

心理健康教育丛书

重塑人格

服刑人员团体心理辅导



主 编：刘 帽 董兴义
副主编：张文杰 秦贤义 郭桂英



金城出版社
GOLD WALL PRESS

重塑人格

服刑人员团体心理辅导



主 编：刘 娟 董兴义
副主编：张文杰 秦贤义 郭桂英



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

重塑人格：服刑人员团体心理辅导 / 刘嵘，董兴义

主编. —北京：金城出版社，2011.10

(心理健康教育丛书 / 孙孟杰主编)

ISBN 978-7-5155-0260-1

I. ①重… II. ①刘… ②董… III. ①犯罪分子—心理辅导 IV. ①D916.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 212243 号

重塑人格：服刑人员团体心理辅导

作 者 刘 嵘 董兴义

责任编辑 陆建伟

开 本 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张 18

字 数 280 千字

版 次 2011 年 10 月第 1 版 2011 年 10 月第 1 次印刷

印 刷 三河市鑫利来印装有限公司

书 号 ISBN 978-7-5155-0260-1

定 价 34.00 元

出版发行 金城出版社 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编：100013

发 行 部 (010)84254364

编 辑 部 (010)84258699

总 编 室 (010)64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010)64970501

丛书编审委员会

主 任：孙孟杰

副主任：董兴义 刘海涛 刘 崧

编 委：胡传亭 李炳荣 赵道辉 黄瑞平 张运海

 吕传久 刘纪友 张文杰 邵长波 李跃伟

 刘兴池 郭桂英 秦贤义 郝智勇

本书编写人员

主 编：刘 崧 董兴义

副主编：张文杰 秦贤义 郭桂英

编 者：张传颖 李 莉 邹红霞 张 斌

 岳宪伟 安学锋 冯 超 全明声

 闫 林 张为方 杨树成 乔 众

 朱本珩 王晴晴 陶伟伟 李 慧

序

近几年来，有关心理健康方面的研究十分活跃，出版的著作也颇为可观。这些成果大致可分为两大类：一类是有关基本理论与技术的研究和介绍；一类是专就某一群体的心理健康的研究论著，尤其是有关青少年心理健康的著作较多。当然，这都是令人可喜而富有价值的工作。但令人遗憾的是，至今关于犯罪人员心理健康问题的研究却鲜有涉及，而这一特殊群体因其心理问题的普遍性及特殊性更应引起人们的关注。

过去，人们对犯罪人员的注意力往往集中在犯罪行为 and 随之而来的刑罚的法律特征上，后来人们才逐步认识到犯罪人员改造和转化工作的重要性，从而加强了这方面的工作，但对犯罪者作为一个社会人所具有的心理特征及其在犯罪和改造中的作用却受到忽视。随着心理咨询与心理矫治技术的应用，心理咨询与矫治日益受到监狱劳教系统的重视，在一些发达国家犯罪心理矫治技术已成为一门专门学科。把犯罪心理咨询与矫治引进监狱教育改造领域，重视和推广犯罪心理咨询和矫治，无疑是提高服刑人员改造和转化质量的一项重要举措，也是创建现代文明监狱的重要标志。

服刑人员的犯罪和改造是一项非常复杂的问题，其中有社会问题、教育问题，也有犯罪主体自身的世界观、价值观问题。可以说，服刑人员无一没有心理缺陷或人格异常问题，入狱后也会出现新的心理障碍或问题。强制性的改造有可能加重这些问题，单纯的思想政治教育也有其片面性。因此掌握心理科学理论知识，运用心理矫治技术，从服刑人员深层次的心理问题入手，才能卓有成效地做好他们的改造和转化工作，也只有改变服刑人员的错误认知，重塑他们的人格，接受再社会化矫



治，才能使他们真正回归社会并预防重新犯罪。现有的实践业已显示心理咨询与心理矫治在改造服刑人员中的作用和效果。

山东监狱劳教系统是我省各系统中率先开展心理咨询和矫治活动的，在全国同行中也走在了前列，其中山东省微湖监狱这方面工作开展得尤为出色。这源于监狱领导的重视，警察的积极参与，从而使监狱服刑人员改造工作取得了显著成效。微湖监狱的领导也非常重视对监狱警察的培养，通过培训和专家亲临指导，边学习边实践，造就了一支心理咨询与矫治的专业队伍。近几年来已有 52 人考取了国家二级心理咨询师，135 人考取了三级心理咨询师。与此同时，他们也极为关注监狱警察自身的心理健康问题。

