中国心理学会推荐图书

儿童叙事治疗

严重问题的游戏取向

[美] 詹妮弗·弗里曼 [新西兰] 大卫·艾普斯顿 [美] 迪安·罗勃维兹 著

田文惠 译

Playful Approaches to Serious Problems

Narrative Therapy with Children and Their Families

世界图书出版公司



需要全本请访问 www.ertongbook.com

儿童叙事治疗

严重问题的游戏取向

[美] 詹妮弗·弗里曼　[新西兰] 大卫·艾普斯顿　[美] 迪安·罗勃维兹　著

田文惠　译

Playful Approaches to Serious Problems

Narrative Therapy with Children and Their Families

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目（CIP）数据

儿童叙事治疗——严重问题的游戏取向 /（美）弗里曼，罗勃维兹，（新西兰）艾普斯顿 著；田文惠 译. —北京：世界图书出版公司北京公司，2008.7
书名原文：Playful Approaches to Serious Problems
ISBN 978-7-5062-9135-4

Ⅰ.儿... Ⅱ.① 弗... ② 罗... ③ 艾... ④ 田... Ⅲ.心理学—心理治疗 Ⅳ.R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字（2008）第083812号

Playful Approaches to Serious Problems
– Narrative Therapy with Children and Their Families
0-393-70229-4
Copyright©1997 by Jennifer Freeman, David Epston, and Dean Lobovits
Simplified Chinese edition copyright: ©2008 BEIJING WORLD PUBLISHING CORPORATION. All right reserved.
For sale and distribution in the People's Republic of China exclusively (except Taiwan, Hong Kong SAR and Macau SAR).

仅限于中华人民共和国境内（不包括中国香港、澳门特别行政区和中国台湾地区）销售发行。

儿童叙事治疗——严重问题的游戏取向

著　　者： [美] 詹妮弗·弗里曼　[新西兰] 大卫·艾普斯顿　[美] 迪安·罗勃维兹
译　　者： 田文惠
策划编辑： 李　征
责任编辑： 俞　涛　石孟磊
装帧设计： 黑羽平面工作室

出　　版： 世界图书出版公司北京公司
发　　行： 世界图书出版公司北京公司
（地址：北京朝内大街 137 号　邮编：100010　电话：64077922）
销　　售： 各地新华书店
印　　刷： 三河市国英印务有限公司

开　　本： 787 × 1092　1/16
印　　张： 22.5
字　　数： 550 千
版　　次： 2009 年 1 月第 1 版　2009 年 1 月第 1 次印刷
版权登记： 图字 01-2007-0741

ISBN 978-7-5062-9135-4/C · 38　　定价：39.00 元

版 权 所 有　翻 印 必 究

目录

致谢
前言

第 I 部分　游戏式交流

1　家庭治疗中的游戏式交流 3
2　抛开问题，认识儿童 39
3　希望的故事 55
4　父母在家庭治疗中的角色 79
5　削弱情节，加强对抗策略 107
6　通过信件建立叙事 127
7　新闻发布 141

第 II 部分　游戏的形式与意义

8　美学治疗与文学价值 163
9　无照的协同治疗师 193

10 怪异能力 201
11 家庭政治运作 217
12 自己的想象 229

第Ⅲ部分 游戏治疗的案例故事

13 “夜班守卫”战胜恐惧——乔纳森的故事 249
14 “有勇气的男孩很棒！”——托尼的故事 261
15 “现在我自己开灯了！”——詹森的故事 281
16 软硬兼施与“痒”谈判——索菲亚的故事 299
17 不完美的人生更自由——特里的故事 313

后记 331
参考文献 335

需要全本请访问 www.ertongbook.com

致谢

我们——迪安（Dean）和詹妮（Jenny）在此感谢我们的家人，以及给予我们关爱、支持、鼓励、指导和响应的每一个人。糟糕的是，编辑建议我们只能对那些为本书的完成做出直接贡献的人士表达我们的些许感激之情，尽管这个建议很明智。

