弗洛伊德式的督导传统	16
费伦奇的督导模型	18
弗洛伊德和费伦奇之后的督导	21
现代督导的道路	24
第二章 督导模式	27
督导工作的分类学	27
主要督导模式	31
关系模式与进步的折衷主义	46
第三章 关系理论下的督导模式	55
一种督导关系模式	64
维度 1：督导者权威的本质	65
维度 2：与督导工作相关的信息	67
督导中的退行与分裂	71
维度 3：督导者的基本参与模式	75



第四章	督导者的学识、力量与权威（第一部分）	81
	后现代世界中的权力	81
	在并不对等的背景下探讨相互性	87
第五章	督导者的学识、权力与权威（第二部分）	97
	督导工作中的评估	97
	督导者作为外界的代表	100
	督导工作中的性别界限	105
	性别、权力与权威	107
	现代督导者的外界压力	112
第六章	有关退行的再思考	115
	定义退行	116
	督导关系中的退行：相对保守的姿态与对其的限制	119
	探索被督导者的退行	122
	督导者的退行	132
	一个督导案例的摘要	135
第七章	教还是治	149
	反对者：治与教不能混淆	149
	教还是治：现代视角	150
	有关教与治的几个设想	154
	如果被督导者正在接受心理治疗	161
	当督导者没有同时接受心理治疗	173

第八章 再顾并行处理过程	189
并行处理过程：一个概念的引申	189
以关系视角看并行处理	193
每天生活中的并行处理现象	200
第九章 现代案例研讨会	219
谆谆教诲型的案例研讨会	220
交流型的案例研讨会	223
结 语 督导双方及其他参与者	243
参考文献	257



导 言

从着手写这本书以来，我们便开始学着欣赏被督导者在至少三个关系中所处的中心轴位置——治疗师（即被督导者）对病人的关系、被督导者对督导者的关系、病人反过来对治疗师的关系。被督导者在这些关系中的位置很特殊，因此也要面对很多挑战。在写作过程中，我们逐渐对被督导者所面对的各种关系、各种可能和随之而来的所有挑战有了进一步的了解。有关督导关系的工作至少涉及三方的关系和需求，各关系之间形成了一个庞大而复杂的关系群，彼此相互联系和影响，却又保持着各自的独立。我们希望读者通过对本书的阅读，渐渐开始学着欣赏甚至“玩味”种种“错综复杂”的督导关系群。

不论是精神分析师、心理动力方向的临床工作者，还是其他在精神健康领域工作的从业者，在学习和实践心理治疗的过程中，都要花上非常多的时间与临床工作督导者探讨自己对病人的治疗情况。尽管督导工作的核心任务是对心理治疗师或精神分析师进行从业训练，但是，这方面的文献和参考资料相对来说却很稀缺。据我们所知，目前业内主要有6本比较详尽的原创参考书籍（Dewald, 1987; Ekstein and Wallerstein, 1972; Fleming and Benedek, 1966; Jacobs, David and Meyer, 1995; Langs, 1979, 1994）以及一本综述性参考书（Wallerstein, 1981），这几本书都主要以传统的自我心理治疗方法为前提，或者说它们都不是从关系理论出发的。这些书中阐述的都是很棒的治疗方法和督导关系处理技巧，但却都未提及在现代关系理论的指导下，心理结构、心理健康、心理病理和治疗方法的发展，都未考虑到现今神经科学的发展，临床心理治疗师的心理动力需要。



有两卷论文专著 (Caligor, Bromberg, and Meltzer, 1984; Rock, 1997) 将督导工作看做是为了调整各种关系, 另有一卷 (Lane, Ed., 1990) 在某种意义上也表达了相近的观点。几位学者的论文涵盖了督导工作中的几个重要议题, 如并行处理、督导僵局、督导工作中的评估等, 但没有提供一种综合的、完整的、能系统包揽督导工作方方面面的模型。

