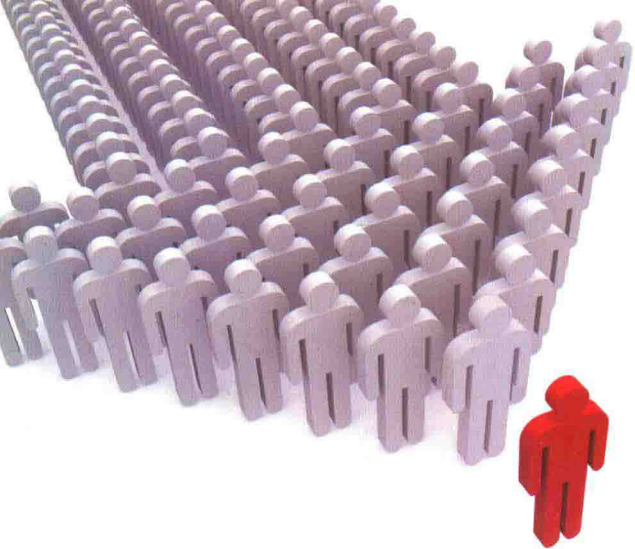


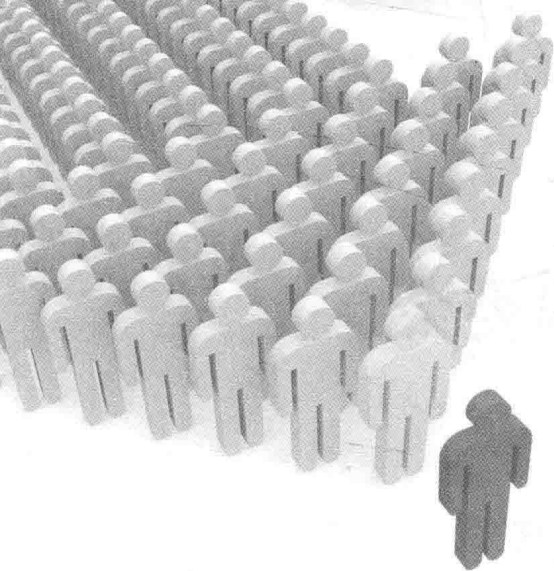


监狱团体心理辅导 操作实务

马立骥 董长青 著



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS



监狱团体心理辅导 操作实务

马立骥 董长青 著



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

内容提要

本书共分十一章,第一章为团体心理辅导概述,第十一章为监狱团体心理辅导展望,第二章至第十章为各种类型的服刑人员团体心理辅导实务介绍,共分团体的形成、团体心理辅导方案设计实例、团体心理辅导操作实例、评价与思考四个部分,每一个章节都对团体的心理特征做了细致的分析,并列举了经过实践检验证明效果较好的方案设计书和操作实例,以供读者参考。本书具有较强的可操作性,非常贴近监狱的实际工作,对监狱基层民警开展心理矫治工作有较大的学习和借鉴作用。

图书在版编目(CIP)数据

监狱团体心理辅导操作实务 / 马立骥, 董长青著

—上海: 上海交通大学出版社, 2015

ISBN 978-7-313-13585-8

I. ①监… II. ①马… 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(2015)第183593号

监狱团体心理辅导操作实务

著 者: 马立骥 董长青

出版发行: 上海交通大学出版社

邮政编码: 200030

出 版 人: 韩建民

印 刷: 杭州印校印务有限公司

开 本: 710mm×1000mm 1/16

字 数: 247千字

版 次: 2015年8月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-313-13585-8/D

定 价: 39.00元

地 址: 上海市番禺路951号

电 话: 021-64071208

经 销: 全国新华书店

印 张: 13.25

印 次: 2015年8月第1次印刷

版权所有 侵权必究

告读者: 如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话: 0571-88294385

本书编委会

主 任

马立骥 董长青

委 员

姜丽萍(浙江省第一监狱)	朱国强(浙江省第一监狱)
汪浩金(浙江省第一监狱)	徐元清(浙江省第一监狱)
郑维成(浙江省第一监狱)	徐哲敏(浙江省十里丰监狱)
叶一飞(浙江省第一监狱)	蒋小霞(浙江省未成年犯管教所)
杜梦宁(浙江省女子监狱)	童卸羊(浙江省第一监狱)
林崇良(浙江省第一监狱)	方小珍(浙江省第一监狱)
徐 斌(浙江省第一监狱)	汪霞梅(浙江省第一监狱)
汪 健(浙江省第一监狱)	余 君(浙江省第一监狱)
杨纯雨(浙江省第一监狱)	傅华军(浙江省十里丰监狱)
曹婧元(浙江省第一监狱)	童 军(浙江省第一监狱)
张 权(浙江省未成年犯管教所)	谢红梅(浙江省女子监狱)
章建峰(浙江省第一监狱)	寿玉平(浙江省第一监狱)
刘 莺(浙江省第一监狱)	许 靖(浙江省第一监狱)