我们希望在此向所有儿童和他们的家人衷心地表示感谢，正是因为有他们和我们一起工作、游戏，才让我们的生活更加充实——特别是那些为本书慷慨地献出了自己故事的儿童们。

我们要在这里向Michael和Cheryl White说声谢谢。前者为大卫·艾普斯顿（David Epston）提出了指导、启迪本书的观点，而后者则让这些观点成形。本书中的每个观点都可以借助某种方式追溯到他们的远见卓识。在此，我们要特别感谢Micheal对本书的贡献——“迂回战术”（The Bypass Operation）。

而对于我们的合著者大卫（David），我们要说的是非常高兴我们彼此能够让对方的工作跃然纸上，我们推敲句子、争论观点，而且深获对方信任。我们也要感谢让这一信任始终如一的Ann Epston。

我们非常感谢那些支持我们写作创作的人，其中包括Susan Barrows Munro，感谢她提出的编辑建议、所付出的耐心，以及幽默感。同时我们也向Zeena Janowsky、Marcus Mann、Margaret Rossoff和Adrienne Wolfert致敬，感谢他们审校书稿、鼓励我们、给予我们见解深刻的回馈和编辑协助。倾听我们

的书稿，和我们一起寻找恰当的词语，并给予我们见解深刻的评论和写作协助。Davida Cohen、Wendy Davis Larkin、Sallyann Roth、Julie Searle和Susan Andrea Weiner花了许多时间来倾听文稿的内容，乐于帮我们找出合适的措辞，并给予我们善意的批评和协作建议。我们要为Jill Kelly喝彩，因为是她参与了David的编辑工作并将稿件跨越大洋为我们传送过来。还有为我们提供所需资料的Jane Hales。感谢Johannah Gray充满艺术气息和乐趣的摄影。

Kristy Sotelo、Jenessa Joffe、Clover Catskill和Debbie Maxine慷慨地贡献出他们的时间与精力，热心地照顾Elana，并以许多其他不胜枚举的方式支持我们的工作，以便能够让我们安心写作。他们每个人都有种独特的幽默，而和他们一起分享快乐对我们而言获益良多，没有他们本书将不可能顺利完成。

亲爱的Elana刚好和书稿一起诞生，并在父母孕育她和“孪生”姐妹书稿的过程中以及在她出生后第一年里得到了许多关注。

我们衷心感谢其中的许多家庭成员、朋友和同事，他们对我们的社交生活和通常的责任做出了让步。我们感谢他们的幽默感，而且没有在我们抱怨作者身份要求的时候翻白眼。

在这部著作的写作过程中，形成了几个神奇的同事社群和共同参与者的社团。我们感谢那些和我们一起学习和研究的几个调查小组的成员，他们分别是：Andrea Aidells、Erin Donahue、Sheila Jacobs、Anne Jauregui、Jane Lobell、Rick Maisel、Michelle Martin、Nurit Mussen、Susanne Pregerson、Micheal Searle、Lucia Gattone、Susan Shaw，以及其他在Sonama的其他姐妹研究团体。我们还要特别在此感谢那些鼓励我们，并给予我们想法和灵感的外延团体成员：Jennifer Andrews、Johnella Bird、David Clark、Gene Combs、Joanne DePetro、Vicki Dickerson、Jill Freedman、James Griffith、Melissa Griffith、Jeffrey Kerr、Stephen Madigan、John Neal、David Nylund、Sallyann Roth、Karl Tomm、Jeff Zimmerman；此外，还要特别提及詹妮（Jenny）的儿童治疗伙伴：Lisa Berndt、Cathy Lopston、Kathleen Stacey，以及表达艺术合作者Pamela Barregar Dunne和Craig Smith。

Ronald Levinson和Keith McConnell为迪安（Dean）的写作以及他在约翰·肯尼

迪大学的个人及专业成长给予了支持。

Priscilla Caputo、John Carr、Karen Moore和Emily Seidel是Xanthos反思小组的成员，他们和迪安一起发展出了许多书中所展示的想法。

