

论心理咨询与治疗中的对立面转化

郑 敏

(武警合肥指挥学院, 安徽 合肥 230031)

摘 要:无论使用哪种心理咨询及治疗理论及技术,最终目的都是促使来访者异常心理向正常心理的转化,心理咨询师必须找准对立面转化的基础,发现对立面转化的条件,保证异常心理向着“自己对立面”的方向转化。

关键词:心理咨询和治疗;异常心理;正常心理;对立面转化

中图分类号:G448

文献标识码:A

文章编号:1672-447X(2010)06-0105-04

无论哪一种心理咨询与治疗理论和技术,都希望来访者从异常心理状态转化到正常心理状态。如果说人们对于来访者异常心理的领悟,仅仅是咨询主体在观念上实现了这种对立面转化的话,那么心理咨询师如何调动来访者的积极性,和他们共同努力,在咨询客体身上也实现这种对立面的转化,使来访者的异常心理转化成正常心理,就成为心理咨询和治疗追求的最根本目标。

一、对立面转化的准备——异常心理向正常心理转化的基础

正常心理和异常心理是一对矛盾,矛盾的统一性“有很多含义,如相互包含、相互渗透、相互一致、相互贯通、相互联结……等,但其中最主要的中心含义就是相互依存。”^[1]心理咨询师的任務,就是找准异常心理和正常心理是怎样互相依存的,是怎样互相统一的,找准了对立面转化的基础,就为以后对立面的转化作好了准备,就能达到异常心理向正常心理转化的目的。

使用精神分析疗法时,咨询师经常发现,来访

者意识中清楚地感觉到异常心理的存在,自己被折磨得十分痛苦,就是不明白症状的含义,不能觉察症状产生原因,他们更没有想到,导致症状的根本原因,深深地埋在潜意识之中。

精神分析的焦点不在于消除来访者的症状,而在于揭示其内在的心理冲突过程及其产生原因,在于让来访者明白自己意识中异常心理的来源,是自己潜意识中的异常心理,如果能够把潜意识的异常心理转化到意识领域,心理问题就能得到解决。显而易见,对立面的一方是意识中急待矫正的异常心理,另一方是深深埋在潜意识中的异常心理,两种异常心理具有统一性,它们“相互渗透、相互贯通、相互联结等,其中最主要的中心含义就是相互依存。”咨询师的任务就在于,从潜意识里准确找到和意识领域异常心理相互依存的另一种异常心理,以便解除来访者的症状,为实现异常心理向正常心理转化打下基础。

弗洛伊德在《精神分析引论》中讲述过一位老太太患有“嫉妒妄想”的症状,这位老太太已经有30多年幸福的婚史,突然接到一封匿名信,揭发自己的丈夫和某女人私通,经过老太太本人的调查、了

收稿日期:2010-09-25

作者简介:郑敏(1971-),安徽固镇人,武警合肥指挥学院副院长,教授,研究方向为哲学。

解和判断,加上丈夫的细心查找,此事很快得到妥善解决,老太太再也不去相信丈夫会发生这种事,至此,事情好像已经烟消云散。但是,从此之后,老太太潜意识中关于此事的阴影始终挥之不去,只要看到那位女人,甚至只要听到她的名字,老太太都会怒火中烧、无限忧虑,有时还会破口大骂,症状似乎比以前更加强烈,而且可能危及家庭安全。

这个现象使很多精神科大夫也觉得不可思议,分明已经完全解决的问题,怎么还会一直压在老太太的心上,使她久久不能释怀呢?原来,她迷恋上了自己年轻的女婿,“这种不可能的奇情,自然不能侵入她的意识的心灵之内;但它仍存在着,潜意识地予老太太一种沉重的压力。”^{[2]96}在老太太意识中,关于“丈夫的不忠实,实际上是对自己痛苦伤痕的一副安慰剂。关于她自己的爱,那是她永远不自知的。”^{[2]96}意识里怀疑丈夫不忠,潜意识里却是内心世界自己不忠的影子。关于这种现象,钟友彬先生写道,神经性心理冲突处于意识中,幼年性冲动处于潜意识中,二者不是处在同一个意识平面上,来访者为了避免焦虑,只好“运用精神防御机制把幼年性冲动,改装改制成外表看来和性无关的神经性症状,在意识上表现出来。”^{[2]98}