服刑人员的改造工作主要是监狱警察承担，所以，他们自身的心理健康状况不仅影响着个人的成长和生活质量，也直接影响服刑人员的改造效果。由于监狱劳教工作的特殊性、复杂性、艰巨性，担任监狱劳教工作的干警们除了要求具备一定的政治素质、道德素质、科学文化素质外，还必须具备良好的心理素质，方能胜任工作。因此，山东省微湖监狱近几年来也非常重视干警的心理健康教育工作，经常开展干警团体心理辅导活动，使广大干警心理健康水平大幅提高。

难能可贵的是，他们还非常重视经验的积累，本着边学习、边实践、边总结的精神，对工作中的经验、体会注意随时总结梳理，尤其在团体心理辅导方面取得了不少成功的经验，并在专业工作者的指导和参与下进一步提炼和完善。本丛书正是他们实践的结晶。

正因为如此，本丛书的最大特点是其实践性和可操作性。各分册在撰写中皆注重心理矫治技术的实践价值和操作性，力求理论性和应用性相统一。本丛书在阐明专业基本理论知识后，着重于团体心理辅导和咨询的应用。作者从团体心理辅导和咨询入手，对服刑人员中普遍存在监狱生活适应、情绪困扰、人际交往、生涯规划、人格障碍等问题设计了团体心理辅导、团体心理咨询和心理剧活动，力求使读者不仅能获得团体心理辅导和咨询的基本原理和知识，而且能掌握有关的方法、技术，开展实际工作。

本丛书在结构体系上也有新意。丛书由三册结集而成，分别为《重塑人格——

服刑人员团体心理辅导》、《心灵氧吧——警察团体心理辅导与咨询》、《心理剧场——监狱心理剧心理辅导》，自成体系。每一分册在具体内容的组织编排上不拘一格，形式多样。如，在《重塑人格——服刑人员团体心理辅导》一册中，每一章节分别列有“心灵宝典”、“大墙内的忏悔”、“服刑人员案例分析”等内容。在《心灵氧吧——警察团体心理辅导与咨询》一册中，每一章列有“心灵细语”、“心灵鸡汤”、“心灵之旅”等内容，使丛书有新颖感和趣味感。

此外，作者在阐述中注意深入浅出，力求通俗易懂，使本书具有较强的可读性，读者易于接受，便于使用。

最后，我相信，这套丛书的出版对监狱劳教系统从事心理咨询与心理矫治的人员及相关工作者一定会有所帮助，对监狱开展心理咨询与矫治工作也有实际的指导作用，对其他领域从事心理咨询的工作者也应有所启发和借鉴。

张承芬

2011年9月10日

内容简介

本书内容包括导论篇和实务篇两篇，其中实务篇包括团体系列辅导、团体心理咨询、团体心理工作坊。本书具有实际可操作性的特点，我们山东省微湖监狱的心理咨询师及省内外有关专家教授根据多年团体心理辅导与咨询的实践以及带领各种团体的经验，为监狱劳教系统广大警察和读者提供了实际有效的团体心理辅导、团体心理咨询和团体心理工作坊的设计与部分实例。本书适合于监狱劳教系统心理健康骨干警官、心理咨询师、辅导员、社会工作者、心理学及教育学等相关专业教师、学生、德育工作者等人士阅读与参考。

本教材可作为监狱警察教学用书，也可以供其他相关层次读者自学参考。

前言

在构建和谐社会的今天，心理健康是第一标志的观念已经被广为接纳，越来越多的人逐渐认识到“生理、心理及社会适应的良好状态”才是全面健康标准，提倡和追求“心身健康”已是人们的自觉行动，而在监狱这样的特定环境里，服刑人员除了要面对常人的情绪困扰，还要面对着改造生活、婚姻家庭、情感交流、人际关系、前途命运等方面的巨大压力以及由此产生的心理冲突，因此，服刑人员是心理疾病多发群体之一，在服刑人员中倡导“心身健康”更加重要。

目前，我国把刑释解教人员重新违法犯罪率作为衡量监管工作的首要标准，以确保教育改造工作取得实效。司法部副部长陈训秋同志在全国监狱教育改造工作会议上强调：监狱要加强罪犯心理咨询和矫治工作，把加强心理矫治和精神疾病治疗作为一项重要任务，充分发挥心理矫治在消除罪犯心理，养成健康人格中的作用。罪犯心理咨询与矫治是新形势下我国罪犯改造工作深化改革中一项重要举措，成为监狱迈向现代化、文明化、科学化的重要标志之一。

