

积极的回应
以人为中心的心理治疗
一种对话的取向

Peter F. Schmid

以人为中心疗法研究所 (IPS), 奥地利
西格蒙德·弗洛伊德大学, 维也纳
Saybrook研究生院, 旧金山

“你只会听到你能够回答的问题”

弗里德里希·尼采

以人为中心的心理治疗 一种对话取向

- I. PCT的发展：理解关系的实质
- II. PCT的一些基本原理和特点。
- III. PCT和心理治疗的对话性本质。

以人为中心的心理治疗 一种对话取向

- I. PCT的发展：理解关系的实质
- II. PCT的一些基本原理和特点。
- III. PCT和心理治疗的对话性本质。

I. PCT的发展：理解关系的实质

- 非指导性

不干扰自我实现的过程

- 以来访者为中心

治疗性人格变化的充分必要条件

- 以人为中心

治疗是一种相遇

来访者是自我治愈者---治疗师是促进者

PCT中关系维度的出现

- C. R. Rogers** ‘治疗是关系或相遇’ (1962)
- P. F. Schmid** ‘治疗是人与人相遇的艺术’ (1989)
- W. Pfeiffer** ‘关系是PCT和核心疗效因子’ (1989)
- R. van Balen** ‘罗杰斯的对话发展’ (1990)
- B. Thorne** ‘亲密感’ (1991)
- M. O’Hara** ‘关系性的人本主义’ (1992)
- L. Holdstock** “自我的本质是互依而不是个人中心” (1993)
- U. Binder** ‘共情与社会认知的观点采择’ (1993)
- G. Prouty** ‘前象征体验，接触与治疗前’ (1994)
- G. Barrett-Lennard** ‘来访者为中心的关系性心理治疗’ (1998)
- D. Mearns** ‘自我的对话性模型’ (2000)
- M. Warner** ‘接触、脆弱以及解离的过程’ (2000)
- M. Behr** ‘交互式的共鸣’ (2003)
- A. Bohart** ‘作为自我治愈者的来访者’ (2004)
- M. Cooper** ‘治疗中的关系取向流派’ (2004)

心理治疗的两极化模型

P. F. Schmid:

‘治疗---人与人相遇和对话的艺术’

1989; 1991; 1994; 2001; 2002; 2006; 2008; Schmid & Mearns, 2006

D. Mearns & M. Cooper

‘在深度关系中工作’

Mearns 1996; Mearns & Thorne, 2000; Mearns & Cooper, 2005

G. Barrett-Lennard

‘来访者为中心的关系性心理治疗’

1993; 1998; 2003; 2005; 2007

INCLUDES WORK BY CARL ROGERS
PUBLISHED IN ENGLISH FOR THE FIRST TIME

THE HANDBOOK
OF PERSON-CENTRED
PSYCHOTHERAPY AND
COUNSELLING

Edited by
Mick Cooper,
Maureen O'Hara,
Peter F. Schmid
and Gill Wyatt



增加对治疗中关系性的理解

- 交互主观性的精神分析
(移情-反移情关联体的交互影响)

- 认知行为治疗 (关系是治疗的序曲)

- 系统疗法(谈判)

- 存在主义与人本主义治疗

Martin Buber et al. → Hans Trüb, Ludwig Binswanger, Viktor v. Weizsäcker, Rollo May, Irving Yalom, James Bugental, Carl Rogers (作为一种关系的治疗)

PCT的发展：理解关系的实质

- 关系对所有心理疗法都十分关键
- 但是PCT“相遇”的概念标志了一个范式的改变
- 人是关系中的个体：独立与互依
- 在PCT中，关系不是途径或方法，治疗实际上是相遇，也是对话