序

近年来,在服刑人员心理健康方面的研究颇为活跃,但研究成果大多数止于理论层面,涉及具体个案和实务操作的著作并不多。对于众多监狱工作者,尤其是工作在基层的监狱民警而言,研究服刑人员群体的心理现象,分析其共同点特殊性,从而有针对性地开展团体心理矫治活动,有效地疏解服刑人员的心理症结,更是他们所关心的问题,也更具有实际意义。

监狱是社会法治程度的窗口,监狱的人文状态,可以折射人类文明的进步。随着我国法治化进程的加速,监狱的管理越来越受到社会各界的关注,可以说,监狱稍有过失就有可能成为社会舆论的焦点,正因为如此,许多监狱民警在工作中备感压力,他们不仅要承担监狱安全的风险、人身安全的风险,还要承担执法上的风险。因此,提升监狱内部的管理能力和执法能力,建设本质安全型的监狱,应是今后较长一段时间内的工作追求,而心理矫治作为转变认知模式的有效手段,则是监狱工作者必须掌握的一项基本技能。

服刑人员的改造是一项系统的工程,从犯罪的原因分析,有社会问题,也有文化问题,有犯罪者自身的主观因素,也有外部的诱因。但有一点可以肯定的是,服刑人员或多或少都有一定的心理缺陷或人格问题,在教育改造的过程中,学会运用心理学知识,从服刑人员核心的心理问题入手,转变他们的认知模式,是做好教育转化工作的根本性手段。实践证明这种做法是行之有效的。

浙江省第一监狱从2002年开始把心理矫治技术导入教育改造工作,经过多年的实践,建立了监狱心理健康指导中心、监区心理辅导站、分监区心理辅导室三级心理矫治模式,民警中获国家二级心理咨询师资质20人,三级心理咨询师资质125人,部级心理矫治专家1人,还承办了浙江省监狱管理局主办的心理类刊物《心理导刊》,刊物深受服刑人员欢迎,被誉为“服刑人员的心理导师”。

这本由浙江省第一监狱与浙江警官职业学院联合编写的《监狱团体心理辅导操作实务》,是作者们多年团体心理辅导工作经验的结晶,全书共分十一章,第一章是团体心理辅导概述,第十一章是监狱团体心理辅导展望,第二至十章节是各种类型

的服刑人员团体心理辅导实务介绍,分团体的形成、团体心理辅导方案设计实例、团体心理辅导操作实例、评析与思考等四个部份,每一个章节都对团体的心理特征作了细致的分析,并列举了经过实践检验证明效果较好的方案设计书和操作实例,以供读者参考。本书具有较强的可操作性,非常贴近监狱的实际工作,对监狱基层民警开展心理矫治工作有非常好的学习和借鉴作用。

本书作者主要是监狱基层的民警和监狱管理岗位的领导,还有为行业培养监狱人民警察的警院的心理学教师。他们常年在监狱工作,特别是大多数是来自基层一线的民警,他们天天与罪犯打交道,对罪犯的心理非常了解,经常做他们的心理教育与矫治工作;对监狱管理岗位的领导来说,他们都是一步一步从监狱一线干出来的,目前仍然直接分管着罪犯的教育改造工作,既有多年的教育矫治罪犯心理问题的实践经验,同时又有着从宏观上统揽整个教育改造的工作布局;警院的心理学教师理论功底扎实,又有在行业挂职的经历,同时他们在日常的教学过程中,经常到行业调研,深入监狱一线与监狱人民警察一起开展产学研的科学研究,取得了很多丰硕的成果。这种行业院校与监狱实务的密切配合,既有开拓性的前瞻设计,又有解决监狱实际问题的接地气之举,理论与实践水乳交融。该书通篇读来问题明了、层次清晰、语言通俗,道理易懂、方法好学;该书悉读后,虽然感觉心理咨询师的语言平常、动作常见,但仔细推敲,你会发现其含义满满、启迪思索,让你有跃跃欲试之冲动、非常耐人寻味;该书所有的团辅方案涉及了监狱罪犯的各种类型,案例丰富,可读性较强,特别凸显其指导的功能。

