

亚隆模式团体中“替罪羊”现象解析

鲁小华^{1,2}, 樊富珉², 李松蔚²

(1.北京交通大学学生心理素质教育中心,北京 100044;2.清华大学心理系,北京 100084)

【摘要】近几年亚隆模式团体在大学生心理成长,企事业单位员工幸福感提升以及咨询师培训中应用日益增多,“替罪羊”现象是这种团体中很重要的一个现象,是理解团体动力,实现团体目标的很重要的凭借,本文对这种现象进行了研究,从概念,产生机制,在团体中的作用以及领导者干预等几个方面阐述了“替罪羊”现象。

【关键词】亚隆模式团体;替罪羊;干预;综述

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2013)03-0471-03

The Phenomena of Scapegoat in Yalom-Style-group

LU Xiao-hua, FAN Fu-min, LI Song-wei

Counseling Center of Beijing Jiaotong University, Beijing 100044, China

【Abstract】Yalom-style-group got more and more attention in the area of university students' mental health education, well-being improvement for the employees, as well as training for therapists. The phenomena of scapegoat is very important in such a group, which can help therapist investigate the group dynamic, then achieve the goal of the group. We summarized the related articles to explain the concept, mechanism, function and intervention to describe this phenomena.

【Key words】Yalom-style-group; Scapegoat; Intervention; Review

团体辅导与治疗自 20 世纪 90 年代引入中国大陆以来,迅速在高校心理健康教育,企事业单位的员工培训中得到广泛应用。樊富珉^[1]提出团体动力是直接作用于团体过程并影响团体效果的重要因素。但中国大陆团体领导者在团体带领过程中对团体动力的关注一直不甚令人满意。

随着欧文·亚隆所撰写的相关书籍及亚隆模式的培训日益得到中国团体带领者的认可,亚隆模式团体中所呈现的团体动力及领导者对团体动力的干预吸引了团体带领者的关注和学习兴趣。

“替罪羊”现象是亚隆模式团体中经常出现的一种现象,对这一现象的觉察、理解和干预直接影响到团体的疗效,是亚隆模式团体中非常重要的一种团体动力的呈现。

本文梳理了关于“替罪羊”这一概念的形成过程、理论探讨以及案例研究,结合对亚隆模式团体的分析,对“替罪羊”现象进行了解析。

1 “替罪羊”的定义

用羊替罪古已有之,犹太教在“赎罪日”用两只公羊进行赎罪祭。基督教的《圣经》也提到亚伯拉罕用羊代替他的独生儿子祭献上帝。我国《孟子·梁惠王上》记载齐宣王用羊代替牛祭祀新钟,成为“替罪羊”一词的源头。

在现代社会,替罪羊指的是替人受责的无辜的人,由于实际的指责对象过于威胁,对他(她)的指责可能会引起报复,因而转嫁他人^[2]。有关替罪羊的研究出现在社会领域、家庭治疗领域和团体治疗等领域中。

Cohen 和 Schermer 在 2002 年的文章^[3]中用社会建构论和主体间性的观点研究了治疗性团体中的替罪羊现象,引入了团体(group),团体自我(group self)和团体的道德序列(moral

order)的概念。他们认为,团体是团体参与者内部进行互动性交流(通常也包括一个特殊的人物,即治疗师)的产物;团体为成员的团体自我提供了情境性的支持,团体自我是个体多种多样整合较好的自我的一种,这些自我都包含个体所有的自我结构^[4];成员与团体的关系中共同的、集体的体验使得他们容易获得对团体特征(诸如规范,价值观,信念和气氛)的相似的印象,这些是成员的团体自我的背景。成员的团体自我的共同特征构成了团体的道德序列的结构成分,团体的道德序列由这些共同特征的子集构成,实际上,是团体作为社会体系的集体意识和理想自我起作用。进而,Cohen 和 Schermer 借用 Gergen 提出的社会建构论^[5]的观点,认为替罪羊是团体成员们所创造出来的现象,当成员的团体自我,进而团体的道德序列遭遇威胁的时候,容易出现这种现象,如团体的形成阶段,新成员加入时,有问题的患者逾越团体规范时,团体结束时,以及更换治疗师时。

家庭治疗的观点^[6]认为在有问题家庭中,为了在制造张力和掩盖父母之间未解决的议题之间达成某种平衡,家庭中的某成员会采取见诸行动的行为,且这种行为被暗示着鼓励继续存在,这个成员便承载了家庭中的替罪羊的动力。