本书中许多有关社会公正和治疗师在社区中所扮演角色的想法应归功于Warihi Campbell、Winnie Laban、Kiwi Tamasese、Flora Tuhaka、Charles Waldegrave和来自于新西兰Lower Hutt的公正治疗小组，以及提供社交公正和文化工作的美国国内人士Ram Gokul、Sheila Jacobs、Zoy Kazan、Linda Kuwatani、Ellen Peskin、John Prowell、Archie Smith Jr.、Yvette Flores Ortiz、Mathew Mock和Veronique Thompson。

对于那些因为篇幅限制而不得不忍痛割舍的人员，我们深感歉意。如果说抚养一个儿童需要全村的人共同努力的话，那么很显然，写一本书也是如此。我们在此衷心感谢大家。

大卫·艾普斯顿（David Epston）希望在此感谢詹妮和迪恩的贡献，是他们将如此丰富的材料编辑成一本令人欣喜，而又具有可读性的著作。其中的大部分都是在詹妮怀孕和Elana出生后的第一年中完成的。没有他们，本书只不过是一堆杂乱无章的手稿和记忆中有趣的对话。

大卫的朋友及家庭治疗中心的共同负责人Johnella Bird，也曾经是本书策划阶段的四人组之一。遗憾的是，她所处的环境不允许她做出令其满意的贡献，为此她选择退出。我们认为，本书因为她的缺席而显得不足。因为在过去的十二年中，大卫的工作大多是通过“Johnella，你觉得这个怎么样？”的对话中进行的。

前言

八岁的玛丽亚走进詹妮的治疗室，她棕色的眼睛闪闪发光，脸上露出期待的表情宣布："我有个关于脾气的新想法要告诉你！"在短短的一个星期里，这是詹妮第二次感到惊讶。第一次是在星期一，玛丽亚的妈妈萨拉打电话来说，玛丽亚出乎意料地主动问她可不可以"再去找詹妮"；而这次，当詹妮看到玛丽亚对自己关于处理脾气的新想法所表现出来的难以抑制的热情时，再次感到惊讶。詹妮还记得，就在一年半以前，在她们第一次见面的时候，玛丽亚是多么的害羞和沉默。

在詹妮最近一次和玛丽亚及其家人见面的过程中，大家都认为玛丽亚在"驯服脾气"这条路上已经越走越顺了。在那一年的会面中，大家一起努力帮助玛丽亚面对脾气和随之而来的痛苦——两者主宰着玛丽亚的生活。事实上，他们的合作也是建立在"忍无可忍"的基础之上的，因为玛丽亚的脾气和痛苦不断破坏家庭欢乐。最初，玛丽亚的家人形容她"会突然发脾气、尖叫、摔门、威胁每个靠近她的人。"早餐过程中小小的不愉快将让接下来的一整天都很阴郁：她变得争辩不休、和兄弟姐妹吵架、生闷气、大哭、发脾气等等。

玛丽亚也尝试了一些控制这类问题的方法，不然自己就要被压垮了。在这当中，她发现一种可以立刻用来对抗脾气的好办法——自己躲进一个安静的房间待上几分钟，把脾气甩掉。在过去的八个月的时间里，玛丽亚一直在练习这

种对抗脾气的技巧，同时还自创了一种她认为詹妮一定会感兴趣的新想法。

玛丽亚大步走进游戏室，坐下时还笑个不停，她气喘吁吁地说："上星期六我生了一个朋友的气，因为她不肯把自行车借给我玩。我觉得今天又要开始发脾气了，于是我就走进浴室，打算休息一下，随后我就拿起卫生纸开始撕，这时突然想到一个主意，我把卫生纸撕成代表当天（星期六）的首字母S，然后把它扔进马桶里冲走！"

玛丽亚笑着望向詹妮，显然很希望詹妮能够了解她的意思。詹妮问："那么做有没有帮你甩掉坏脾气？"

"有啊！我把坏脾气的一天扔进马桶里冲走了！"

"这个好主意是不是给你打开了另一道门，让你度过了完全不同的一天？"