我相信,本书的出版对广大从事服刑人员心理矫治工作的监狱工作者定会有所帮助。同时,我也衷心地希望广大读者们在阅读的同时,能给本书多提出一些宝贵的建议和意见,让我们的心理矫治工作有新的更大进步。

蔡俊豪

2015年6月10日

目 录

第一章 团体心理辅导概述	1
第一节 团体心理辅导理论渊源	1
第二节 服刑人员团体心理辅导的操作阶段	9
第三节 团体心理辅导的常用方法和技术	17
第四节 团体心理辅导的注意事项	26
第二章 新入监服刑人员团体心理辅导	29
第一节 团体的形成	29
第二节 新入监服刑人员团体心理辅导方案设计实例	31
第三节 新入监服刑人员团体心理辅导操作实例	33
第四节 评析与思考	48
第三章 服刑人员人际交往团体心理辅导	50
第一节 团体的形成	50
第二节 服刑人员人际交往团体心理辅导方案设计实例	51
第三节 服刑人员人际交往团体心理辅导操作实例	53
第四节 评析与思考	69
第四章 服刑人员环境适应团体心理辅导实践	73
第一节 团体的形成	73
第二节 服刑人员环境适应团体心理辅导方案设计实例	75
第三节 服刑人员环境适应团体心理辅导操作实例	76
第四节 评析与思考	87
第五章 服刑人员自信提升团体心理辅导实践	90
第一节 团体的形成	90
第二节 服刑人员自信提升团体心理辅导方案设计实例	91
第三节 服刑人员自信提升团体心理辅导操作实例	93
第四节 评析与思考	102

第六章 中老年服刑人员团体心理辅导实践	105
第一节 团体的形成	105
第二节 中老年服刑人员团体心理辅导方案设计实例	106
第三节 中老年服刑人员团体心理辅导操作实例	108
第四节 评析与思考	119
第七章 未成年服刑人员团体辅导实践	122
第一节 团体的形成	122
第二节 未成年服刑人员团体心理辅导方案设计实例	124
第三节 未成年服刑人员积极成长团体辅导操作实例	126
第四节 总结与评析	136
第八章 女性服刑人员团体心理辅导	138
第一节 团体的形成	139
第二节 女性服刑人员团体辅导方案设计实例	140
第三节 女性服刑人员团体心理辅导操作实例	142
第四节 评析与思考	156
第九章 限制减刑服刑人员团体心理辅导	158
第一节 团体的形成	158
第二节 入监限制减刑服刑人员团体心理辅导方案设计实例	160
第三节 限制减刑服刑人员团体心理辅导操作实例	162
第四节 评析与思考	174
第十章 临释前服刑人员团体心理辅导	178
第一节 团体的形成	178
第二节 临释前服刑人员团体心理辅导方案设计实例	180
第三节 临释前服刑人员团体心理辅导操作实例	181
第四节 评析与思考	192
第十一章 监狱团体心理辅导展望	195
参考文献	203

第一章

团体心理辅导概述

团体对一个人的成长与发展有着重要的影响,人类无法离开团体而生活,从出生到死亡,每个人终其一生都是生活在团体的世界里。心理学大师卡尔·罗杰斯曾经说过,20世纪人类社会最伟大的发明之一就是“小团体运动”。在团体中我们模仿和影响他人,同时,也被他人模仿和影响。正如亚里士多德很早就观察到的那样,人是社会的动物,所说所想均学自他人。人必须作为团体的一分子,他的需要和期望才能得到满足。在人们成长的各个不同阶段,需要有不同的团体来支持,尤其是当彷徨无助遇到困难时,团体往往可以扮演重要的角色,发挥助人的功能。

近年来,服刑人员心理矫治已悄然成为刑罚执行机关对服刑人员改造的第四大手段,并发挥着越来越重要的作用。心理咨询作为心理矫治工作最基本、最常见的方法,应用于监管改造,目的在于解决服刑人员的心理问题,帮助服刑人员重塑健全人格,消除监管安全隐患,提高改造质量。但是,对少数或是个别有心理问题和心理障碍的服刑人员提供心理咨询与治疗,已远远不能满足绝大部分服刑人员心理健康的需求。服刑人员的心理问题往往具有类同性,在解决类似的或普遍存在的心理问题时,团体心理辅导比个体心理咨询具有更明显的优越性。团体心理辅导具有省时省力、普及面广、影响大、效率高的特点;同时,其更具有“情境式学习”的独特功能,尤其适用于监狱服刑人员这一独特的群体,成为服刑人员心理矫治工作的重要内容。