团体动力学家的观点认为,产生替罪羊的过程是团体尝试应对自身内部冲突的一种歪曲的过程,替罪羊是被团体所忽视、评判或驱逐出的成员,这个成员代表或表达了团体内部冲突中不可接受的部分^[7]。Rosen^[8]在 2001 年提出,替罪羊指的是团体中的某个人,承载了其他成员分裂出的不好的部分,然后,替罪羊就被驱赶出团体(或是在幻想中),并且带走所有的坏和难以处理的材料,似乎这样团体就可以处于和谐、快乐的状态中。

综上所述,替罪羊指的是被团体整体(家庭或单位组织或社团组织)或团体中的某成员无意识选出来,并承载了团

体整体或该个体自身无法接受的“坏”的部分的个体。

2 “替罪羊”的功能及危害

2.1 “替罪羊”的功能

任何一种现象都有其存在的意义,“替罪羊”现象也不例外。

Toker^[9]认为,替罪羊现象可以满足替罪羊之外的其他成员乃至团体整体的需求,替罪羊的核心功能是疏通张力,在团体成员之间建立某种团结。

Clark^[8]综述了团体咨询中替罪羊现象的意义,分别从个体内,人际间和团体整体层面上进行了分析。他认为在个体层面上,替罪羊现象在某种程度上满足了成为替罪羊的个体的心理需要,通常这种个体认为因为他们当下的行为而被拒绝要比因为其他原因而被拒绝会让他们更舒服些^[10],另外,通常认为自己没有价值,不值得被接纳的个体,在团体中成为替罪羊时,引发的密集的负性互动就成为他们不被忽视而付出的心理代价^[11,12];在人际和团体整体层面上,成员或团体通过将自身无法接受的部分通过分裂、投射等防御机制投注在替罪羊的身上,从而降低了自己的紧张,并且通过一致对外(替罪羊),成员之间达成团结。另外,当团体聚焦在偏离团体规范的成员(替罪羊)身上时,其他团体成员便可借此回避对自己的审查,躲避自己承担的任务^[8]。如通过对“替罪羊”表达负性感受,而避免了因对去世亲人有负性感受而感到的愧疚与自责。或通过谈论团体之外的令人厌烦的某个领导或老师,避免了挑战团体领导者的威胁。

Moreno 在他 2007 年的文章^[12]中提出,替罪羊在团体中可以推动团体成员之间的分化,尤其是在团体的冲突阶段,成员处理担心无法融入团体而成为团体中单独的一个人与担心自己淹没在团体之中而失去了自我的焦虑(oneness-wholeness)的时候,有助于推动团体自我与个体自我的分化与平衡。另外,替罪羊也可以使团体更加安全,尽管是以一种原始的,去心智化(compartmentalization)的形式,通过将错放置在某个成员身上,其他成员维持了自己以及团体的好^[13]。这种动力如果使用得当,则对团体的发展有推动作用。

2.2 “替罪羊”的危害

虽然替罪羊现象有其积极意义,但如果替罪羊现象没有得到及时有效的干预,则会对团体造成极大的负面影响。

Flapan 等于 1987 年^[14]提出,“替罪羊”是“团体的一种有害的见诸行动的行为”。Yalom 等研究者^[15]认为,替罪羊现象处理不好,会导致团体过早结束或分崩离析。

Moreno^[12]认为“替罪羊”现象是强有力的无意识的力量在团体中的运作,形成了负性的,有潜在致命性的团体循环。成员无法挖掘、探索、审视和表达他们的心理痛苦,团体变得不安全,凝聚力和共同性无法建立,成员会退行至非黑即白的两极分裂状态,自我和他人的区分能力受损。替罪羊个体、领导者和团体其他成员都无法从这段经历中获益^[16]。

当一个团体中出现替罪羊的时候,其他成员往往会认为只要这只替罪羊离开了,那么团体的问题就解决了,实则不然,替罪羊只不过是团体选出来承担了那个“坏”的部分,

而这个“坏”的部分是存在于团体整体身上的,当替罪羊离开团体之后,团体“坏”的部分依然存在,会有另一只替罪羊的诞生^[12]。

团体成员会因自己对“替罪羊”的所作所为而感到内疚^[13],并担心自己会成为下一个,从而在团体中感到不安全,不信任,影响了团体凝聚力的建立。

3 “替罪羊”的产生机制

替罪羊可以发生在团体治疗的不同阶段^[6],也可以发生在团体的不同互动层次上^[6,12],其出现可以通过不同的防御机制,如内化^[3],投射性认同^[6,12,17],移置^[6,18],投射^[6]等。