"嗯！当时我就知道，我能拥有一个快乐、全新的星期六！"

根据以往的治疗经验，玛丽亚猜詹妮一定会请她把这则新故事加进《脾气驯服者手册：冷静，再冷静》（*Temper Tamer's Handbook: Cool Off and Be Cool*）里，这本手册中记录了许多儿童控制脾气的想法和经验。当玛丽亚把事情说清楚，并且加上插图以后，她说起想把这份记录拿给自己的家人看。

詹妮不仅乐于听到玛丽亚的"冲水"经验，也对她的治疗概念很感兴趣。玛丽亚这次主动要求和詹妮见面就是为了要告诉她这个让自己兴奋的成功经验。这可以说明在玛丽亚的心目中，治疗就是一种自身知识和能力的分享过程，同时她好像也不再把脾气和痛苦当成个人的私事，而是和家人一起努力，把这些一度视为耻辱的问题当做对自己毅力有趣而必要的考验。

作为家庭治疗师，我们所面临的一个挑战就是找出引导和激励儿童面对问题的方法：如何让儿童和成人全身心地投入家庭治疗？怎样才能让儿童在面对严重的问题时，还能够产生娱乐性、想象力和创意？笔者将在本书中探讨应该用何种态度和方法来帮助治疗师，让他们以最具希望性的观点激发儿童的才能，同时让他/她的家人对问题能够圆满解决保持信心。当儿童付出努力尝试解

需要全本请访问 www.ertongbook.com

决问题时，怎样才能听到他们的心声？如何让他们感受到鼓舞？与一个儿童相比，当治疗师作为负责的成人在面对极其严重的问题时，如果能够保持轻松的心态（light on our toes），将会有何收获？有没有可能和儿童一起用游戏、幽默，甚至娱乐的方式处理恼人、吓人或危险的情况？

我们与世界上越来越多的治疗师一起，和不同的儿童、家庭合作，所采用的方法让我们大家（治疗师、儿童和家长）心情愉快、更富幽默感、更有创意——甚至是完全不可思议地、有效地解决了我们当前面对的许多问题。对我们来说，叙事治疗的发展为儿童和家庭治疗提供了一些独特而有益的观点。我们将在接下来的各个章节提供一些以叙事治疗哲学和实践为主导的方法，这些方法已经为我们解决上述问题带来一线光明。我们希望本书也能让您联想起自己的问题和方法。

为何采用“叙事”治疗？

叙事（narrative）一词是指听、说或重述人们的故事或生活中的问题。当面对严重或潜在致命的问题时，“听或说故事”的观点也许会让人觉得毫无价值，但是对话可以塑造新的现实，虽然让人难以置信，然而事实的确如此。我们和儿童一起建造的意义之桥能让治疗的发展充满活力，而不至于失去生气或被遗忘。语言可以将各种事件塑造为充满希望的叙述故事。

我们人类已经进化到能够运用心理叙述来组织、预测、了解生活经验的各种复杂性。我们的选择大部分取决于对某个事件的诠释，或是经过思考后的意义选择，问题可能是个人的、心理上的、社会文化中的、生物本质上的……或者更可能是上述各项的综合体。此外，儿童和他们的家人也许无力控制生活中的某个问题，然而如何处理问题则在他们的选择范围之内。这就像奥尔德斯·赫胥黎（Aldous Huxley）所说的：“经验并非是发生在你身上的事情，而是你如何处理所发生的事情。”

为何采用游戏式的叙事方法?