第一节 团体心理辅导理论渊源

一、团体心理辅导概念

团体心理辅导是在团体情境中提供心理帮助与指导的一种心理辅导形式,它

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,学习新的态度与行为方式,以发展良好的生活来适应的助人过程。团体心理辅导的独到之处是把团体作为一个微型的社会,它能为在现实生活中受到困扰的个体提供安全宽松的环境,在理解与支持的氛围中,团体成员不仅可以互相提供情感支持,尝试各种选择性行为,探索自己与其他人相处的方式;也可以“以人为镜”,经由他人的视角来探索自我,在互相模仿和互相支持中交换认知经验,学习到有效的社会技巧。

在帮助那些有着类似问题和困扰的人时,团体心理辅导无疑是一种经济而有效的方法。所以,近年来,团体心理辅导在学校、企业、监狱等领域已得到广泛的发展,尤其是监狱环境中服刑人员人数众多,咨询师数量有限,使得团体心理辅导得到了更为普遍的运用。在监狱的服刑人员心理健康教育中,为了帮助有着共同成长课题和类似问题及困扰的服刑人员,民警心理咨询师可以根据其问题的相似性,在同一时间、同一场所、同一情景中面对众多服刑人员实施心理咨询,在团体氛围中积极关注每一个人,帮助服刑人员完成在监狱服刑期间的心理发展目标,预防和解决服刑期间出现的问题和困惑,增进服刑人员心理健康、促进人格完善。

二、团体心理辅导的分类

团体辅导的分类目前还没有一个统一的标准。在现实生活中,团体辅导活动形式多样,分类维度不一而足,根据团体辅导所依据的理论和方法可将团体分为:精神分析团体、行为疗法团体、个人中心团体、认知行为团体等;根据团体心理功能不同可划分为教育团体、讨论团体、成长团体、辅导与治疗团体、任务团体、自助团体等;还有根据团体任务的性质、团体目标、成员背景等划分方法。下面就常用的划分方法进行简单介绍:

1. 根据团体任务性质划分

(1)教育性团体心理辅导。主要功能是通过提供信息及团体成员分享来实施教育功能,领导者同时承担着教育者的角色和引导成员讨论的角色。它强调通过知识获得成长,活动内容甚广,通常聚会只有1次,时间可持续2~8个小时。如“特别策划——如何对待同犯开玩笑”、“转型不转心——理性面对岗位调整”、“心理健康一席谈”等。

(2)成长性团体心理辅导。成长性团体是目前应用最为广泛的团体辅导形式,它以自我成长与自我完善为重点,参与者主要是健康的正常人或抱有某些烦恼的正常人,参加的动机多半是为了更好地了解自己,充分发挥潜能,迈向自我实现;通过团体成员的主动参与和自我探索,培育和增加自尊和责任感,从而达到促进个人成长的目的。例如“自信提升团体”、“自我成长团体”、“生涯探索团体”等。

(3)训练性团体心理辅导。训练性团体辅导所侧重的是正向行为的建立与培养,强调通过团体环境中的行为实验来帮助成员学习如何有效解决问题,建立新的行为模式。与发展性团体相比,训练性团体不注重个人成长,而重视团体发展的过程,引导成员观察、改进自己的行为。其主要功能在于为成员提供一个实验场,着重帮助成员去学习新的行为,改变不适应行为,并通过练习巩固新的行为。例如“健心训练团体”、“角色互换AB剧”等,训练性团体一般人数10~15人左右。

(4)咨询与治疗性团体。咨询性团体辅导是针对有心理问题的人而开展的,通过团体成员的互动以促进成员的成长和改变,如团体中所提供的支持、关心、感情宣泄等,以解决成员发展上或情境性的困扰问题。治疗性团体一般持续的时间更长,所处理的问题也较重,这种辅导通常在医疗机构进行,由受过专业临床训练的人员带领,往往针对某种行为异常或严重心理困扰的人,辅导的重点是过去的经验影响以及潜意识的因素,同时或多或少必须改变个人的人格结构。咨询与治疗性团体辅导成员人数一般为5~12人,需要较长时间的跟踪和随访。