社会心理学家认为,对于剥夺、挫折和担心的反应,无法直接朝向这些困境的直接来源,而是转移到了其他的团体或阶层:“移置的攻击在种族冲突中尤为显著,被称为替罪羊过程”。常见的例子是对单位领导的气回到家里出在孩子的身上。在治疗性团体中会出现成员对领导者有愤怒,但转移到其他成员身上或某一个团体之外的人身上。如抱怨某一个成员过于控制或团体一致地在谈论“严厉的老师”。

Horwitz^[17]认为替罪羊是团体内发生的投射性认同的现象,个体内化了他人投射过来的内容,从而成为替罪羊。Flapan 和 Fenchel^[14]认为替罪羊过程是团体见诸行动的过程,替罪羊是该行为指向的对象。例如,团体中某个成员或团体整体,对团体中另一个成员顺从懦弱不思改变的行为爆发了愤怒,形成了指责与被指责的互动,动力逐步升级,形成要将这个成员赶出团体的行动。

Cohen 和 Schemer 认为,将替罪羊驱逐出境的过程,就是个体将自己所不承认的自体部分分离出去的过程。例如在团体中,个体将对原生家庭父母的愤怒转移到团体领导者的身上。或将对自身内部客体的愤怒移置到组中某个成员身上。如一个成员看到另一个成员哭泣,会感到很愤怒,说:“我不喜欢你哭,我觉得你很脆弱,你不应该哭!”

Kahn 在 1980 年的文章^[7]中引用了克莱因的观点,认为团体成员会与团体内部的需求和冲突的特定层面相关,他认为这一点体现在当团体成员认同了团体的特定角色的时候,如攻击者、嫉妒者、引诱者、任务领导者或主人。当某种特定的表达不被团体所接受的时候,团体就会尝试阻断这种表达,表达者便会成为替罪羊。

Rosen 等^[8]也提出,团体心理治疗会对团体成员带来很大压力,Bion^[19]所提出的基本假设团体和其他力量会创造出“角色抽吸”(role suction),使得成员开始满足团体所需要的某种角色,甚至有的时候可以让成员承担与其生活中完全不同甚至相反的角色。

Moreno^[15]在他的文章中提出了两种替罪羊,一种是全然是无辜的,是被团体中的其他人所影响,被团体动力所塑造的,表现出来的行为、思想、愿望和情感与他的自我不一致(ego dystonic),另一种是自身具有其他成员或团体投射出的特质,因此是自我一致(ego syntonic)的,非常容易且有可能成为被投注者。后者往往很熟悉这个角色,这与他的原生家庭有关。

整合前人的研究,替罪羊的发生可以是在团体成员互动

的基础上,通过移置、投射和分裂以及投射性认同的防御机制发生在人际层面上,也可以是经过角色抽吸的作用而发生在团体整体层面上。

4 领导者对替罪羊的干预

“替罪羊”这个词也可以理解成团体动力的“承载者”或“投注者”。团体的动力会通过某个个体而发出,团体中的个体,每个个体既在为自己说话,也在为团体说话^[9],比如,表达敌意的成员不止唤起团体对该成员内部张力的关注,同时也帮助团体应对自身表达还是压抑攻击性的冲突。在每个时刻,领导者都需要思考,这句话代表了哪个个体的什么,是否同时在发出团体需要的声音,“替罪羊”是发生在人际层面上还是发生在团体整体层面上,领导者自身是否卷入了“替罪羊”过程?

2002 年,Clark^[8]提出了在团体的不同阶段对“替罪羊”的不同干预策略,他认为,在团体的形成阶段,领导者尝试鼓励成员公开表达感受,在这个阶段“替罪羊”出现的概率很高,领导者需要在公开表达感受和保护互动中的一方免遭过度的压力和恐吓之间维持平衡,可以使用反思、阻断、修正以及自我暴露等技术;在团体的中期阶段,支持性和有凝聚力的氛围形成之后,成员之间的张力会日益直接且增强,领导者的主要任务是帮助成员承担自己在“替罪羊”过程中属于自己的责任,可使用面质、认知重构、再组织(reframe)和解释的技术;在团体的结束阶段,团体的核心是行为改变,领导者的主要任务是帮助成员打破旧有的习惯化的行为模式,重新建立新的行为方式,可使用行为演练、自我监控的技术。