把潜意识的异常心理改头换面地在意识层面上表现出来的现象,即像老太太把自己潜意识里的迷恋女婿,反倒在意识里怀疑丈夫对自己不忠,在来访者和一般人看来,两者风马牛不相及。而精神分析专家清楚地意识到,两者之间正是一枚硬币的正反两面,它们互相依存,互相依赖,看到正面,必须想到,还有一个与之相对应的反面,缺少任何一面,另一面将不再存在,硬币将不再是硬币。要想达到矫正意识中异常心理的目的,一定要千方百计找到与之相联系的潜意识中的异常心理,一定要找到“老太太嫉妒妄想产生的”异常心理,找准了,就能把这些潜意识之中的异常心理,顺利地转化到意识之中,获得解释,转变成正常心理。否则,这种潜意识中的异常心理,就会作为一种压力,一直压得来访者喘不过气来,痛苦不堪,求医无门,有的甚至于走向轻生。

对立统一规律是宇宙中的普遍规律,使用精神分析疗法,应该遵循这一规律,使用其他咨询和治疗技术,也应该遵循这一规律。心理咨询的理论及其技术的表现形式是千姿百态的,其中所遵循的哲学原则却是共同的。

二、对立面转化的条件——异常心理向正常心理转化的桥梁

“一切矛盾着的双方,无不在一定的条件下,向着它的对立面转化,这种相互转化的过程之所以能够发生,能够实现,就是因为对立面之间,本来存在着由此达彼的贯通性。”^{[4]29}这些条件和贯通性虽然贯穿于整个咨询过程,但无声无息,无影无踪,是否善于发现和抓住这些条件,常常是衡量咨询师水平高低的重要标志。

心理咨询一般分为诊断、咨询和巩固三个阶段。诊断阶段是咨询的准备,在这个阶段,咨询师需要澄清来访者的问题,确定正常心理和异常心理是怎样互相依存的,为以后的咨询打好基础。咨询阶段是最核心、最重要的。在这个阶段,咨询师的主要任务是帮助来访者分析和解决问题,把他们的异常心理转化成正常心理,如果说在诊断阶段找准对立面的相互依存,确立对立面转化基础的话,那么到了咨询阶段,寻找、发现并抓住对立面转化的条件,就是实现对立面转化的关键。只有如此,才能够较好地实现对立面的转化。

寻找并发现对立面转化的条件,是不断探索的过程,是去粗取精、去伪存真、由表及里、由此及彼的过程,在这个过程中,通过与来访者的不断会谈,大量接触到来访者的外在症状,通过不断思索,逐渐接触到隐藏在症状背后的条件。当咨询过程越过山重水复,就要绝处逢生,进入柳暗花明的转折点时,常常出乎意料地遇到来访者的阻抗,来访者力图回避某种焦虑情绪,否认那些痛苦经历,阻止隐蔽条件的暴露。来访者以不同的形式表现他们的阻抗,有的来访者原本自由联想得十分流畅,一下子变得少言寡语,甚至一言不发,有的来访者却一反闷声不响的常态,表现出夸夸其谈,出口成章,和咨询师谈论很多心理学、医学或者其它与其异常心理无关的知识,表面上是与咨询师交流思想和情感,实质上是在这种交流的保护下,防止咨询师进一步了解自我的自我结构,有的来访者感觉到咨询师对自己的某种经历感兴趣,就去加以渲染,转移咨询师的注意力,不去继续诉说自己不适当的心理与行为。一句话,对于来访者,阻抗的目的是存在于潜意识的,却也无意识地把异常心理向正常心理转化的条件继续隐蔽起来。咨询师要想尽快地发现这些条