2. 根据成员背景、问题相似性划分

(1)同质团体心理辅导。同质团体成员的年龄、性别、学历、生活经历和心理问题具有一定的相似性。例如,老病犯团体、未成年犯团体、女犯团体、新入监团体、离婚团体、限制减刑团体等。在同质团体中,团体成员因背景、条件、问题的相似性而有许多共同语言、共同体验,能产生“我和别人一样”的内心体验,相互之间更容易沟通,更易从其他成员身上受到启发。

(2)异质团体心理辅导。异质团体成员的自身背景条件、个人特质或所遇到的问题的差异性很大,情况比较复杂。由于成员具有不同经验和适应模式,这些差异为成员提供了不同的视角和观点,可以增加团体的趣味性,促进团体发展。如“新犯入队仪式”就是由新分配服刑人员和所在单位服刑人员代表组成的异质团体。

3. 根据团体辅导的结构化程度划分

(1)结构式团体心理辅导。为了帮助成员在团体中学习与成长,领导者事先要做充分的计划和准备,根据团体所要实现的目标来设计相应活动程序,并引导成员积极参与。结构式团体目标明确,有团体焦点主题,活动安排具有程序化、计划性、系统性的特点,领导者与成员的角色明确,辅导过程中重视团体互动气氛。

(2)非结构式团体心理辅导。不刻意安排程序性的固定活动,强调成员的自主性,领导者的主要任务是促进成员的互动,对团体的目标和方法很少介入。非结构式团体辅导也会适当运用团体活动和练习,一般适合具有一定文化素养、心智成熟、表达能力较强的服刑人员。

4. 根据成员固定程度划分

(1)封闭式团体心理辅导。指从第一次团体聚会到最后一次团体聚会,其参

加成员保持固定不变的团体。封闭式团体的成员有较高的和谐性和认同感,在团体辅导进行过程中是不允许吸纳新成员加入的。

(2)开放式团体心理辅导。参加成员不固定,新成员有兴趣可以随时参加,旧成员可以随时离开。如“心灵话吧”、“读书俱乐部”等团体。

按照以上介绍的团体心理辅导类型划分,本书介绍的团体心理辅导均属于成长性、封闭式、结构式团体心理辅导。

三、服刑人员团体心理辅导的原则

樊富珉总结的团体心理辅导原则为:“专业原则、民主原则、共同原则、启导原则、发展原则、综合原则、保密原则”共七项。相对于社会团体心理辅导而言,服刑人员团体心理辅导针对的是服刑人员这一特殊群体,所以,它的开展与实施还需遵守以下原则:

1. 改造性原则

开展服刑人员团体心理辅导应立足于监狱实际情况,活动方案与主题的选定应符合服刑人员实际心理需求和心理发展,紧密服务于“监狱改造”人这一根本宗旨。

2. 安全性原则

服刑人员团体心理辅导的活动设计应符合监管安全要求,应尽量避免在团体辅导中开展可能带来人身危险的活动,或者将活动规则进行重新制定以降低危险性;对于有可能造成人身危险的道具,如钢制刀剪等,应尽量选择塑料制品替代。绳索、布条等活动道具应严格按照监狱危险品管理条例妥善管理。

3. 相对保密原则

樊富珉认为,在团体心理辅导过程中,保密不是绝对的,在当事人或其他人确实处在危险边缘时,应采取合理措施,通知有关人员或组织。相对于社会普通人群而言,服刑人员团体心理辅导更具有其特殊性,它的任务是为改造服刑人员和监狱安全稳定服务,所以,其保密原则更应具有相对性。在服刑人员团体辅导过程中发现的重要问题,以及掌握到的对个体改造有帮助的信息,领导者应当向相关单位及时反馈。

四、服刑人员团体心理辅导的优势和局限性

1. 服刑人员团体心理辅导的优势

相对于个体心理咨询耗时多、受众面窄、解决问题单一等不足,团体心理辅导通过设立特定的场景活动,利用团体成员间的互动达到集思广益、互帮互助、提高心理健康水平的目的,其优势主要有:

(1)共性问题集中,更易产生共鸣。由于服刑人员身份、环境相同,所以在团

体的互动中也更能理解和被他人理解,更易产生共鸣。每个参与人员在接受团体成员帮助的同时,也成了帮助其他成员的一分子。在这样相互影响的氛围感染下,每个成员既是“求助者”又是“助人者”,可在有引导的相互影响中多视角地学习,有理论、有实践、有体验、有分享,获得多重的反馈,从而产生心理与行为的改变。团体中尊重、信任,无条件接纳的气氛会让成员更愿意表达自己、探索自己,而且当成员发现别人跟自己有相同的经历或相似的困扰时,会减少焦虑。