2007 年,Moreno^[15]提出了团体领导者的三项任务:通过澄清、面质和对投射过程的解释来阻止个体被边缘化;指出投射的存在,并说明个体对另一个人的印象如何是和个体自身的主体有关而非客体;思考某个特定的人如何以及为什么成为了团体的替罪羊。同时他还指出了领导者可使用的技术:个体干预技术、亚团体干预技术、人际干预技术和团体整体干预技术。

总之,不管是在团体的哪个阶段,哪个层面,人际层面还是在团体整体层面上发生的“替罪羊”,团体领导者的干预原则是营造一种支持性的,有凝聚力的团体气氛,并帮助成员分清“你、我、他”,将属于个体的成分回归个体,即是分辨出被分裂的,被投射的,被移置的部分,并将这些部分回归给分裂者,帮助分裂者重新理解自己,并重新拥有这部分不被自己所接纳的情感,进而建立新的行为模式。换句话说,领导者将“替罪羊”“替”的“罪”还给“罪者”,并帮助“罪者”重新认识修通自己的“罪”,与分裂的部分重新建立连接,成为完整的人。这也是非结构成长性小团体起作用的机制。

5 结语及未来研究展望

5.1 结语

在亚隆模式团体中,“替罪羊”现象无处不在,通过对这一现象的干预,团体领导者能够把所“替”的“罪”回归给本人,并帮助成员接纳自己所不接纳的“罪”,从而帮助成员修

通自身,成为完整的人,达致内心的幸福,并帮助团体突破束缚,达致深层的凝聚,在更深的层面进行工作。

在家庭中,单位中,社团中也会存在“替罪羊”,可谓有人群的地方,有互动的地方,就可能会有“替罪羊”现象的出现。对替罪羊现象的解读、分析以及干预建议的提出,有助于和谐家庭的建立,组织机构凝聚力的建立,提高生产力。

5.2 未来研究展望

“替罪羊”现象目前在大陆地区尚未有人研究,综述国外的研究,也发现对这一概念的研究数量较少,较多使用现象学的方法,缺少实证研究,并且更多是在一个普适的角度去谈,而缺少更细致具体的研究,如“替罪羊”个体的具体特点,下一步研究可以考虑开发实证研究的方法,进行实证研究,并可以考虑东西方文化下的团体辅导与治疗中“替罪羊”个体的特征有何不同,以及“替罪羊”出现的过程是否有差异。

参 考 文 献

- 1 樊富珉. 团体心理咨询. 高等教育出版社,2005. 16-17
- 2 Clark AJ. Projective identification as a defense mechanism in group counseling and therapy. *Journal for Specialists in Group Work*, 1997, 22, 85-96
- 3 Cohen BD, Schermer VL. On scapegoating in therapy groups: A social constructivist and intersubjective outlook. *International Journal of Group Psychotherapy*, 2002, 52: 89-109
- 4 Cohen BD, Ettin MF. Self-structure and self transformation in group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 1999, 49: 61-83
- 5 Gergen KJ. The social constructivist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 1985, 40: 366-375
- 6 Clark AJ. Scapegoating: Dynamics and interventions in group counseling. *Journal of Counseling and Development*, 2002, 80(3): 271-276
- 7 Kahn LS. The dynamics of scapegoating: The expulsion of evil. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 1980, 17(1): 79-84
- 8 Rosen D, Stukenberg KW, Saeks S. The group-as-a-whole-object relations model of group psychotherapy, *Bulletin of the Menninger Clinic*, 2001, 65(4): 471-488
- 9 Toker E. The scapegoat as an essential group phenomenon. *International Journal of Group Psychotherapy*, 1992, 22: 320-332
- 10 Levin B. *Group psychotherapy: Practice and development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1979
- 11 Dinkmeyer D, Muro JJ. *Group counseling: Theory and practice*. Itasca, IL: Peacock, 1979
- 12 Yalom ID, Lesczs M. 李鸣,等译. 团体心理治疗:理论与实务. 中国轻工业出版社,2010

