

# 当事人中心治疗取向在中国文化中的效度

江光荣

(华中师范大学心理系, 湖北 武汉 430070)

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2001)03-0228-05

## Validity of Client-Centered Approach when Applying it in Chinese Culture

JIANG Guang-rong

Central China Normal University, Hubei Wuhan 430070 China

**【Abstract】** In this article the author analyzed the theoretical validity of Client-Centered Approach and the extent of its agreement with Chinese Culture along the dimensions of the view of human nature, the theory of self, and the theory of treatment respectively. It was showed from the analysis that there was a good agreement between the major principles of Client-Centered Approach and Chinese culture. But it also showed that certain difficulties concerning to cultural differences could be encountered when applying Client-Centered therapy to China, which included that whether the counselor believed deeply in the growing potentials of the clients, the contradictions behind the "social orientation" in Chinese culture and the therapeutic principle of "being your real self" in Client-Centered approach, and the disagreement between the Chinese clients' tendency of asking for direction and the nondirective tendency of Person-Centered Therapy.

**【Key word】** Client-Centered Therapy; Chinese Culture; Indigenization

人类文化既有共同性,又有特殊性,起源于不同文化背景的心理治疗理论在移植另一文化背景时可能存在一定的文化局限性。因此,我们引进国外的心理治疗技术时,既要领会心理治疗的理论精髓又要分析它的文化局限性,对其理论和技术作些修正,这就是所谓的心理治疗的转化。本文拟对当事人中心治疗的本土化问题做一初步的分析。

### 1 当事人中心理论要点

Rogers 是对人性持积极看法的治疗家。他的人性观可用孟子的话来概括,即“人之初,性本善”。用 Rogers 自己的说法,人的天性是积极的、建设性的和值得信赖的。

Rogers 人性观的核心概念是所谓“实现趋向”,但如果不结合 Rogers 对于一般生物特性的看法,对实现趋向的把握就会不够深刻。Rogers 相信,实现趋向不仅是人类的本性,也是一切生物都具备的基本倾向,最能体现生命本质的生物特性。任何生物,都会表现出一个明显的生长、发展、活动的趋势,也就是说,任何生物都有求生存、求强大、求茂盛、求完满的趋势。

简而言之,有机体总是在追求、在发动、在完成某事。人的内在自有一核心能源,这种能源并非只有一部分可信,而是整体均可信赖的!最简单地说,就是一种朝向充分展现、自我实现,不仅是维持现状

而已,还要提升个人境界的方向去实现的概念。(Rogers, 1980, P. 123)

Rogers 的人性观思想也体现在他的“内评价定位”(internal locus of evaluation)这个概念上。所谓“内在评价定位”是说,人类个体对于自己的体验或经验,有一种天生、内在的机制或手段,对这经验进行评估,而不必外求诸权威、规范等等。Rogers 经常用“机体估价过程”、“机体智慧”等语表达他这个思想。Rogers 进一步认为,个体如果依据内在评价定位对经验进行处理,并以此来引导自己的行为,这些行为并非反社会、具破坏性,反而是亲社会、具建设性的。简言之,如果让一个人完全按照他本真的自己,他的本性,完全自由地选择行为,这个人所选择的必然是建设性和亲社会的。这反过来又证明,人性确是向善的,值得信赖的。

Rogers 的自我理论既是他人格理论,也是关于心理困难的病理学理论(如果可以用这个术语的话)。

Rogers 认为,在婴儿的发展过程中,其心理世界(他称为现象场)中有一部分关于自己的内容逐渐分化出来,慢慢形成一个自我。本来婴儿最初的自我与其机体经验是一致的,换句话说,是反映其本性要求的。但在其后社会化的过程中,由于关怀的需要和价值条件的联合作用(Rogers, 1959),儿童逐渐形成了“条件化的价值感”(conditions of worth),

