



国家出版基金项目
NATIONAL PUBLISHING FUND PROJECT

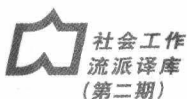
社会工作
流派译库
(第二期)

青少年 团体治疗理论

[美] Sheldon D. Rose 著
翟宗悌 译

 华东理工大学出版社
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

Group Therapy with
Troubled Youth: A
Cognitive-Behavioral
Interactive Approach



青少年团体治疗理论

Group Therapy with Troubled Youth: A Cognitive-
Behavioral Interactive Approach

[美] Sheldon D. Rose 著
翟宗悌 译

图书在版编目(CIP)数据

青少年团体治疗理论/[美] Sheldon D. Rose 著;
翟宗悌译. —上海: 华东理工大学出版社, 2014. 12
(社会工作流派译库. 第二期)
ISBN 978-7-5628-4120-3

I. ①青… II. ①Sheldon… ②翟… III. ①青少年
教育-研究 IV. ①G775

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 311543 号

Copyright © 1998 by SAGE Publications, Inc.
中文简体字版由华东理工大学出版社独家拥有。

著作权合同登记号: 图字 09-2014-1044 号

社会工作流派译库(第二期)

青少年团体治疗理论

Group Therapy with Troubled Youth: A Cognitive-Behavioral Interactive
Approach

著 者: [美] Sheldon D. Rose

译 者: 翟宗悌

项目负责: 刘 军

责任编辑: 高 虹

整体设计: 袁银昌设计工作室

出版发行: 华东理工大学出版社有限公司

地 址: 上海市梅陇路 130 号 200237

电 话: (021)64250306(营销部) (021)64253797(编辑室)

网 址: press.ecust.edu.cn

印 刷: 上海中华商务联合印刷有限公司

开 本: 710 mm × 1000 mm 1/16

印 张: 28.5

字 数: 465 千字

版 次: 2014 年 12 月第 1 版

印 次: 2014 年 12 月第 1 次

书 号: ISBN 978-7-5628-4120-3

定 价: 78.00 元

联系我们: 电子邮箱 press@ecust.edu.cn

官方微博 e.weibo.com/ecustpress

淘宝官网 <http://shop61951206.taobao.com>



译库学术顾问委员会

译库顾问

- 钱旭红 华东理工大学校长、院士
柳 拯 民政部社会工作司司长
郑杭生 中国人民大学一级教授
曹锦清 华东理工大学社会学系教授

译库学术委员会名单(以姓氏笔画为序)

- Ira Cobly** 美国休斯敦大学(University of Houston)社会工作学院院长、教授
Jack Richman 美国北卡大学(UNC at Chapel Hill)社会工作学院院长、教授
John Carpenter 英国布里斯托尔大学(University of Bristol)社会工作教授
Lena Dominelli 英国杜伦大学(Durham University)社会工作教授
Patrick O'Leary 澳大利亚格里菲斯大学(Griffith University)社会工作学院院长、教授
王思斌 中国社会工作教育协会会长、北京大学社会学系教授
阮曾媛琪 国际社会工作教育联盟(IASSW)前主席、香港理工大学副校长、教授
何雪松 华东理工大学社会与公共管理学院副院长、社会工作系教授
宋林飞 中国社会学会会长、江苏省人民政府参事室主任
陈丽云 香港大学社会工作与社会行政学系主任、教授
范 斌 华东理工大学社会工作系主任、教授
徐永祥 中国社会工作教育协会副会长、华东理工大学社会与公共管理学院院长、教授

编辑委员会

- 主 编 徐永祥
执行主编 何雪松
委 员 范 斌 张 昱 朱眉华 费梅苹 曾守锤 赵 环 王瑞鸿

这是我们与华东理工大学出版社合作的第二套译著丛书。本世纪初，我们所推出的18种一套上海市重点图书“社会工作名著译丛”获得了学术界的热烈反响和高度认同。本套译库与以往不同的是，更加聚焦于介绍西方社会工作的理论流派，但又不局限于理论流派的译介。西方的社会工作历经一百多年的发展，已经形成了诸多视角、理论、模式与方法。知识转移与全球共享是当代社会工作发展的一个重要特点。熟知并批判性地借鉴西方社会工作理论，对于建构兼具国际规范与中国特色的社会工作理论、制度、实务模式，无不具有重要的理论意义和实践意义。唯其如此，中国社会工作学界才有可能参与全球专业知识库的建构，以推动国际社会的公平与正义。