(2)人员集中,有利心理矫治资源的充分利用且提高干预效率。与个体心理咨询相比,团体心理辅导由一个领导者面对多个的团体成员,相对于监狱目前心理咨询专业干警人数相对不足的情况,团体心理辅导毫无疑问更能符合经济的原则,提高辅导的效益。

(3)参与性强,寓教于“悟”,便于解除防御、开放自我。相对于单向的、宣讲式的心理健康讲座而言,团体心理辅导具有参与性强的特点,通过团体心理辅导领导者精心设计的活动,以及工作任务的层层推进,团体成员更容易在团体营造的真实情景中、在成员的分享中达成全新的领悟。

(4)团体动力作用下,有利于发挥自我矫治功能。团体心理辅导提供的类似真实的社会生活情景,使得成员能在团体中习得新的行为模式,并且新的行为模式一经实践则更容易迁移到日常生活中。同时可以充分地调动服刑人员自我管理、自我改造、自我教育的主观能动性和积极性。这对于提高服刑人员心理健康水平,有效消除服刑人员的不良情绪并维护心理健康起到了举足轻重的作用。

(5)方便领导者随时进行跟踪和评估。服刑人员群体具有其特殊性,与一般团体不同,他们的日常活动范围相对狭窄,居住也较为集中,这样就对领导者后续的跟踪随访,以及团体效果评估带来了极大的便利。只要有需要,领导者随时可以通过所在单位的民警以及同犯了解成员日常行为的变化,达到科学、客观评估团体辅导效果的目的。

2. 服刑人员团体心理辅导的局限性

服刑人员团体心理辅导在处理一些心理问题时有优越于个别心理咨询的地方,如省时省力、影响大、效率高等,但任何事物都有其长处及局限性,团体心理辅导也不例外,针对服刑人员群体而言,团体心理辅导局限性表现在以下几点:

(1)服刑人员群体防御心理、戒备心理相对社会团体较强,个体的深层次问题不易暴露;

(2)领导者多为民警心理咨询师,与成员存在着身份的差异,对团体的进展以及团辅效果,可能会带来不利的影响;

(3)个体差异难以照顾周全,个体的关照程度不足;

(4)领导者设计的团体活动,可能会给成员带来伤害;

(5)服刑人员生活空间相对狭小,加上监狱管理安全的需要,成员个人的隐私

相对社会群体可能更容易被泄露；

(6)服刑人员团体领导者的专业要求较社会群体更高,专业技能不过关的领导者会给成员带来负面的影响。

由此可见,团体的优势与局限性不是绝对的,它与团体领导及成员的参与有密切关系。要使团体心理辅导的优点充分发挥,局限性降至最低,可以采取一些相应的措施。例如,参与者要有充分的心理准备;领导者要掌握团体心理辅导的理论与技巧,充分尊重每一位成员;团体开始前要有明确的团体契约,注意保密原则等。

五、服刑人员团体心理辅导适用范围

服刑人员团体心理辅导侧重于促进服刑人员完成在监狱服刑期间的心理发展目标,预防和解决服刑人员在服刑期间出现的心理问题和困惑,促进人格的完善。除了那些性格极端、内向、羞怯、孤僻、自我封闭的人和严重心理障碍的人不宜参加外,团体心理辅导在服刑人员群体中应用范围非常广泛。具体来说,主要适用于以下问题:

1. 环境适应问题

环境适应问题多见于新入监服刑人员和岗位或关押单位调整的服刑人员,尤其是新入监服刑人员,他们入狱后,面临人身自由、家庭生活、社会地位等一系列丧失,以及严格的监规纪律约束等,更容易产生各种心理问题如痛苦、抑郁、恐惧、否认、怨恨等情绪。此时,团体辅导的主要任务就是帮助他们良好转换角色,积极适应监狱环境和改造生活,消除和缓解适应过程中产生的各种负面心理,建立良好的改造动机。

浙江省第一监狱从2011年开始专门针对新入监服刑人员开展新犯入队仪式,将入队仪式结合到团体心理辅导中,增进新入监服刑人员对改造环境和成员之间的了解,增强改造团体的亲和力和归属感;帮助新入队的服刑人员调节好改造心态,树立起必要的改造和生活信心,在认知、情感、行为上更好地适应新环境,消除和化解他们在改造初期容易产生的恐惧、焦虑、悲观、烦恼等负面情绪及心理问题。