这几本书就是我们所知道的、图书馆中能找到的、对督导工作有建设性指导意义的参考资料。事实上, 如果我们仔细想想关于精神分析的各种参考文献, 从移情、反移情到边缘人格障碍病人的治疗和自我架构混乱, 那么, 我们不论从哪个主题都将发现, 目前对精神分析督导中的心理动力学研究仍然是个大大的空白。很多治疗师有一种根深蒂固的观念, 即认为治疗师的职业成长是一个自然发展的过程, 个人到了那一步自然会有能力去解决遇到的问题, 而督导工作只不过是“把别人当时教给督导者自己的再教给被督导者”而已。因此, 这本书的写作目的之一是, 既要填补这种文献上的空白, 又要在有关心灵与精神分析治疗的现代关系理论观点指导下为读者提供一个系统完善的督导关系模式。

近来, 关于精神分析、发展心理学、心理病理学及心理治疗等的理论都有了发展和变化, 特别是在最近的二十几年。相比之下, 督导关系模型却依然还是老样子。近年来, 关于内在精神世界的驱动力和与驱动理论的其他观点及心灵架构已经不再被大家所强调, 也就是说, 它们已经不被看做是理解个人精神世界的关键, 也不是个人精神世界的核心奠基物, 而现今已经有越来越多的临床治疗师把内在的关系世界看做是构建人格的关键结构。因此, 很多心理动力方向的治疗师的兴趣从研究内在驱动力和对神秘的内在世界的解读转到病人的无意识关系模式上。因为病人是以自己内化的关系模式接触周围的人与事, 对于他们来说, 所有重大的生活事件都发生在这个关系模式的背景下, 而这些内化的模式在心理发育早期逐渐形成, 又在后天不停地发展变化, 所以在治疗中, 过去所倡导的那种“白板”式治疗——即始终保持



中立立场、客观角度，不参与病人精神世界的治疗——已经不能满足病人治疗的需要。意识与无意识之间的界限已被大家认为是一种流动的状态，而病人“自我知觉力”和自我认识被认为是：当处在较良好的心理状态时，他们对于自己的经历和体验能够有持续增强的理解力。另外，现代的关系理论认为，分裂、退行等现象是组织心灵架构、处理内在信息的重要机制。

在关系理论指导下的精神分析理论认为，病人和治疗师在治疗过程中是互动着共同参与治疗工作的。在双方的互动中，病人内在的关系世界被慢慢感知并逐渐清晰地浮现，特别是那些受压抑的或分裂的部分。各种关系和体验是在自我认知的大背景下互相转换的，对病人内心世界及认知的解读虽然仍然是治疗的一部分，却不再被认为是帮助病人达到成长和改变的必要条件。Greenberg（1996）曾总结过这样一个转变：“治疗，最重要的是对于经历的创造与‘再创造’，即在病人—分析师的关系中重新演绎和操纵这些经历。将这些经历用语言表达……虽然仍然很重要，但这些经历本身和重新演绎的过程却比表达和解读更加重要。”

关于精神分析的其他理论研究已经有了显著的变化，对于人格和内在世界的认识也经历了翻天覆地的改变，我们自然会期待有关督导工作的模式也相应地发展，而这种变化也应该是理所当然的。就过去的督导关系模式而言，有关病人的心理动力讨论才是督导工作中的重中之重，甚至是工作唯一的重点。所以，在关系视角下的督导关系应该浮出水面。事实上，本书里引用的很多学者已经发表的文章认为，督导理论若能以现代治疗理念为指导，则督导双方都能在更和谐的工作中获益。因此，这本书为读者提供了第一手资料，构建了在现代关系理论指导下的督导关系模式，即在某种程度上由督导者支撑的、与现代心理治疗方式相类似的督导工作。换句话说，督导双方联系的媒介应该是督导者努力向被督导者传达和教授讯息。

尽管我们一直在“推销”督导关系理论，但我们也非常明白，让督导双方和谐工作的方式很多，我们的关系理论不仅能够帮助督导双方配合得更加



默契，而且能帮助被督导者专业成长得更有效率。其实，本书提供的督导模式中的一个主旨就是不同的督导对组合所形成的督导关系的独特性。因此，我们请读者在阅读和使用本书所提供的建议时，将这些建议看做是一条基线，来比较自己的督导关系偏离的程度。我们的首要目标是激发读者有意识地对自己所处的督导关系进行思考，以发现他们或许还没有注意到的那些深层次问题，根据个人和临床工作需要，发展自己的督导关系模式。