需要强调的是，中国社会工作的制度设计与发展经验具有本土的特点，不能简单地照搬西方的理论框架去加以解释。这就要求我们，在学习借鉴西方社会工作专业知识的同时，应警惕本国专业共同体因理论的“不自觉”“不自信”而在全球知识界处于失语状态。因此，必须立足和扎根于我国社会体制改革、新社会组织、新社会服务和现代社会工作制度建构的实践，积极进行中国社会工作的理论建构与知识创新。唯其如此，中国的社会工作学界才有能力提升在全球的话语权，从而为全球社会工作贡献中国的力量。

衷心希望本套译库能为中国社会工作的发展提供新的知识支持，以进一步推动国内的社会工作理论研究 with 知识建构。须知，没有系统强劲的社会工作理论的科学支撑，就不可能有系统强劲的社会工作发展实践。

本套译库的出版得到了国家出版基金的大力资助，为此我的感谢与感激之情难以言表！这里，我要向所有参与翻译本套译库的同仁表示感谢，因为他们的奉献体现了社工学人的专业精神！感谢华东理工大学出版社，因为他们始终对我们充分信任及对社会工作学科建设鼎力支持！我还要特别感谢何雪松教授，因为他持之以恒的追求、坚持和奉献，我们才有了本套译库的中文版！

是为序。

华东理工大学中国社会工作研究中心

徐永祥

专 文 推 荐

对多数的学生而言，在大学院校修团体咨询或团体治疗等课程时，他们会发现，无论他们上课时多么认真，课前再怎样用功地阅读资料，除非他们实际参与团体，否则这门课对他们而言，仍然是一团雾水。所以笔者总是鼓励学生要积极地参加各种类型的团体，更建议他们能去做其他团体领导者的助手，或者在专业督导的监督下，实际带一个团体，以了解团体到底是怎么一回事。换句话说，想要学游泳，不能只是站在游泳池边观看而不下水，只有置身其中，才有可能逐步调整自己的动作。

笔者教授团体咨询这门课多年，同时也常为一些助人工作者安排团体工作坊，以培训团体领导者。为了帮助学生或学员能在最短的时间内对团体有基本认识，所以必须自行设计教材，或者在课堂中示范团体技巧。然而，在短短的32小时里，既要教团体理论，又要示范技巧，实在是不容易。兼以团体中所发生的情境，何止千百种，如何示范所有的技术？因此，只好鼓励有兴趣的学生能参加我的工作坊，以观摩我所带的团体。

笔者曾以在校青少年为对象，企图借由小团体的互动方式帮助青少年学习有效的人际行为。根据过去的经验，青少年的行为会随着团体进行的程度而逐渐调整。然而，不可否认的是，此等结果必须依赖笔者所运用的领导技巧，而非活动内容。如此一来，培养专业领导者的速度总是无法满足现实的需要。为了能快速培养专业领导人才，笔者也曾试图将个人的经验撰写成文，然而在工作负担很重

的情况下，一直找不到合适的时间来完成这个心愿。

两年前，当笔者赴美接受专业训练时，无意中发现了这本团体治疗的实用书籍，真是欣喜莫名。回到台湾之后，一直向学生介绍这本书，甚至选取一部分资料在小团体领导者训练的工作坊中使用。曾多次与我有合作机会的翟宗悌女士，为了便于我更有效地使用这本教材，于是将一部分章节翻译出来。翟女士的译文颇为生动，同时又兼顾了原著的精神，所以，参加工作坊的成员对当时的训练活动极为推崇。于是笔者询问翟女士，是否愿意将整本书翻译出来，以加速推动本土小团体领导者的训练工作。翟女士一口允诺，这以后在她的同窗黄裕惠女士的引荐下，与学富文化事业有限公司签约，共同进行了这项重要的工作。

如今，眼见此书的中译本即将付梓上市，笔者内心的喜悦实在难以形容。因为，本土团体领导者训练的工作，在缺乏有效教材的条件下，一直难以突破。笔者相信，原作者罗斯必然也是基于此等考虑，开始着手撰写这部实用型的教科书的。从书中内容来看，罗斯的实务经验相当丰富，尤其是他对认知行为学说的理论观点相当熟稔，因此本书在他的引导下，不仅能使读者对团体治疗有正确的认识，同时也可帮助读者一窥认知治疗学说的精髓。所以，依据笔者的观点，这部实用型的教科书实在是一本不可多得的好书。

由于翟女士忠实而生动有趣的译文，本书的中译本读来轻松且易于理解。更难得的是，翟女士丰富的实务经验也在书中可见一斑，使人读来不会因为原著的关系造成时空的距离，甚至常常引人会心一笑。数年来，翟女士将大量的心力投注在个别治疗与团体治疗工作中，尤其是对青少年的问题行为情有独钟。所以，长期以来，她不时地运用认知治疗学说的观点从事青少年的个别咨询与团体咨询等工作。由此可见，经翟女士翻译的此书必然能充分地诠释原作者意图传达的理念，而读者也不会因对英文不够娴熟而徒生遗憾了。