任何技术和手段都需要人去操作和执行，那么从事心理咨询与矫治的人员的技术水平就尤为重要。为了满足监狱心理咨询师提升业务素质需要，进一步推进服刑人员心理健康教育事业的发展，我们编写了《重塑人格——服刑人员团体心理辅导》一书。

团体心理辅导作为心理咨询与矫治的主要形式之一，是通过团体内人际交互

作用，促使个体在交往中通过观察、学习、体验，认识自我、探讨自我、接纳自我，调整和改善与他人的关系，学习新的态度和行为方式，以发展良好的生活适应过程。团体心理辅导咨询具有互相支持，集思广益，治疗效率高，疗效易巩固，帮助他人成长及发展的显著效果，对于提升人的心理素质和综合能力具有特别重要的意义。

本书以监狱服刑人员中普遍存在的心理问题为切入点，涉及的内容不仅包括心理学的基本理论知识，还结合心理学的相关知识设计了团体心理辅导活动。在团体心理辅导活动中，注重创造一种信任的、温暖的、支持的团体气氛，以帮助服刑人员在团体情境下重塑健全人格、树立改造信心、勇于面对现实、把握机会、实现梦想，有效地缓解服刑人员心理压力。

本书通俗易懂、理论联系实际，既是广大服刑人员改造道路上的良师益友，也是广大基层民警开展心理咨询与心理矫治工作的重要文献。

本书的使用说明：团体心理辅导的实施方法和技术通常具有多样性、创造性、自发性、经验性和实验性等特点。辅导教师在授课时，理论篇和实务篇内容可以互相穿插，即心理学理论和团体心理辅导两部分可以进行交叉授课。如服刑人员入监初期，可以进行人际关系团体心理辅导中的“适应新环境——知场之旅”活动。另外，我们设计的团体心理辅导活动比较多，辅导教师可以根据工作需求及具体情况有选择地进行团体心理辅导活动，在活动中，注意启发与引导，促使服刑人员对活动设计的内容有所感悟，预防和消除入监后形成的不良心理，帮助其培养良好的心理调适能力，学会认识自己，剖析自己，接纳自己，从而自觉调整心理状态。

在山东省乃至全国，很多监狱都建立了心理健康指导中心，广大警察咨询师对服刑人员进行了包括团体心理辅导在内的心理健康教育，使其逐步适应监狱环境，消除导致个人犯罪或者再次犯罪的人格缺陷，促使其心理健康、认知正常、行为符合社会评判标准，最终达到消除扭曲人格，提高融入社会能力的更高目标。本书特

邀全国政协常委、原济南大学副校长、首席教授张承芬作序，山东城市建设职业学院心理健康教育中心主任、副教授刘崑和山东省微湖监狱副政委、二级心理咨询师董兴义担任主编，山东省微湖监狱教育科科长、二级心理咨询师张文杰、秦贤义和山东省微湖监狱教育科副科长、二级心理咨询师郭桂英担任副主编，山东省微湖监狱心理健康教育骨干张传颖、李莉、邹红霞、张斌、岳宪伟、安学锋、全明声、冯超等担任参编。此外，金城出版社的有关领导及编辑对本书的编写给予了大力支持，在此表示衷心的感谢。

由于水平有限，加之编写时间紧促，书中疏漏之处在所难免，恳切期待警察朋友和同行们批评指正。

编委会



目 录

导 论 篇

第一章 心理健康新观念

《心灵宝典》身心健康“十个一”

《大墙内的忏悔》冲动是魔鬼

《本章导读》

第一节 心理健康 004

一、心理健康的含义 004

二、心理健康的标准 005

第二节 心理健康教育 008

一、监狱心理健康教育的目标 008

二、监狱心理健康教育的内容 009

三、监狱心理健康教育的途径 011

第二章 团体心理辅导

《心灵宝典》团体是一个试炼城

《大墙内的忏悔》交友不慎的苦果

《本章导读》



第一节 团体心理辅导概述	017
一、团体心理辅导的含义与特点	018
二、团体心理辅导的目标和内容	019
三、团体心理辅导的功能	022
第二节 团体心理辅导活动的基本原理	023
一、团体动力学	023
二、群体心理学	025
第三节 团体心理辅导的主要方法	027
一、团体心理辅导的主要方法	027
二、团体心理辅导活动课操作过程中的特点	030