以人为中心的心理治疗 一种对话取向

- I. PCT的发展：理解关系的实质
- II. PCT的一些基本原理和特点。
- III. PCT和心理治疗的对话性本质。

II. PCT的一些基本原理和特点

- 人
- 相遇
- 根本性的我们
- 临在
- 人性化
- 群体

PCT的技术

■ 人

- 根本性的关系本质
- 独立与相互联结
- 人类的形象：个体人类学，现象学以及存在



PCT的技术

■ 相遇

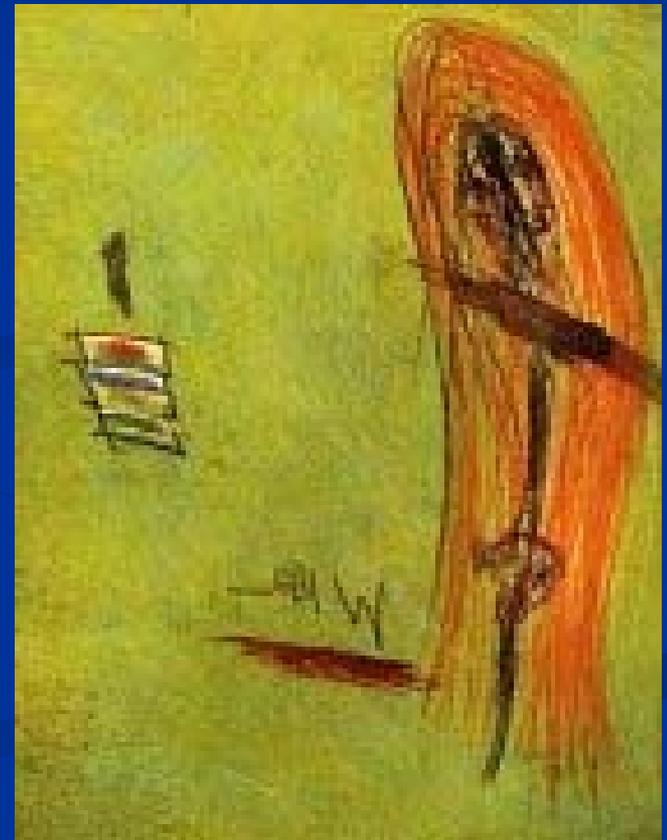
- 他者
- 改变的认识论
- 你-我关系



PCT的技术

■ 根本性的我们

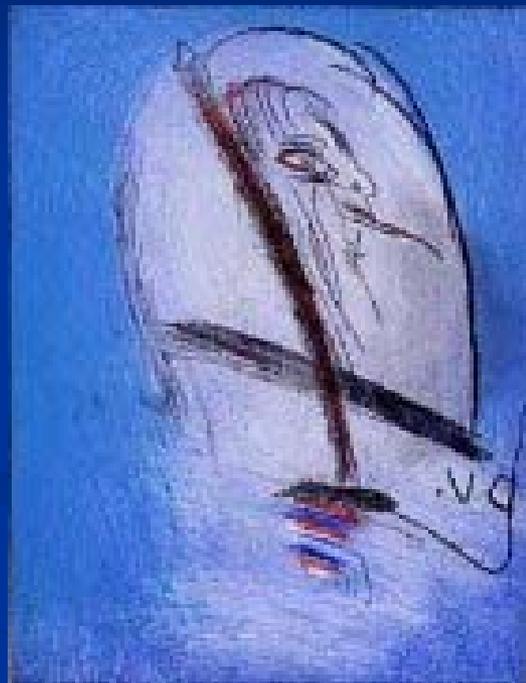
- 相遇是共同创造过程的核心
- 对存在情境的共同回应
- 心理治疗的两极模型：
来访者的肯定与治疗师的共情



PCT的技术

■ 临在

- 完全的临在
- 真诚，肯定与理解
- 临在与相遇的核心条件



PCT的技术



■人性的实现过程

- 能量-动力/行动-潜力动力因素
- 实现趋势的辩证理解
- 作为社会建构的实现趋势（不存在完全只依赖自我的发展）
- 人性化趋势：自由与创造力

PCT的技术

■ 群体

- “第三者”
- 治疗的基本聚焦点
- 个人与社会的交互面
- PCA是一种群体的取向



以人为中心的心理治疗 一种对话取向

- I. PCT的发展：理解关系的实质
- II. PCT的一些基本原理和特点。
- III. PCT和心理治疗的对话性本质。

Different meanings of 'dialogue'