邬佩丽

台湾师范大学教育心理与辅导学系教授

作者序

有许多书是专门以青少年的团体治疗、团体工作和团体咨询为主题的。其中有些强调团体历程，有些着重于目标的设定与达成，还有一些则在各种介入取向上着墨。这本书除了兼具这些特点以外，还特别强调如何在认知行为治疗取向的框架下，运用团体作为治疗的主要工具。从章节的标题即可看出本书的重点在于认知行为与社会支持上。虽然其中有一章特地用来说明团体历程，但每一章都以历程的观点来描述。而且每章都会阐明治疗师运用了哪些认知行为的策略，并说明参与成员的学习状况，以及团体治疗师在成员参与中所扮演的角色。同时书中也会具体说明增进青少年动机及参与程度的技巧，如分组的运用、脑力激荡或在提出答案前先写下来等。本书还介绍了建立团体凝聚力的策略，如使用有趣的团体活动、青少年喜欢的教导技巧、运用积极介入技巧、设计合作计划等。此外，本书还提到团体问题的预防方法与解决策略。事先必须说明的是，本书所提到的团体历程(group process)系指青少年之间，还有青少年与团体治疗师之间的互动方式；介入(intervention)指的是制造各种历程来增进动机与学习；团体治疗师则是指那些为了达到治疗目的，而尽力促进成员学习活动的专业人员，他们也可被称为团体工作者、团体咨询师、团体催化者或是团体实务

工作者。

本书是为了回应带领青少年认知行为团体的实务工作者而写的。但它也适用于以下的学生或工作者，如刚开始接触认知行为取向的团体治疗或团体工作，或是想要找一些具体方法来协助成员互助，以达成行为和认知上的改变。通常认知行为治疗团体仅是被当成心理教育性的团体来带领，每次团体进行的内容都详加计划，没什么余地容纳成员的想法，似乎不考虑他们改变的动机。然而根据我的同事与合作伙伴的临床经验建议：接纳成员对团体的贡献，使他们主动投入其中的团体策略，有助于上述治疗方法的实施。

我举了相当多的例子，这些例子来自我自己的经验，还有同事、学生以及我提供咨询或在我的工作坊及训练计划中的实务工作者的经验。

本书吸取了不同的理论来源，许多想法各有其基础，这些理论包括 Vinter(1985a)的团体工作理论、Yalom(1985)的团体治疗理论，以及 Bandura(1977a)、Beck(1976)、Kazdin(1989)等人的认知行为理论。尽管本书采取折中的理论，但全书仍有一致的主题或假设。促进团体凝聚力与行为改变的必要条件是：青少年能够投入改变的历程，团体则提供情境与介入的策略。如果青少年不能够享受治疗的经验，他们将没有动机改变。但光是享受是不够的，与青少年协商出具体的改变目标，会比确定笼统的改变目标更有可能达成。为了达成具体的改变目标，可使用成员共同的及专属于个人的介入策略；青少年从中可知这些策略能帮助他们自己改变，也能用来帮助他的同伴；治疗师必须协助青少年超越心理治疗的限制，获得身边的社会及物质资源；而所有治疗的重点在于使他们的改变能够延伸到现实的生活中去。尽管运用不同的理论，我仍企图将这些假设尽可能地融合并达到一致的、完整的境地。

本书的架构

本书分为四部分：开始团体、评估团体与建立目标、团体内与团体外的介入策略和认知行为互动团体治疗的应用。第一部分始自第一章，将整个取向做一个概览，并假设所有读者在阅读后续的章节时，都已经理解了第一章的内容；第二章亦属于第一部分，介绍团体治疗的准备工作；第三章为团体开始部分，包括介绍说明、建立凝聚力、促进参与动机。第二部分为评估团体与建立目标，包括：第四章，评估团体——面谈与观察的策略；第五章，事前诊断与评估的实施程序；第六章，建立目标与介入策略计划。第三部分为团体内与团体外的介入策略，其中第七章是问题解决与协商，第八章是团体中的增强与刺激控制，第九章为示范的步骤，第十章为认知与放松的应对策略，第十一章为团体外的作业，第十二章为评估与增进社会支持（与 Katherine P. Reardon 合写），第十三章谈到将社交娱乐性活动融入治疗，第十四章为团体历程中的介入策略，第十五章为类化的程序——超越团体的界限。第四部分为认知行为互动团体治疗的应用，包括：第十六章，降低愤怒与攻击行为的团体策略（和 Martin D. Martsh 合写）；第十七章，认知行为互动团体治疗的人员训练与督导。