件,就要善于处理这些阻抗,巧妙地促使对立面“由此达彼的贯通性”逐步暴露出来。

钟友彬先生曾经接待过一位“强迫检查”的患者,13年的病程中,患者除了不厌其烦地检查丈夫和儿女们的衣物之外,还无休止地检查自己的衣物,把衣物翻来覆去,里里外外,抖动无数次才肯放手。做会计工作时,反复检查票据,做档案工作时,反复检查档案,在家做饭时,反复检查碗筷是否沾上票据。当客人离开自己家时,要送很远很远,生怕他们鞋底带走了票据。由于症状越来越严重,只好停止工作,住进精神病医院,治疗8个月,没有效果。转经钟先生治疗过几次之后,效果仍不明显,一谈到关键问题,来访者就闷声不响了。

后来,钟先生让她仔细回想家庭、夫妻关系等生活情景。在钟先生耐心启发,诚恳开导下,来访者讲出了一个想过多,又多次不愿说出来的细节,13年前一个夜间,和丈夫房事后,“把避孕套丢在地上,次日扫地时,把避孕套和其它垃圾一起扫出去,堆在屋门口,被大院里的青年看到,曾说了几句逗笑的话。丈夫知道后,认为‘丢人现眼’,为此事与病人争吵好几天,病人也自责粗心。此后,每天早晨起床后都要数次检查被子,扫出的垃圾也要检查几次才放心。”^[19]

从这些材料中,钟先生发现,来访者在家里时,反复检查丈夫、孩子、自己的衣物,工作时,反复检查帐目,送客人离家时,反复检查客人的鞋底。这个意识里的症状——“反复检查”,是由潜意识里的异常心理(“反复检查”被子、“反复检查”扫出去的垃圾)引起的,这个潜意识里的“反复检查”,又是由意识里另一种“反复检查”(检查避孕套和垃圾)的正常心理压抑到潜意识里的。这个过程就是由意识里的正常心理,转化(压抑)到潜意识里的异常心理,再由潜意识的异常心理,转化成症状里的心理障碍。“反复检查”就是这些对立面“由此达彼的贯通性”,就是对立面互相转化的桥梁,就是咨询师潜心寻找的对立面转化的条件,顺着这条桥梁走过去,就能把过度的不正常的表现为心理障碍的“反复检查”,经过咨询和治疗,转化成意识里正常的“反复检查”。

三、对立面转化的方向——异常心理向正常心理转化的保证

黑格尔说:“在对立中,有差别之物并不是一般

的他物,而是与它正相反对的他物……此一方只有反映另一方,才能反映自己。另一方也是如此。所以,每一方面都是它自己的对方的对方。”^{[19]254-255}在心理咨询中,来访者异常心理“自己的对方”,就是咨询师追求的对立面的转化方向,找准这个方向,朝着这个方向转化,才是有意义的,否则,都是劳而无功。

在来访者身上,心理咨询师遇到的异常心理是十分复杂矛盾的一方,来访者感觉到的,和他们向咨询师诉说的,表面上也是需要转化矛盾的一方,实际上,这一方往往不是真正需要解决矛盾的那一方,真正需要解决的矛盾,大都隐藏在来访者所诉说矛盾的背后。咨询师要想获得满意的结果,解决来访者的问题,必须找准隐藏在背后真正需要解决的矛盾,从这个矛盾的对立中,找到“与它正相反对的他物”,找到真正需要解决矛盾的那一方,即矛盾“自己的对方”,向着这个方向转化过去,才能解决来访者的问题,满足来访者的要求,获得咨询的成功。

一些不能适应人际冲突的来访者认为,他们需要解决的矛盾是与别人相处不善的矛盾,对立面的一方是自己本人,另一方是周围的人,咨询师如果按照这个方向转化矛盾,转来转去,总不能把矛盾转化过去,不能获得成功。万一转化成功了,来访者的人际关系并未得到改善。其实,他们真正需要解决的矛盾,表面上是自我与周围别人的矛盾,实际上,则是自我内部的矛盾,由于没有认识到这个矛盾,根本就不可能分析和解决这个矛盾,所以,原有的不良人际关系不仅没有得到改变,自己的焦虑和烦恼反而越来越多。咨询师必须意识到,来访者真正需要解决的矛盾,不是表面的自我与周围人的矛盾,而是隐藏在来访者背后自我与自我的矛盾,这个矛盾的一方是来访者自我,另一方仍然是来访者自我,如果这样朝着对立面“自己的对方”转化矛盾,结果就大不相同了。