这本书贯穿着我们的理论观点和为支持这些理论而举出的实际案例，其中一些案例来自我们在做督导者和被督导者时的亲身体验，还有一些来自于周围的同事，经允许，我们得以引用他们的资料；剩下的一部分取自我们之前与一些被督导者合作时留下的记录。在所有引用的案例中，当事人的真实姓名都被化名所取代，但有一个案例除外，因为它的原始材料并非是文字记录式的，而是为了最大程度支持我们的观点而选用的单方面主观感受。与此同时，我们明白所选的案例不可能把当时真实情况的每一面都呈现出来，也不可能完全地满足所有临床和督导工作情况的需要。

当不是具体叙述某一个案例时，我们在本书里对于性别的使用大体上是1：1，即提到督导者或被督导者时，以“他”代表的督导者和以“她”代表的督导者数量大约是1：1，对于被督导者和病人来说情况也是一样，因为我们觉得用一个性别比用“他/她”这样的表述更简练，也更不容易分散注意力。

在写作这本书的过程中，我们充分体会了“以行动说话”的意义，我们一边探索和完善理论，一边也在亲身实践自己的观点，所以本书的写作过程就是一个以彼此互动、共同协商、权力分享为主题的关系发展过程，其中权威与个人的弱点、攻击性等问题屡见不鲜。我们相信，无论是采取什么方式，只要彼此真诚合作，工作就是最有效率的。换句话说，当各方成员都能够在彼此关系发展和变化的同时注意到关系的细微变迁之处，合作会更加和谐。因此，借着写这本书的合作，我们两个笔者也对彼此有了更深刻的理解——作

为分析师、思想者、作者和普通的人——在以多重角色与彼此对话的过程中，我们也进行着自我分享与剖析。

因此，关系理论不但是我们这本书的主题，也是我们写作这本书时每个人的经历。在共同写书的过程中，我们一直彼此鼓励，以发挥各自最大的想像力，同时也不忘要大胆地向对方表达自己感到的负面情绪，比如失望和对对方的不认同。由于我们能够将主要督导关系理论建构在与对方交换意见和共同参与的基础上，因此，我们在专业上也有了长足的进步。随着写作工作的深入，我们切身体会到对方或真实、或主观想象出的批评意见，与对方和对方的批评产生移情与反移情，同时我们期待和接收着其他督导者、被督导者和同事们对我们工作的反馈。在对待共同的工作上，我们最大程度地实践了本书所倡导的观点——与对方进行平等的交流，分享自己对问题和各种不确定情况的恐惧、希望与幻想。所以，我们不但在专业上有了很大长进，个人心智也得到了锻炼，并逐渐成熟——我们对彼此的了解更深入，对自己的认识更透彻，对方所认识的自己也有了全面的接触。总之，我们借一起写这本书的机会再次亲身实践了书中的内容，对此，我们感到十分高兴和满足。

细细说来，我们两人与督导关系理论的结缘方式还是很不同的。

Joan 读博士研究生时的主攻方向是自我心理学，当时她在密歇根大学的临床心理学系就读，之后在圣弗朗西斯科的锡安山精神病院进行博士后实习，同时也在主持安·阿伯的一个小组研究，主要内容很有“反文化趋势”意味。大体来说，她们的研究是在重视平等、真诚和透明的背景下进行的。这种20世纪70年代末的“双重生活”，让她既尊重当时自我心理学的主流学术观点，又对此秉持着比较中立的批评态度。关系理论在20世纪80年代崭露头角，给了Joan一个全新的视角，让她能够在之前的两种态度之间找到平衡和联结点。不久，她开始了在北加州精神分析协会的进修，主攻方向是精神分析理论比较，那段时间的训练使她对之前学习时所持的观点进一步清晰起来，矛盾进一步融合。Joan很看重在精神分析过程中参与者之间产生的关系