“对话”的不同意义

- J. Finke & L. Teusch** 对话必须有功能性的关系作为背景
- G. Lietaer** 对话性的工作联盟
- K. Tudor & T. Merry** 对话是治疗的前提，也是治疗本身
- A. Bohart** 共同创造对话是心灵的相遇
- K. Tudor & M. Worrall** 对话是实践而交互关系是结果
- P. Sanders** 对话是帮助者与受助者之间共同创造的关系，而不是一种治疗流派
- D. Mearns & M. Cooper** 在深度关系中工作：“是两个人之间深入的接触和卷入，是双方完全地与对方在一起”
相遇的特殊时刻与关系的特殊性质

对话意味着什么？

* 希腊语 ‘δια-λεγειν’

δια = 在.....之间（介于）

λεγειν = 获得，收集，采集；谈话，说话以通过思考分离一些事物

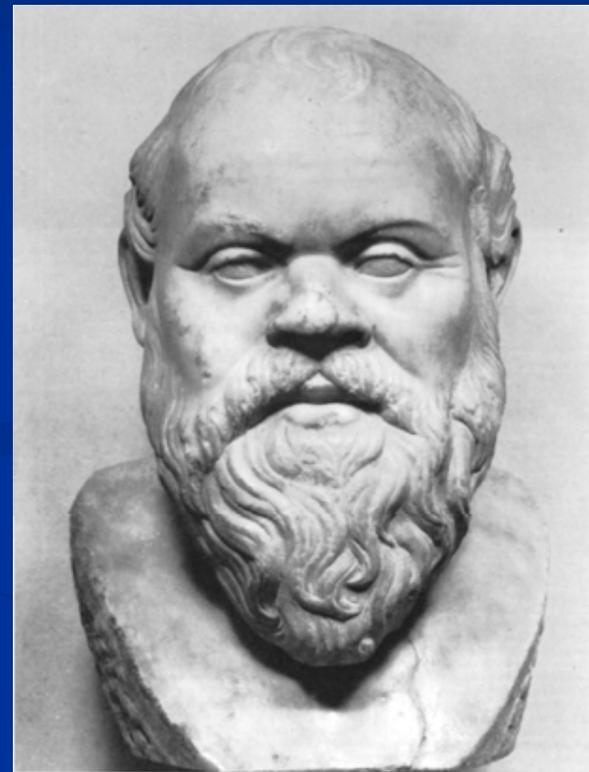
λογος = 单词，意思，意义
单词之间 → 意义流

对话：一般意义

- 人与人之间面对面的谈话，互动，讨论，交流言论
v. entre-tien (谈话), 交流 (社会性沟通)
- 对称与平等
- 一个人与另一个人的会面

对话：苏格拉底

- 对智慧的主动寻求
- εὖ ζῆν：为了更好更真实的生活
- 一种教育方法

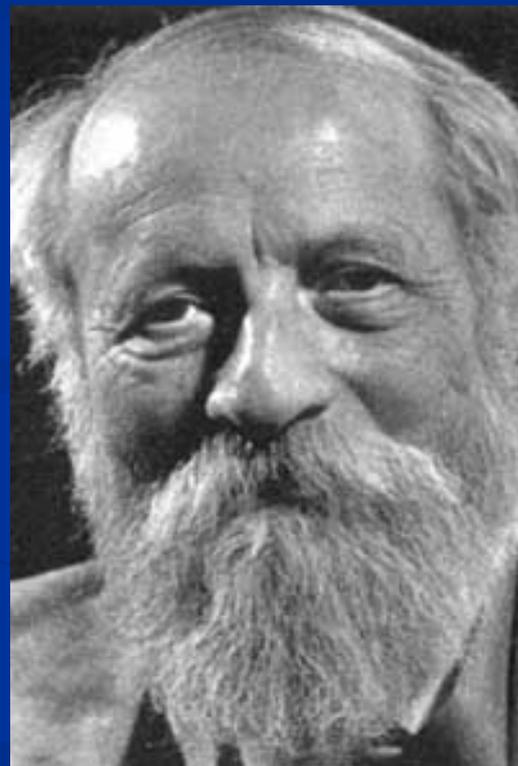


对话：马丁·布伯

(人格间) → 对话

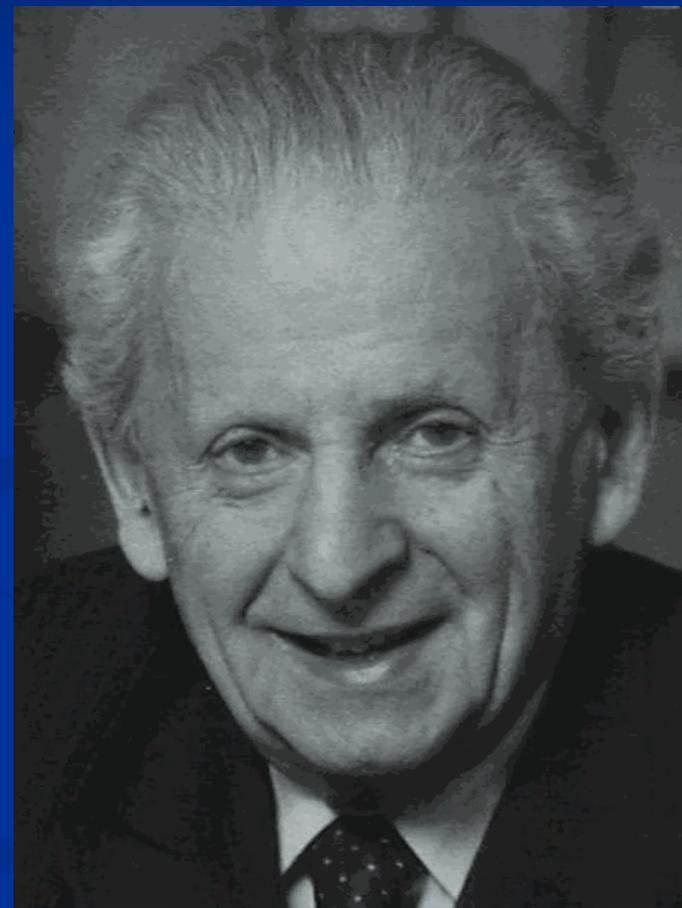
“人际的范围即是一种彼此之间的对立，
而展现这种差异的过程就是对话” 布伯，
1948