罗杰斯接待过一位年轻女人,她在叙述自己的问题时说:“我老是想使我周围的人感到轻松自在……我总能把事情搞得顺顺当当……有时,我惊讶地提出与我真实想法完全相反的意见……因为如果不这么做,负责召集的人就会不高兴……开始,我只是不坚持自己的信念,到后来,我已经不知道我是否还有什么应该支持的信念。我从来没有诚实地成为我自己。”^{[16]900}

在这位女士看来,她的人际关系不良,就是因

为没有顺应周围的人,没有讨好领导,没有处理好自己和周围人的矛盾,如果把这些都做好了,与周围人的人缘处理好了,也就自然改善了人际关系。与这类来访者看法不同,求助者中心疗法认为,来访者真正需要解决的矛盾,不是外在的自己与周围人群的矛盾,而是来访者自我内部的矛盾。处在这个矛盾中的自我,实际上已经一分为二,一个是“虚假的自我”,上述女性用来对付周围人群的,就是这个经过价值条件化的“虚假自我”,这个“虚假自我”对待外部世界时,一直带着假面具,说着讨好别人的话,干着取悦于别人的事,装着别人满意的表情,自己内心却是非常痛苦、焦虑,又不知为什么会这样。另一个是“真实的自我”,这个“真实自我”虽然包含了来访者自身内部的各种积极因素,却一直忍受着“虚假自我”这个假面具的欺骗和愚弄,只能隐藏在假面具背后,但它确实是“虚假自我”“自己的对方”。来访者根本就没有意识到这两个“自我”,更不能分析由这两个自我组成的矛盾,所以,尽管经过许多咨询和治疗,都不能解决问题,如果正确使

用求助者中心疗法,就能撕破这个假面具,促成“虚假自我”逐步转化到自己的对立面——“真实自我”上,来访者由此变成了她自己,问题就会得到解决。

在咨询实践中,能不能自觉地运用对立面转化的原理,能不能准确地抓住来访者真正需要解决的矛盾,促进来访者的异常心理向着“自己的对立面”转化,尽快地把来访者的异常心理转化到“自己的对立面”上,常常衡量着咨询师水平的高低。

参考文献:

- [1]黄楠森.《〈哲学笔记〉与辩证法》[M].北京:北京出版社,1984.
- [2]弗洛伊德.精神分析引论[M].北京:商务印书馆,1986.
- [3]钟友彬.认识领悟疗法[M].贵阳:贵州教育出版社,1999.
- [4]肖前.马克思主义哲学原理[M].北京:中国人民大学出版社,1993.
- [5]黑格尔.小逻辑[M].北京:商务印书馆,1980.
- [6]罗杰斯.成为一个人意味着什么?[C]//马斯洛,著.人的潜能和价值.北京:华夏出版社,1987.

责任编辑:曲晓红

On Transformation of Opposite Directions in Psychological Counseling and Treatment

Zheng Min

(The Armed Police Command Academy of Hefei, Hefei 230031, China)

Abstract: No matter what kinds of psychological counseling and treatment theories and technology are used, the ultimate objective is to impel the visitors' psychology to be normal. Psychiatrists have to find the basis and the condition for the transformation to make sure that abnormal psychology is to transform to its opposite side.