叙事治疗采用一种名为外化（externalization）的语言实践，将人与问题分开；也就是用外化式的对话把儿童和问题分开，不把问题当做是儿童固有的一部分，从而减轻他/她受到责难和产生防备的压力，这样一来就可以在当事人和外化的问题之间建立某种关联。

儿童面对问题时所表现出来的机智、责任和有效性，往往令人感到惊讶。外化式语言让我们可以借助一种轻松的方式坦然面对通常被视为严重的问题。当我们叙述儿童和问题的关系时，娱乐性（playfulness）就可以进入这段家庭治疗。

当成人和儿童积极合作时，玩乐是他们共同的朋友。这样做能够鼓舞儿童运用自己的聪明才智处理问题，为家庭治疗做出自己独特的贡献。用游戏式的叙事方法将儿童是问题的这一焦点转移到儿童与问题的关系上，这样做不仅对成人有意义，同时也让儿童觉得有趣、没有压迫感或厌烦感。

本书的背景

我们希望能够在此通过只言片语阐述本书的实质。首先，在本书的构思阶段，我们原以为呈现出的将是一部关于家庭治疗领域的历史记事，并为快速发展的叙事治疗领域提供一种对全世界诸多治疗师工作的全面研究，但后来我们却选择了一个不同的方向。

我们把自己视为家庭和儿童治疗这一更为广阔领域的参与者与受益人。有关叙事治疗的共同兴奋把我们聚在一起，激励我们写下自己的临床经验，并对叙事治疗具体应用于年轻人及其家庭的想法和实践提出自己的见解。我们要请求读者的宽容，有时您可能会觉得字里行间散发着狂热，我们无意贬低这种狂热，因为正是这些和儿童及其家人相处时的强烈感受与亲密分享的经验，而不仅仅是对一种理论的献辞，催生了这本书。

每一种新方法的形成都需要沿着一种既定的脉络，立足于历史中的某个特定时间点。而每一种范例，即使至关重要，也大都归功于之前出现的示例。家

庭治疗领域中诸多历史事件的发现及其引发的狂热浪潮此起彼伏。我们对之前出现的方法给予高度评价，同时寄厚望于那些正蓄势勃发的新方法。

特定词汇的注解

文章里的“我们”有时用来指代人类、本书作者，有时同时指代作者和读者。

非特定性别的代词的运用根据章节的不同而不同——前言和偶数章节使用女性（她）代词，奇数章节则使用男性（他）代词。

当我们提到“社会文化”这一名词时，指的是从社会与文化角度来考虑下列因素，如能力、年龄、种族划分、性别、人种、性取向、社会经济地位，以及精神因素等等。

本书的纲要

第一部分提出基本原理、观念及实践，说明在对儿童与其家人进行叙事治疗时，如何运用游戏式对话，其中还穿插着小图画与大段的案例故事。

第二部分说明每位作者的特殊偏好：詹妮喜欢在充满美术材料、玩具屋、玩偶、沙盘和袖珍人物架的游戏室里和所治疗的家庭见面；她开发的游戏治疗与艺术表达方式应用在各种语言或非语言的交流中，这些方法有助于儿童的表达，并增加了在叙事治疗中实行游戏式交流的可能性。大卫则以儿童的特殊能力作为改变他们自己和家人生活的一种独特手段。大卫对“怪异能力”的关注，为通常被整个文化回避、归为异类或不认同的儿童及家庭的某些独特力量给予了肯定。迪安则把焦点放在“征服并使家庭分裂”的社会、文化与经济等压力上，他针对被困在社会与家庭内部冲突交叉火力下的儿童、青少年及家庭，设计并提出“和平家庭计划”（The Peace Family Project）的概念。

第二部分以一段表现儿童丰富的想象世界的短文结尾。虽然年幼儿童的想象力可能会给她自己带来麻烦、恐惧或失望，但同时也可能产生解决问题的想法和方式。当儿童的想象力为自己制造问题或让问题一直延续时，她可以奋力

抗争，用自己选择的方式克服问题。

第三部分提供了五个拓展案例，并邀请读者融入特殊的叙事治疗对话之中。每个案例都表现出一些和我们正在试验的方法的不同之处，因此我们用叙述的形式记录下来，以便揭示出当事治疗师的想法和概念。

本书并不是为各种问题提供处方、公式或案例，每一则故事都诉说着一个独一无二的个体面对的特殊问题。我们选择这些故事的目的，是希望它们在某种程度上体现这份工作（或是游戏）的精神。

第 I 部分

游戏式交流

需要全本请访问 www.ertongbook.com