第三章 服刑人员在团体中人格健康发展

《心灵宝典》在团体中共同成长

《大墙内的忏悔》我愧对他们——虚荣心驱使我成为诈骗犯

《本章导读》

第一节 团体心理辅导中的辅导教师与团体成员的关系	036
一、辅导教师与团体成员的关系对团体成员个体成长的影响	037
二、辅导教师与团体成员的心理距离	037
第二节 团体心理辅导中的服刑人员团体	039
一、团体对服刑人员个体的影响	039
二、同辈群体对服刑人员个体的影响	040

理论篇

第四章 服刑人员的自我意识与心理健康

《心灵宝典》富翁的儿子

《服刑人员案例分析》

1. 我的未来在何方?

2. 我亲手玷污了自己的人生——贪污受贿职务犯罪

《本章导读》

第一节 自我意识概述 047

一、自我意识的含义 048

二、自我意识的结构 049

三、自我意识的发生与发展 050

第二节 服刑人员的自我意识及其特点 051

一、服刑人员自我意识的特点 051

二、服刑人员良好自我意识的发展 052

第三节 服刑人员自我意识的完善 054

一、服刑人员的自我同一性 054

二、服刑人员良好自我意识的标准 054

三、服刑人员自我意识完善的途径 055

第五章 服刑人员的情绪与心理健康

《心灵宝典》握住属于你的快乐钥匙

《服刑人员案例分析》



1. 情绪失调引发的故意杀人
2. 一个高中生一时情绪冲动故意杀人

[[本章导读]]

第一节 情绪概述	060
一、什么是情绪	061
二、情绪的发生机制及其功能	062
三、情绪对服刑人员的影响	063
第二节 服刑人员常见的情绪困扰	064
一、服刑人员的情绪特点	064
二、服刑人员常见的情绪困扰	065
第三节 服刑人员的情绪控制与调节	067
一、情绪的控制与调节	067
二、情绪自我调节的心理学方法	071

第六章 服刑人员人际交往与心理健康

[[心灵宝典]] 一位青年人拜访年长的智者

[[服刑人员案例分析]]

1. 敏感多疑,不会处理人际关系
2. 孤僻的性格,导致他陷入孤独

[[本章导读]]

第一节 人际交往与人际关系概述	079
一、什么是人际交往	079
二、什么是人际关系	080

第二节 人际交往的理论	082
一、人际交往的相关理论	082
二、人际关系的发展阶段	084
第三节 服刑人员保持良好人际关系	086
一、人际关系的原则	086
二、服刑人员人际关系的改善	087
第四节 服刑人员在服刑期间需要处理好的三种关系	088
一、处理好与警官的关系	088
二、处理好与其他服刑人员的关系	089
三、处理好与家人的关系	089

第七章 服刑人员的人格与心理健康

《心灵宝典》搭上幸福健康的快车

《服刑人员案例分析》

1. 人格偏执和反社会人格障碍

2. 躁郁人格的心理辅导

《本章导读》

第一节 人格心理的一般问题	097
一、什么是人格	097
二、人格的类型	099
第二节 服刑人员常见的人格障碍及其心理防治	103
一、人格障碍及其特征与成因	103
二、服刑人员常见人格障碍的类型及其心理治疗	107



第三节 塑造健全人格的途径与方法	113
一、健全人格的标准	113
二、塑造健全人格的途径与方法	114

实 务 篇

第八章 服刑人员人际关系心理辅导

《心灵宝典》人际关系中的情绪管理

《大墙内的心灵之旅》

咨询师给服刑人员的一封信

《服刑人员心理咨询案例分析》

对一位有暴力倾向的服刑人员心理咨询笔记

《本章导读》

第一节 人际关系团体心理辅导概述	131
一、什么是人际关系心理辅导	131
二、人际关系心理辅导的目标和内容	131
三、人际关系心理辅导的意义	131
第二节 人际关系团体心理辅导活动	132
一、人际关系团体心理辅导活动设计	132
二、人际关系团体心理辅导活动实施	133
活动8-1：适应新环境——知场之旅	
活动8-2：走出心灵的孤岛——信任之旅	
活动8-3：有效沟通——跨越七彩桥	
活动8-4：合作与竞争——同舟共济	