我-你关系



对话：以马利·勒维纳

- 原始的直接性的
- 并非经验的结果
- 原初的发生
- 去中心化：他人在先

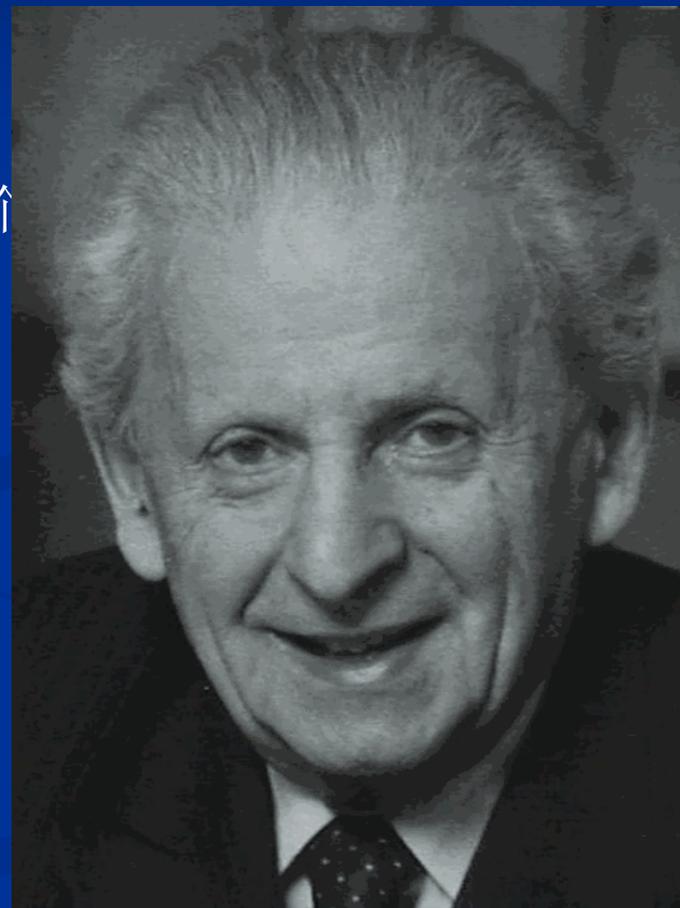


对话：以马利·勒维纳

对话→ 人格间

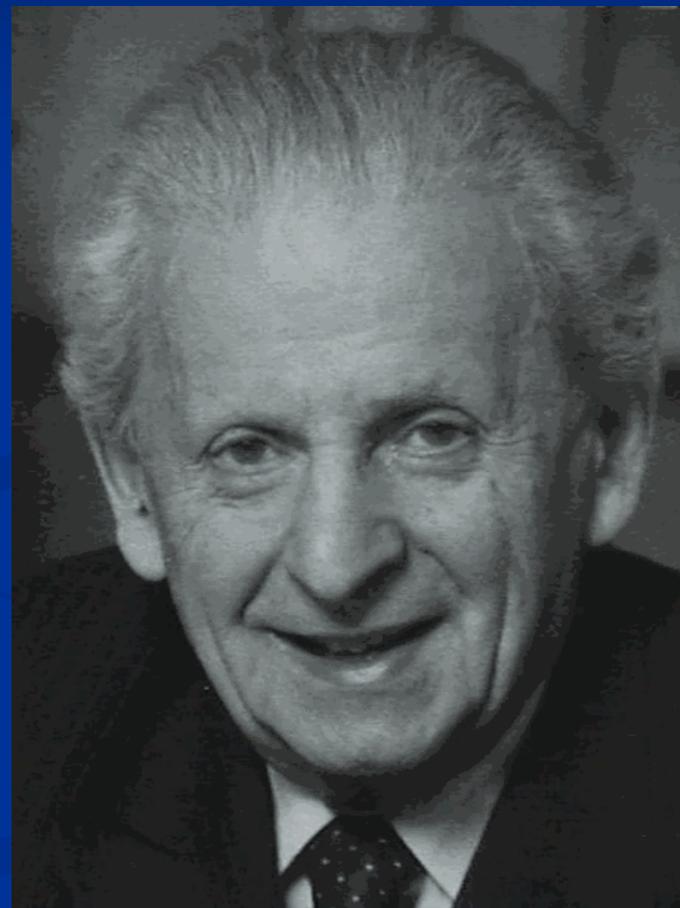
“恰恰是因为你不同于我，也就是从一个到另一个才有了对话” 勒维纳, 1981

你-我关系



对话：以马利·勒维纳

- 团结是人类的一个基本性质
- 其意义为：“我在这里。”
- 去中心化是伦理的来源
- 我是由他/她的责任构成的



对话

自我意识 → 对话

对话 → 自我意识

对话

人即对话

PCT的对话性理解为何意？

- 真正的人本主义治疗是非自我中心的
- 关注治疗师的态度即等价于“以治疗师为中心”
- 来访者为先

PCT的对话性理解为何意？

心理治疗意味着进入对话

PCT的对话性理解为何意？

心理治疗意味着进入对话

PCT的对话性理解为何意？

- 对话是治疗真正的开始。
- 投身于治疗中的人即为对话。

治疗就是对话？

心理治疗 → 对话

对话 → 心理治疗

PCT的对话性理解为何意？

- 对话是治疗真正的开始。
- 投身于治疗的人即为对话。
- 治疗是对话的展开。
- 临在是“我在这里”的基本表达。
- 相遇是对话的实现。
- 伦理上来说，治疗是为“来访者存在”的一种方式

PCT的对话性理解为何意？

PCT的对话性理解是对人类形象——人——
——的深刻理解

对话：一项伦理事业与一个政治宣言

- 作为一个人和一个专家受到存在性的挑战
- 拒绝以仅聚焦于问题及仅聚焦于方法
- 避免陷入助人职业的惯常看法
- 发展真正的人类的科学、研究和实践

“你只会听到你能够回答的问题”

弗里德里希·尼采

如果不承认其他人身上深刻的他性，那么回应也就不再是回应了；也就是说，回应是一种用言语和行为对他人的需求进行的响应，而这个过程本身会让我们自己感到惊奇

Bernhard Waldenfels



欢迎访问



pca-online.net

网站

Peter F. Schmid

Die personzentrierte Homepage

Le site centré sur la personne

De Persoonsgerichte Site

Site da Abordagem Centrada na Pessoa

Página Web Centrada en la Persona

彼得·史密德