Key words: psychological counseling and treatment; abnormal psychology; normal psychology; transformation of opposite directions

论心理咨询与治疗中的对立面转化

作者: [郑敏, Zheng Min](#)
作者单位: [武警合肥指挥学院, 安徽, 合肥, 230031](#)
刊名: [黄山学院学报](#)
英文刊名: [JOURNAL OF HUANGSHAN UNIVERSITY](#)
年, 卷(期): 2010, 12(6)
被引用次数: 0次

参考文献(6条)

1. [黄楠森. 《哲学笔记》与辩证法》\[M\]. 北京:北京出版社, 1984.](#)
2. [弗洛伊德. 精神分析引论\[M\]. 北京:商务印书馆, 1986.](#)
3. [钟友彬. 认识领悟疗法\[M\]. 贵阳:贵州教育出版社, 1999.](#)
4. [肖前. 马克思主义哲学原理\[M\]. 北京:中国人民大学出版社, 1993.](#)
5. [黑格尔. 小逻辑\[M\]. 北京:商务印书馆, 1980.](#)
6. [罗杰斯. 成为一个人意味着什么?\[C\]//马斯洛, 著. 人的潜能和价值. 北京:华夏出版社, 1987.](#)

相似文献(4条)

1. 期刊论文 [罗鸿. LUO Hong 行为主义和人本主义关于异常心理的探究 -成都大学学报\(教育科学版\) 2007, 21\(1\)](#)
异常心理是指人类心理与行为的异常或病态表现. 弄清异常心理发生发展变化的原因和机理, 是实施心理咨询和治疗的关键和前提. 行为主义和人本主义从不同的理论出发, 阐述了异常心理产生的原因和治疗方法. 分析两种理论对于异常心理研究的价值和不足, 对于深刻认识异常心理的发生、发展和变化, 提高心理咨询和心理治疗效果有极大的意义.
2. 期刊论文 [魏荣. 精神分析和行为主义对异常心理的探析 -合肥工业大学学报\(社会科学版\) 2002, 16\(2\)](#)
异常心理是指影响人的正常学习、生活、工作的异样或病态心理与行为的表现. 精神分析和行为主义从不同的立论出发阐述了异常心理产生的原因及治疗方法. 分析两种理论关于异常心理研究的价值和缺陷, 比较两种理论探讨异常心理的不同特征, 对于深刻认识异常心理的发生、发展和变化, 提高心理咨询和治疗的效果有重要意义.
3. 期刊论文 [张玉亮. 吴新文. 朱成全. 肖烈钢. 余大勇. 曾伟杰. 南沙守礁人员的心理评估 -海军医学杂志 2005, 26\(4\)](#)
目的: 了解南沙守礁人员的心理特征与状态. 方法: 使用SCL-90和卡特尔16种人格因素量表(Cattell's 16PF)对98名南沙守礁人员进行调查. 结果: 南沙守礁人员后期SCL-90中的总分、躯体化、强迫、抑郁、焦虑、偏执等因子分数显著高于对照组, Cattell's 16PF中的稳定性、敏感性、怀疑性和紧张性等人格特质与对照组有显著差异. 结论: 对南沙守礁人员除了进行常规的医学诊断与治疗外, 还需进行必要的心理诊断, 对于那些有异常心理症状或易感个性的守礁人员要介入心理咨询与治疗, 预防和控制心理疾病的出现或加重.
4. 期刊论文 [王中杰. 王淑敏. 从人性观看三大心理治疗流派——精神分析疗法、行为主义疗法与以人为中心疗法 -教书育人\(高教论坛\) 2008\(6\)](#)
纵观心理咨询和治疗的发展历程, 各种治疗方法层出不穷, 有人粗略统计, 当今存在的心理疗法总共达250多种[1], 但咨询者所遵循的理论模式却相对集中: 其中, 精神分析疗法, 行为疗法和以人为中心疗法在这些理论模式中具有举足轻重的地位, 因此, 对三大咨询流派作一个清晰透彻的了解对于指导我们的心理咨询实践是必不可少的. 而三大咨询流派各自的特点又可归结为其人性观的不同: 人性观在心理咨询流派的形成中具有核心意义, 它影响着—个治疗流派的理论构建. 对异常心理成因的探求, 咨询目标的确立, 咨询技术的应用等等许多方面. 因此, 从人性观角度出发来了解三大治疗流派不失为一种好的方法.

本文链接: http://d.wanfangdata.com.cn/Periodical_hsxxyb201006027.aspx

授权使用: 黄山学院学报(qkhsxy), 授权号: df582a3a-b2fb-4418-a073-9ecb01079885

下载时间: 2011年4月20日