2. 人际交往问题

服刑人员入监后,由于身份和处境的巨大变化,容易产生消极悲观情绪,同时由于监禁环境具有相对封闭和人员密集的特点,导致服刑人员更容易在人际交往方面产生问题。服刑人员人际交往问题涉及与同犯之间、与警官之间、与亲人朋友之间等,这些问题经常困扰着服刑人员,据一项调查结果表明,在监狱当中被严格监管的服刑人员的人际交往问题及由此引发的心理冲突困惑最为突出,占调查总人数的30%左右。团体心理辅导通过成员间的互动、学习、模仿、尝试,探索新的

行为方式,学习如何有效地交往,从而形成新的人际互动的行为模式,学会从与别人的交往中察觉自我、修正自我、完善自我。在团体心理辅导环境中,可以选择并实践多种多样的人际交往技能,并将它们移植到其他的生活情境中。它能创造类似真实的社会生活情境,所以特别适用于需要改善人际交往的成员。

3. 情绪管理问题

服刑人员处于监狱特殊的环境中,面对严格的监视纪律和强制性劳动,不但失去了自由,与家庭社会的联系也大为减少。这些都可能让他们产生种种不良情绪。服刑环境中,由于防御与戒备心理的存在,他们习惯于隐藏和抑制自己的真实情感,用虚假性的表现来掩饰内心的感受,导致情绪的外在表现和内心体验不一致。这种压抑与掩饰使得不良情绪常得不到充分的表达与宣泄。当心理负荷达到一定程度,在外界事件的刺激下,累积的消极心理又容易以爆发性的形式宣泄出来,表现为对他人或自身的攻击性、破坏性的行为。在情绪管理方面,团体心理辅导是一种有效的干预方式,它能够提高监狱服刑人员的情绪管理能力,习得情绪管理的技巧,降低躯体化症状和抑郁状态。

4. 生涯规划问题

个人生涯规划是指在对个人和内部环境因素进行分析的基础上,通过对个人兴趣、能力和个人发展目标的有效规划,以实现个人发展的成就最大化为目的而作出的行之有效的安排。在服刑期间,服刑人员对自己的发展规划不明确,不能运用职业设计理论,规划未来的改造与人生的发展方向,这种情况严重影响了服刑人员对新生的提前准备和对改造的准确定位,甚至影响将来的社会适应能力。对服刑人员进行服刑生涯规划以及将来的职业生涯规划 and 辅导,它能够引导他们正确认识自我,帮助他们进一步了解服刑改造生活,增强自信心。

5. 性心理问题

服刑人员在押期间与外界几乎隔离、处于单性的世界里,几乎没有性满足的正常渠道,性心理状况呈现出压抑、焦虑状态,表现出多样性和复杂性。加上监禁生活的封闭性和服刑人员性心理健康常识的缺失,很容易引发性心理和性行为出现偏差。

浙江警官职业学院马立骥教授在2009年曾对浙江监狱服刑人员做过一次调查,调查中发现,多数服刑人员是通过性梦、手淫等来满足自己的性欲望,面临性困扰时羞于启齿,认为是不道德的,不敢主动求助。甚至少数人因为性需求长期得不到正常满足,导致性取向也发生了严重的偏差,导致严重的心理问题。因此,如果对服刑人员性心理问题长期不予以解决或者解决不当,很容易使这些服刑人员更加焦躁、压抑、自责,导致情感障碍,日久极易发生性心理危机和性行为偏差。所以,服刑人员性心理问题的团体辅导,除普及性常识外,应当着重引导服刑人员正确面对自身的性心理问题,减轻或消除他们因性困扰引发的一系列情绪问

题,并学习自我调适的方法。

6. 自我成长问题

每一个人都有自我成长和完善的需要,即使是封闭在高墙内的服刑人员也不例外。作为伴随个体一生的命题,自我成长对人生的健康和人格的完善都有着积极的促进作用。心理学家罗杰斯认为,我们每一个人都有朝着健康积极方向发展、成长、变化的潜能。自我成长是我们达到自我实现的必经途径。服刑人员自我成长的内容主要包括:形成正确的自我认知、自信心提升、保持稳定的情绪状态、培养良好的行为习惯和意志品质、塑造健康人格等。因此,团体辅导设计重点应紧紧围绕服刑人员自我成长的内容而展开。