变得以他人的价值为自己的价值,根据习得且内化了的社会的价值标准来判断和处理自己的经验。“这意味着有些在机体体验上并不产生满足感的行为却受到积极关注。而另一些机体体验上有满足感的行为却受到消极对待。……除非他按这些标准来生活,否则他就不能善待自己认为自己为有价值的。如此他趋近或者回避某个行为,只是从这些内摄的自我关注的价值条件着眼,不再考虑这个行为在机体上造成了什么后果。”(Rogers, 1959)。这些条件化的价值感慢慢变成了个体的自我的构成部分,甚至是主要的成分。一旦这种外摄的内化的价值变成个人自我的主宰,而这些自我成分又是刚硬僵化不可改变的时候,个体就不能如实面对自己的真实体验,对反映个人本性的那些经验就会进行歪曲或者抵制。在最严重的情况下,当一个人使用歪曲抵制的手段失败,个人的真实经验与其自我意识里“刀兵相见”的时候,个人就可能发生重大的心理危机。甚或出现精神失调。

当事人中心理论的治疗要义可以精当地形容为“去伪存真”。“伪”就是一个人身上的那些与价值条件化的自我概念相一致的,或者说由这些自我概念衍生出来的生活方式、思想、行为和体验的方式。“真”就是一个人身上那些代表着他的本性,属于他的真正自我的思想、情感和行动方式。Rogers 常用“变成自己”,“从面具后面走出来”这样的话来表达以人为本治疗的目标。通过治疗,当事人“变得愈来愈接近他真正的自己。他开始抛弃那用来应付生活的伪装、面具或扮演的角色。他力图想发现某种更本质、更接近于他真实自身的东西”(Rogers, 1961)。

要达到这一治疗目标,需要治疗者提供若干治疗条件。Rogers 在 1957 年写了一篇重要文章——《治疗性人格改变的充分和必要条件》。文中 Rogers 列出了 6 项治疗条件,并宣称,这些条件一如文章标题所言一是成功治疗的充分和必要条件(Rogers, 1957)。Rogers 后来对这些条件做了些合并,成为人所熟知的三项要件:真诚一致、同感理解和无条件积极关注(Rogers, 1961)。这些治疗要件主要地是体现于治疗者对待当事人的态度,并由此发展出一种具治疗功能的协助关系。

## 2 当事人中心理论的跨文化效度和本土化

以下沿着上述当事人中心理论的三个方面——人性观、自我理论、以及治疗条件和技术——展开讨论。对每个方面,我都试图讨论理论本身的效度和它在

中国文化中的適切性以及相关的本土化问题。

### 2.1 人性观

心理治疗理论所蕴涵的人性观是一个非常重要的课题,它既影响到治疗的目标,也影响到治疗者对当事人的态度和治疗取向(林孟平, 1988)。关于 Rogers 人性观的效度,我想从两个不同角度来看,一是它的客观真实性,即 Rogers 的人性观在客观事实上是否为真;二是它应用于实际治疗所导致的后果,亦即从实际治疗效果来看的效度

关于 Rogers 之人有天生之性或心理倾向,此种倾向表现为自我实现的要求,是积极的、建设性的、向善的这样一种看法,如果仔细分析,其实可以分离出三个相关的观点:其一,人有一种天生之性或发展趋向,这和行为论学者的“白板观”相反;其二,这种天性可以表述为一种要求实现、完成、壮大的趋向,即实现趋向;第三,如果放任这种趋向自由地成长和发展,它总是亲社会而不是反社会、积极而非消极、建设性而非破坏性的。这样分开来考虑的话,我个人认为第一和第二个观点较有根据,第三个观点比较牵强。试论证如下:

如上所述,人本主义心理学所言之天性,本质上乃是一种生物学的倾向,就如虎有虎性、狮有狮性一样。世间一切生物体皆有此一生性或发展的趋向,就 Maslow 所言,一粒橡树籽就是要长成一棵参天大树,一只虎仔就是要长成威猛雄壮的大老虎“挺进”(Maslow, 1987)。Rogers 也有一样的说法,他说他小时候见到自家地下室里一筐土豆,在极其恶劣的条件下仍然发芽,并且那芽拚命向窗户透光的地方长出几尺长,这景象令他震惊(Rogers, 1977)。这是一个最基本的生命现象,或者说它是生命的基本属性。事实上这个现象被千百年来来的哲学家、思想家和不同领域的学者观察到并以不同的形式反映在他们的理论中。依笔者之见,叔本华的“意志”、柏格森的“向上冲动”、弗洛伊德的“生的本能”、阿德勒的“追求卓越”、人本心理学家的“实现趋向”、Rollo May 的“魔力”(Daimonic urge)……都或多或少地反映着这一生命现象。

20 世纪 70 年代以来,从不同的学科领域如习性学、人类学、发展和临床心理学、社会生物学和精神学所得的知识,总的说来都承认和强调生物学因素对心理和行为的制约作用(如 Buss, 1991; Lumsden & Wilson, 1981; Eysenck, 1990; 江光荣, 1993),用不太严格的话来说,都是支持人有天生之性的看法的。在人本心理学家中, Maslow 曾广泛收集证据来论证

基本需要和自我实现倾向的类似本能的性质(Maslow, 1987)。他的论证对 Rogers 理论构成很好的支持。

至于 Rogers 认为人的天性是趋向于积极、亲社会、建设和创造的。我以为未必尽然。Rogers 和 Rollo May 曾就此问题有一场辩论。Rollo May 认为, 人的确有一种与生俱来的力量—Daimonic urge。这股力量只是一种指向成长壮大的力, 它的方向并不明确, 取决于环境的导向。“这种魔力(daimonic urge)若能整合于人格中(这也是我所主张的心理治疗的目的), 将产生创造力, 这是一种正向的作用。若魔力无法与人格相整合, 就会掌握控制整个人格, 导致暴力狂乱, 甚至造成整个时代的战乱、邪淫、集体的偏执状态等等, 破坏性活动就是这么来的。”(May, 1982)综观这次辩论, Rollo May 明显地更有说服力。比如, Rogers 无法回答, 如果人性本善, 那么由人所创造出的人类文化中恶的东西—残暴、贪婪、破坏等等一的源头又在哪里? 而且另一些人本心理学家如 Erich Fromm 的人性观点也跟 Rollo May 比较接近。

以上是从“真”的角度来讨论 Rogers 人性观的效度。下面再从实用主义的角度来看当事人中心的人性观的效度。我以为, 在心理治疗的过程中, 治疗者所秉持的人性观会产生一种期待效应, 即人们所说的“自我实现的预示”(self-fulfillment prophecy)效应: 当治疗者抱着当事人中心取向的人性观从事治疗时, 会由于他对当事人积极的看法、期待而在治疗者和当事人之间产生一种良性的互动, 当事人会由于治疗者的积极期待而改变或表现出积极的一面, 比如提高自信和自尊, 而这些积极改变又强化治疗者对人性的积极看法和对当事人的积极态度……如此相互影响, 最后出现非常好的治疗效果。从这个角度来看, 即令我们对当事人中心人性观中的“性善说”持保留态度, 它也有相当好的实证效度。

再看当事人中心理论的人性观与中国文化的“契合性”(“契合性”一词借用杨国枢的术语; 杨国枢, 1993)。性善论在中国有着久远的传统(林孟平, 1988), 虽然中国传统的人性观非“性善”一词可以概括。总的来说, 中国传统一方面说“人之初、性本善”; 另一方面, 中国文化又强调“性相, 习相远”。即强调教化、习染在塑造现实人格中的决定性作用。所谓“蓬生麻中, 不扶自直”, “君子居必择乡, 游必就士, 所以防邪僻而近中也”, 一类格言, 不计其数, 都是强调环境的作用。这种人性观跟 Rogers 的观点相