和对彼此的理解、看法，她在本书对督导关系的论述中也一如既往地保持着这样的视角。

另一位作者 Mary Gail 在纽约的阿德尔菲大学完成心理学博士研究之后，留在该学校下属的德纳高级心理研究院继续博士后实习，专业方向是客体关系和人际间交往理论研究，而且对当时一直被称为“前俄狄浦斯病理”的心理现象很感兴趣。再之后 Mary Gail 把研究方向转为精神分析关系理论，这似乎是一件理所当然的事。除此之外，她与督导者当时密集研究的内容是心理创伤，尤其专攻童年性虐待，那段研究经历使她确信：个人的经历，特别是病人与分析师间的治疗关系体验，应该是治疗工作中一个不断变换的关键点——在病人与分析师的互动中，一些退行与进步性的关系模式被双方不断操纵，关系主题也在互动中逐渐清晰。她与 Jody Messler Davies 合写的《对童年性虐待幸存者的治疗》（*Treating the Adult Survivor of Childhood Sexual Abuse*, 1994）也进一步地帮助她完善了自己对于精神分析治疗中关系理论应用的观点。

Joan 对于督导工作的特别关注始于一次令人挫败的督导合作经历。当时，她的督导者是一位在世界上负有盛名的精神分析师，他著作等身，对于深层分析和主体间相互交往过程的各个细微之处都有深入的研究。然而，他的督导工作却是另一种光景。当 Joan 自己的治疗工作和督导者的督导工作都遇到了阻碍时，这位声名显赫的督导者却不愿意在督导中面对督导关系出现的问题，他们的督导关系也最终以不愉快的经历提前结束。那一段经历促使 Joan 开始探索督导工作的世界，尤其是在她的事业发展到与这种工作方式不可分割的时候。

第二个对于 Joan 产生了很大影响的督导经历发生在几年之前。那一年她要同时督导 5 个研究生，而且每个星期都要和他们一起开一个案例讨论会。因为当时所在培训项目的设置，Joan 的一个资质最老的被督导者也被要求对其他四个研究生进行督导，然后在每星期把她与其他四人的督导情况汇报给

Joan。项目独特的设置迫使 Joan 必须面对不同个体的不同情况，并以此创造出适合于不同“督导对”的督导关系模式。对 Joan 来说，有时看到同一个被督导者对病人的治疗工作在不同督导者的指导下居然可以有如此巨大的反差，她感到有些难以接受。Joan 关于督导的首篇论文（J. Sarnat, 1992）和她之后对于关系理论下的督导关系模式的浓厚兴趣（J. Sarnat, 1997, 1998）都与那一年不同寻常的督导经历密不可分。

与 Joan 的经历相似，Mary Gail 开始对督导关系产生兴趣也是源于一段非常令人失望的督导体验。当时，Mary Gail 是一位即将踏上职业道路的分析师候选人，因为十分欣赏一位学者对移情—反移情群在治疗过程中发展的研究和他在治疗工作中对微小细节的注意与处理分析方法，她选择了这位学者作为自己的督导者。然而，在与他的督导年中，Mary Gail 感到这位督导者对与她发展的督导关系非常淡漠，似乎毫不关心，这让她非常有挫败感，并且随着工作的推进，这种挫败感有增无减。在他们的督导年快要结束时，她与他谈及一年来在一起工作的这些感受。在得知 Mary Gail 的那些感受时，他表现出了前所未有的宽容、开放态度，这才真正与她产生了互动。在 Mary Gail 看来，这种真正的人际间互动在整个一年都是缺乏的。只有在他向 Mary Gail 真正敞开心扉的时候，Mary Gail 才觉得他成为了自己一直期望与之一起工作的那种督导者。他们最终就这个问题一起发表了论文（Frawley-O’Dea, 1997a; Hirsch, 1997）。

那段特殊的督导经历唤起了 Mary Gail 心中对督导的无尽思索，即督导关系与被督导病例以及治疗关系的契合和相互的渗透依附。她意识到，大多数督导者只忠于具体的病例内容——他们告诉被督导者病例中哪些东西、哪些信息是重要的，必须去挖掘和解读。她觉得仅仅做到这一步是不够的，而大部分督导者没有给整个督导过程以足够的注意力：他们没有注意到自己与被督导者间发展的督导关系与治疗关系实际上是有可类比之处和相平行的地方的。因此，尽管他们致力于教授被督导者应该注意治疗工作中出现的哪些