7. 婚姻家庭问题

2009年,据广东省阳江监狱的一项调查显示,已婚服刑人员在服刑期间的离婚率高达30%,未婚服刑人员认为爱情对改造有积极影响的占60%,21.24%的人认为失恋后会采取消极态度。在家庭关系方面,74.21%的受调查者认为服刑对子女的成长有很大影响,74%的受调查者将亲情放在第一位。在押的服刑人员中,有不少人在爱情、婚姻、家庭问题上都不同程度存在着困惑。如有的服刑人员对亲属不来探视或家里没有汇款而产生埋怨情绪,有的服刑人员因恋爱对象提出分手或因妻子提出离婚而产生怨恨心理等。通过开展婚姻家庭团体心理辅导,能帮助服刑人员学习换位思考、与人沟通,领悟爱情、婚姻、家庭的真谛,明确自己在爱情、婚姻、家庭中应负的责任,从而树立正确的爱情观、婚姻观和家庭观,理性面对、妥善处理好在婚姻家庭中的面临的各种问题。

8. 临释前问题

在刑满释放的半年至一年内,服刑人员的心理状态一般会打破服刑中期的平静,呈现出较为特殊复杂的亢奋波动状态,与入狱前的失落、恐慌、焦虑和改造中期的相对平稳构成一个明显的“马鞍型”情绪曲线。由于剩余刑期屈指可数,对于未来和自由的渴望与憧憬,开始由模糊、渺茫而逐渐变得清晰和可触摸,如何安排出狱后的生活,如何适应久违的社会等一系列问题便会萦绕心头,内心迷茫、紧张之情自会油然而生,思想压力、心理压力也随之产生。

针对临释人员的团体心理辅导,主题和内容设计应根据临释人员上述心理特征,着重强化和巩固他们积极的回归心理;消除消极的情绪;教授心理调适方法技巧,指导他们学会自我控制,正确对待在生活中遇到的困难,勇敢面对社会,理解和接纳踏入社会后可能遭逢的偏见和挫折,增强抗挫折能力,预防和减轻自卑心理。当然在应对自卑的同时,也要消除过于自信的心理,消除对新生盲目乐观的情绪,以培养良好地适应社会各种角色的能力,发展健全的自我意识;巩固改造成果,帮助临释服刑人员做好出监前的各项准备,进一步增强社会适应能力。

第二节 服刑人员团体心理辅导的操作阶段

团体心理辅导总体操作阶段大概分为四个步骤,即团体辅导前的准备、制定团体辅导方案和计划、团体辅导方案实施、团体辅导效果评估。

一、团体辅导前的准备

1. 领导者准备

领导者是团体辅导活动得以顺利开展的前提和基础。团体辅导领导者需要具备相当的个体咨询经验和专门的团体辅导培训经验,对于服刑人员这一特殊团体来说,优秀的领导者除需符合普通团体领导者的素质模型外,具备一定监狱管理教育工作经验对团体的带领更有裨益,同时应配备1名助手或1名观察员以协助领导者。Taylor等人进行过研究探讨性别构成对团体凝聚力和人际关系学习的影响,结果发现:性别异质融合了性别同质小组的男性和女性的一些最好元素,特点是凝聚力强、参与程度高、工作任务有明确方向性^①。而服刑人员由于监管及关押的需要,团体成员无法实现性别异质,所以,在选择领导者与助手和观察员时,应适当考虑性别异质对于团体的促进作用。

2. 确定团体的主题与目标

团体心理辅导开展之前,最重要的就是要了解设定的团体所针对的服刑人员存在哪些问题,需要解决什么问题,达到什么目标。目标需要符合团体发展的规律,不在于对活动的设计,而在于活动所要达到的效果,在活动中要体现促进个人成长的目标性。有学者认为,无论哪种特殊的团体辅导,在团体活动过程中可分为一般目标和过程目标。

1) 一般目标

团体的一般目标可概括为以下几条:

- (1)帮助成员认识自我、了解自我、接纳自我。
- (2)在团体中学习人际沟通和发展人际关系的能力。
- (3)帮助成员培养责任感、归属感、安全感,学习关心他人、理解他人、接纳他人。
- (4)增强成员独立自主的能力、问题应对能力和解决能力,学习可选择性的问题解决模式。
- (5)帮助澄清个人价值观,协助成员的价值观评估,并做出调整与修正。

①刘伟.集中封闭大型团体咨询[M].北京:中国轻工业出版社,2010.