当接近。Rogers 也认为, 虽然性本善, 但环境却可能压抑、扭曲“善根”的成长和现实化(Rogers, 1982)。因此中国文化的人性观与当事人中心理论对人的信念两者有相当高的契合。中国的治疗者秉持当事人中心的人性观来从事治疗, 应该是完全没有问题。

但从个人的观察来说, 我以为对性善观的了解和熟悉是一回事, 治疗者是否倾向于性善的信念是另一回事。就这个人对中国高校中部分心理辅导人员的了解, 我发现不少辅导员的辅导实践透露出对人性的不信任, 比如不认真倾听和考虑当事人的陈述, 采取某些防范措施, 对一些“问题较多”的学生或“病得很重”的个案表面上虚与应付, 内心里根本不抱希望, 等等, 在根子上都跟治疗员对人的信念有关系。这意味着以人为中心理论的人性观在中国本土化的过程中有可能出现被一些学习者热烈拥护, 另一些学习者反应冷淡的情况。

## 2.2 自我理论

总的看来, Rogers 的人格理论是相当有说服力的。其中一些论断还受到直接间接的检验, 如他关于价值条件作用起源于儿童缺乏无条件积极关怀(unconditional positive regard)的论断, 由于他及其同事对心理治疗的条件的检验, 也间接地得到支持。

但 Rogers 人格理论中也有个别概念遭到批评。其中较突出的一个是“机体评价过程”(process of organic valuing)。Rogers 说, 机体评价过程是不依价值条件而实现趋向为标准, 自发实现的对经验的加工(Rogers, 1959)。机体评价的一大特点是“无需用脑”, 它是自动自发地进行, 往往诉诸人的直觉、冲动等等途径来实现。Rogers 常称之为“机体智慧”。有学者据此批评它有很强的贬抑理性的倾向(Schultz, 1977)。

公平的说, Rogers 之所以强调机体的价值而贬低理性的作用, 是有他的道理的。这个道理来自他从心理治疗中对许许多多当事人的深刻的了解。有些接受心理治疗的当事人, 在人格上往往有太多的负担, 他们对自己有不切实际的高要求, 对自己的表现总是不能满意; 他们脑子里装满了道德律条和价值规范, 要求自己为圣人、贞女、贤妻良母或好丈夫好父亲。一事当前, 他们第一反应是“照道理应该如何做”。总之, 道理、规矩、伦理、义务……等等是他们生活的指南。用 Rogers 体系的语言来讲, 这些人太多的“价值条件”, 他们背负着沉重的包袱, 过着过于理性化的生活。这些人的确可以说是迷失了自我, 远离了自己的本性。他们需要的是从这些内化

但又是异己的力量中的解放。而信任自己的机体、直觉等等的指导,不失为一条回复本性的道路。

虽然有这些批评,总的说来当事人中心的人格理论仍然是一个非常有解释力的理论。它的重点在这样两个方面,第一是强调儿童社会化的过程及其经验的重要性。不当的社会化过程,缺乏关爱、过于严苛的教养经历导致大量僵化、不合理的价值条件;第二是重视自我形象或者自我概念在个人心理生活中的核心地位;充满自信、自尊、以及自我接纳的自我概念在个人生活中无往而不利(林孟平,1994)。而无定见需要社会和他人的认同,方能自我认同的自我则是导致心理障碍的种子。

我认为当事人中心的人格理论放到中国文化中将非常有针对性,但唯其有针对,又会遇到相当大的抵制。原因在于中国人的亲子关系和儿童社会化过程有一些不同于美国和西方的特点。