- 10 任芳,张劲松. 儿童焦虑敏感性指数的临床应用. 中国儿童保健杂志,2012,20(4):330-332
- 11 Taylor S, Zvolensky MJ, Cox BJ, et al. Robust dimensions of anxiety sensitivity: Development and initial validation of the Anxiety Sensitivity Index-3. *Psychological Assessment*, 2007, 19(2): 176-188
- 12 Marshall GN, Miles JNV, Stewart SH. Anxiety sensitivity and PTSD symptom severity are reciprocally related: Evidence from a longitudinal study of physical trauma survivors. *Journal of Abnormal Psychology*, 2010, 119(1): 143-150
- 13 Lambert SF, Cooley MR, Campbell KDM, et al. Assessing anxiety sensitivity in inner-city African American children: Psychometric properties of the childhood anxiety sensitivity index. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 2004, 33(2): 248-259
- 14 Broman-Fulks JJ, Deacon BJ, Olatunji BO, et al. Categorical or dimensional: A reanalysis of the anxiety sensitivity construct. *Behavior Therapy*, 2010, 41(2): 154-171
- 15 Reiss S, Peterson RA, Gursky DM, McNally RJ. Anxiety sensitivity, anxiety frequency and the prediction of fearfulness. *Behaviour Research and Therapy*, 1986, 24(1): 1-8
- 16 Taylor S, Cox BJ. An expanded anxiety sensitivity index: Evidence for a hierarchic structure in a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 1998, 12(5): 463-483
- 17 Silverman WK, Fleisig W, Rabian B, Peterson RA. Childhood anxiety sensitivity index. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 1991, 20(2): 162-168
- 18 Silverman WK, Ginsburg GS, Goedhart AW. Factor structure of the childhood anxiety sensitivity index. *Behaviour Research and Therapy*, 1999, 37(9): 903-917
- 19 Noel VA, Francis SE. A meta-analytic review of the role of child anxiety sensitivity in child anxiety. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2011, 39(5): 721-733
- 20 Essau CA, Sasagawa S, Ollendick TH. The facets of anxiety sensitivity in adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 2010, 24(1): 23-29
- 21 Adornetto C, Hensdiek M, Meyer A, et al. The factor structure of the childhood anxiety sensitivity index in german children. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 2008, 39(4): 404-416
- 22 王凯,苏林雁,朱焱,等. 儿童焦虑性情绪障碍筛查表的中国城市常模. 中国临床心理学杂志,2002,10(4):270-272
- 23 Steinberg AM, Brymer MJ, Decker KB, Pynoos RS. The university of California at Los Angeles post-traumatic stress disorder reaction index. *Current Psychiatry Reports*, 2004, 6(2): 96-100
- 24 赵品良,史占彪,王力. 玉树震后半年灾区小学生的创伤后应激障碍及抑郁症状评估. 中国临床心理学杂志,2011,19(6):787-789
- 25 苏林雁,王凯,朱焱,等. 儿童抑郁障碍自评量表的中国城市常模. 中国心理卫生杂志,2003,17(8):547-549
- 26 郑晓华,李延知. 状态-特质焦虑问卷. 中国心理卫生杂志,1997,11(4):219-220
- 27 Ho MHR, Auerbach RP, Jun HL, et al. Understanding anxiety sensitivity in the development of anxious and depressive symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 2011, 35: 1-9
- 28 van Widenfelt BM, Siebelink BM, Goedhart AW, et al. The dutch childhood anxiety sensitivity index: Psychometric properties and factor structure. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 2002, 31(1): 90-100
- 29 Muris P. An expanded childhood anxiety sensitivity index: Its factor structure, reliability, and validity in a non-clinical adolescent sample. *Behaviour Research and Therapy*, 2002, 40(3): 299-311
- 30 Chorpita BF, Lilienfeld SO. Clinical assessment of anxiety sensitivity in children and adolescents: Where do we go from here? *Psychological Assessment*, 1999, 11(2): 212-224
- 31 Taylor S. Anxiety sensitivity and its implications for understanding and treating PTSD. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 2003, 17(2): 179-186

(收稿日期:2012-11-28)

(上接第 473 页)

- 13 Malcus L. Indirect scapegoating via projective identification and the mother group. *International Journal of Group Psychotherapy*,1995, 45: 55-71
- 14 Flapan DF, Fenchel GH. The developing ego and the emergence of self in group therapy. New Jersey: Aronson. 转引自 Moreno JK. Scapegoating in group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 2007, 57(1): 93-104
- 15 Moreno JK. Scapegoating in group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 2007, 57(1): 93-104
- 16 MacKenzie KR. Introduction to time-limited group psychotherapy. New York: American Psychiatry Press, 1990
- 17 Horwitz L. Projective identification in dyads and groups. *International Journal of Group Psychotherapy*, 1983, 33: 259-279
- 18 Morgan CT, King RA. Introduction to psychology. New York: McGraw-Hill. 转引自 Kahn LS. The dynamic of scapegoating: The expulsion of evil. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 1980, 17: 79-84
- 19 Bion WR. Experiences in groups. Tavistock Publications, 1961

(收稿日期:2013-01-07)