致谢

本书依靠众人的努力方始完成。我特别要感谢许多实务工作者，如以前的学生、参与工作坊的人员，以及我曾咨询过的机构工作人员，本书所引用的实例中，有许多都是他们提供的。特别是 Peter Duby, Cynthia Olenick, Martin Martsch, Kathleen Todar, Thomas Weston, 他们曾尝试

运用这个学说，并以此训练别人，是他们告诉了我这个取向的优点与限制。我还要感谢华盛顿大学圣路易分校的终身教授 William Butterfield 博士，以及密歇根大学安阿勃分校的教授 Charles Garvin 博士，他们曾读过本书较早的版本。我也要谢谢 Ruth Evans，他帮助我打字、校正以及处理有关编辑此书的行政工作。尽管有这么多人宝贵的贡献，我仍须为本书中所有的内容负起全责。

Dr. Sheldon D. Rose

美国威斯康星大学麦迪逊校区

社工系教授

译者序

非常荣幸能翻译这本在网络书评中曾荣获五星级等级的好书，而我也从此书中获益良多。我曾在实际工作中，如中学高关怀学生（即有行为困扰的学生）的团体、普通高中生的辅导课程及各种成长团体里，运用书中所提到的取向及各种实用的活动，发现效果非常明显。一来本书对于各种介入策略的基本理念有十分清楚的说明，二来其实际步骤具体而灵活，因此治疗人员或教学人员可以很快地上手，并可依场合及对象的需要做调整。

这本书既适合初学者，又符合想朝着认知行为取向带领团体的治疗人员使用。因此，纵然翻译的过程常让我有呕心沥血之感，但看到本书能有中译本，使中文使用者能更容易享受其中的好处，自己能成为整个出版团队中的一分子，不禁令我觉得这一切都是值得的。

非常感谢台湾学富文化事业有限公司给我这个机会，还有邬佩丽教授的悉心校阅、郑中平先生在测量方式及研究设计等相关内容上的校阅，及至亲朋好友的支持鼓励、耳提面命，这本书方能在接受此工作后的10个月内完成。

翟宗悌

目 录

总 序	1
专文推荐	1
作者序	1
译者序	1
第一部分 团体开始	1
第一章 概论	3
第二章 准备团体	35
第三章 开始团体:介绍说明、建立凝聚力和增进动机	53
第二部分 评量与建立目标	75
第四章 团体内的评量——面谈与观察的策略	77
第五章 评量与评估时的测量工具	109
第六章 建立目标与介入计划	131
第三部分 团体内与团体外的介入策略	153
第七章 问题解决与协商	155
第八章 团体中的增强与刺激控制	177
第九章 示范学习	199
第十章 认知与放松的应对策略	231
第十一章 团体外作业	275
第十二章 评估并增进社会支持	289
第十三章 融合社交娱乐活动	303
第十四章 介入团体历程	331
第十五章 超越团体的界限:类化	363

第四部分 认知行为互动团体治疗的应用	385
第十六章 降低愤怒与攻击的团体治疗策略	387
第十七章 认知行为互动团体治疗的人员训练与督导	413
参考文献	427

活动目录

活动 3-1	相见欢	56
活动 3-2	个案研讨	57
活动 4-1	什么是行为反应	85
活动 4-2	你在想什么	88
活动 4-3	认识情绪的字眼	90
活动 4-4	你感受到什么	91
活动 4-5	找出关键时刻	93
活动 4-6	后果是什么	95
活动 4-7	情境分析	99
活动 4-8	找出资源和障碍	105
活动 6-1	制订目标	142
活动 7-1	系统化问题解决训练	167
活动 8-1	优点轰炸	181
活动 9-1	示范学习	222
活动 9-2	处理族群、同性恋恐惧和性别等歧视	224
活动 10-1	不合理的想法	236
活动 10-2	澄清思考上的谬误	240
活动 10-3	以应对性想法取代思考谬误	248
活动 10-4	自我指导训练	258
活动 11-1	增加完成作业的可能性	284
活动 12-1	评估社交网络	294
活动 14-1	大风吹	346
活动 15-1	找到模式	373
活动 15-2	类化与保留改变的成果	380

第一章	概论
第二章	准备团体
第三章	开始团体：介绍说明、建立凝聚力和增进动机
第四章	团体内的评量——面谈与观察的策略
第五章	评量与评估时的测量工具
第六章	建立目标与介入计划
第七章	问题解决与协商
第八章	团体中的增强与刺激控制
第九章	示范学习
第十章	认知与放松的应对策略
第十一章	团体外作业
第十二章	评估并增进社会支持
第十三章	融合社交娱乐活动
第十四章	介入团体历程
第十五章	超越团体的界限：类化
第十六章	降低愤怒与攻击的团体治疗策略
第十七章	认知行为互动团体治疗的人员训练与督导
参考文献	