一般而言,中国的父母对子女有很强的“所有”感,孩子象是他们的私有财产,甚至是他们自己的一部分。因此在对待儿童的教育上非常突出地把自己的意志和价值强加于孩子,不论是通过苛责的手段还是通过溺爱的手段。中国的家长较难有“非占有式的爱”。这是其一。其二,中国文化是一种社会取向的文化(杨国枢,1992),中国人的“美德”之一是为他人、为家庭、为团体、为社会和国家而牺牲“小我”。这样一种普遍的价值准则与当事人中心主张的“内在评价定位”(internal locus of evaluation)、“是其所真是”(to be the self one truly is)(Rogers, 1961)有很大差距。这种差距在实际治疗中会出现两种极端的情况,一种是它对当事人所习惯的生活方式和自我态度产生极大的冲击作用,从而有非常好的疗效;另一种情况是对治疗和治疗者出现强烈的抵制,往往导致中断治疗。还是一个不容忽视的问题,那就是治疗者对待当事人的态度有时会在当事人周围的人中间引起不解乃至不满。

### 2.3 治疗条件

大多数研究者都同意,当事人中心理论对当代心理治疗最主要的贡献是对治疗关系的研究和发现(Cain, 1990)。在当事人中心理论的实证研究方面,以 Rogers 所提出的人格改变的充分必要条件假设的检验做得最为深入。

一般来说,在 70 年代中期以前, Rogers 关于有效治疗的条件的理论在实验研究中得到相当好的支持(其中主要者是 Rogers 本人在芝加哥大学和威斯康星大学任职期间所领导的研究)。但在此之后,这

一局面受到了挑战。一些非来自以人为中心取向的研究者做了一些研究,结果与以前的研究不一致,另有一些人则对原来的研究在设计和方法上的问题提出质疑(Levent and Shlien, 1984)。但这不意味着 Rogers 的理论被推翻了。沃森在仔细分析了大量针对 Rogers 理论的研究之后,得出一个惊人的结论,在他看来,截止至他写文章的时候,没有任何一项研究是比较恰当地检验了 Rogers 的理论(Watson, 1984)。他发现,固然 Rogers 及其同事所做的研究有不少毛病可以挑剔,但得出反对结论者的研究也一样有问题。比如,他指出在不少研究中治疗条件变量来自所谓专家的评价<sup>1</sup>,而 Rogers 的理论是说,这些条件要被当事人知觉到才能发生治疗作用;又如,有的研究只检验三项治疗条件中的一项或二项, Rogers 理论本来是说缺一不可;而且缺失了条件之后,就不知道是否是三项条件的相互作用导致了改变。

实际上, Rogers 理论在实验检验中遇上的困难是多数治疗方法都曾经或仍然面临的问题。公平地看,当事人中心治疗面对实验检验的姿态甚至比其他某些疗法要好。因为 Rogers 的学院心理学训练背景,他从提出理论的开始就很自觉地把她置于实验检验之下。

再从这些治疗条件的文化普适性来看,在检阅了众多治疗家和研究者的意见之后(参见 Patterson, 1996),你几乎不可避免地会得到一个结论:当事人中心体系所提出的治疗关系以及同感理解、真诚一致和积极关注这些基本治疗条件,是当代心理治疗中最具跨文化、跨时空的普遍价值的成分。事实上,正如许多研究者指出的(Cain, 1990; Thome, 1992),以人为中心的这些原理早忆已经被整合到当代心理治疗的基础之中,成为任何有效治疗—不管是哪一个流派—的共同基础。再就当事人中心理论在中国大陆开展心理辅导和治疗 15 年左右的情况来看,中国治疗者和心理治疗的学生作为基础来研究和学习的主要也是当事人中心的基要条件。而到目前为止还没有见到任何一篇文献提到对这些条件在中国之适用性的质疑。

有一个技术性的问题经常被提到:一些研究和治疗者的经验表明,东方文化的当事人(包括中国当事人)比美国的当事人更倾向于接受辅导者的权威角色、指导以及问题解决取向(Sue, Zane, & Young, 1994)。他们在辅导中更希望明确有序(Structuring)。这样一种特点显然与当事人中心的非指导性(nondirective)有一定差距。我以为当事人中心治疗的中国

化中,对这一点应有所改造。治疗者完全可以比经典的当事人中心治疗的风格更积极主动一些。事实上,当事人中心的非指导风格并非毫不可变,Brodley从录音资料分析比较 Rogers 前期(1944—1964)和晚期(1977—1986)在治疗会谈中的言语行为,发现在晚期 Rogers 根据自己的看法来讲话的频率较前期增加了4%到16%,而且这些增加的反应多为评论、解释和说明(即主动性较强的内容)。另外,在后期 Rogers 提出引导性的问题的机率也增加了(Thome, 1992)。

总体来说,个人认为当事人中心辅导理论的主要部分,尤其是其理念方面,与中国文化有相当好的契合性。因而当事人中心治疗取向的本土化应该没有大的障碍。但很难想象它能够原封不动的搬来,不加任何改造地应用于中国文化和中国的当事人。事实上,我以为中国的治疗者在实践当事人中心治疗的时候,都不自觉地对其做了一些调整和改造。如果能更自觉地做这种本土化的工作,当事人中心治疗在中国的发展或许更快更健康一些。

#### 参 考 文 献

- 1 Buss DM. Evolutionary personality psychology. *Annual Review of Psychology*, 1991, 42
- 2 Cain DJ. Celebration, reflection and renewal: 50 years of Client—Centered Therapy and beyond. *Person—Centered Review*, 1990, 5(4), 357—363
- 3 Eysenck HJ. Genetic and environmental contributions to individual differences in personality: The three dimensions of personality. *Journal of personality*, 1990, 56, 815—833
- 4 Levent R, Shlien JM. Client—centered therapy and the person—centered approach. New York: Praeger, 1984
- 5 Lumsden CJ, Wilson EO. Genes mind and culture: The coevolutionary process. Cambridge Mass: Harvard University Press, 1981
- 6 May R. The problem of evil: An open letter to Carl Rogers. *Journal of Humanistic Psychology*, 1982, 22(3), 10—21
- 7 Patterson CH. Multicultural counseling: From diversity to universality. *Journal Counseling and Development*, 1996, 74, 227—231

- 8 Rogers CA Theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client—centered framework. In S. Koch(Ed), *Psychology: A study of a science*, (Vol. 3): Formulations of the person and the social context. New York: McGraw—Hill, 1959, 184—256
- 9 Rogers CR. *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin, 1961
- 10 Rogers CR. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 1957, 21(2), 95—103
- 11 Rogers CR. The Politics of the Helping Professions In C. R. Rogers, *Carl Rogers on personal power*. New York: Delacorte Press, 1977, 3—28
- 12 Rogers CR. *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin, 1980
- 13 Rogers CR. Reply to Rollo May's letter. *Journal of Humanistic Psychology*, 1982, 22(4), 85—89
- 14 Schultz D. *Growth psychology: Models of the health personality*. New York: Van Nostrand Reinhold, 1997
- 15 Sue S, Zane N, Young K. Research on psychotherapy with culturally diverse populations. In A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change*, New York: John Wiley & Sons, 1994, 783—817
- 16 Thome B. *Carl Rogers*. London: SAGE Publications, 1992
- 17 Watson N. The empirical status of Rogers' s hypotheses of the necessary and sufficient conditions for effective psychotherapy, in R. F. Levent and J. M. Shlien(Eds.), *Client—centered therapy and the person—centered approach*. New York: Praeger, 1984, 17—40
- 18 Maslow 著, 林方译. *动机与人格*. 北京: 华夏出版社, 1987
- 19 江光荣. 对人性生物学基础的思考. 见 *教育研究*, 1993
- 20 杨国枢. 中国人的社会取向. 见 *中国人的心理行为科技学术研讨会论文集*. 台北: 中央研究院民族学研究所.
- 21 杨国枢(1992). “我们为什么要建立中国人的本土心理学”. 见 *本土心理学研究*. 台北: 桂冠图书公司, 1993, 6—88
- 22 林孟平. *辅导与心理治疗*. 香港: 商务印书馆, 1988
- 23 林孟平. “偏差自我形象—学生问题的关键”, 见 *亚洲辅导学报*, 1994, 3(1—2)

(收稿日期: 2000—08—01)