

南京师范大学青年学者文丛

Dancing with Family

与家庭共舞

——结构式家庭治疗及其本土化

赵芳◎著

南京师范大学出版社
NANJING NORMAL UNIVERSITY PRESS



中国音乐学院考级教材

Changchun Music Exam Book

与家庭共舞

结构式家庭治疗理论与应用

编 李 强
李 强 著



南京师范大学青年学者文丛

赵芳◎著
南京师范大学出版社

南京师范大学出版资助金资助出版

Dancing with Family

与家庭共舞

结构式家庭治疗及其本土化



图书在版编目 (CIP) 数据

与家庭共舞——结构式家庭治疗及其本土化 / 赵芳著.
—南京: 南京师范大学出版社, 2008. 6
(青年学者文丛)
ISBN 978-7-81101-705-2/B·48

I. 与... II. 赵... III. 精神疗法 IV. R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 087749 号

书 名	与家庭共舞——结构式家庭治疗及其本土化
作 者	赵 芳
责任编辑	朱海榕
出版发行	南京师范大学出版社
地 址	江苏省南京市宁海路 122 号(邮编:210097)
电 话	(025)83598077(传真) 83598412(营销部) 83598297(邮购部)
网 址	http://press.njnu.edu.cn
E-mail	nspzbb@njnu.edu.cn
照 排	江苏兰斯印务发展有限公司
印 刷	通州市印刷总厂有限公司
开 本	850×1168 1/32
印 张	11.875
字 数	275 千
版 次	2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-81101-705-2/B·48
定 价	22.00 元

出 版 人 闻玉银

南京师大版图书若有印装问题请与销售商调换
版权所有 侵犯必究

《随园文库》编委会

主任委员：宋永忠

副主任委员：沈 健 陈凌孚 笄佐领
吴康宁 许崇正 闻玉银(常务)

委 员(以姓氏笔画为序)：

王 鸣	王小锡	王政红	田雨普	叶浩生
孙文瑜	刘旺洪	朱晓进	许崇正	李 艺
李 浩	张 杰	沈 健	辛 斌	陆天虹
汪永进	宋永忠	陈永高	陈国祥	陈凌孚
吴康宁	邵蔚蓝	周开亚	范景中	闻玉银
闫国年	钟振振	徐克谦	夏锦文	黄克谅
笄佐领	喻 平	鲁 洁	蒋伏心	傅康生
裴安平				

执行编委：王政红(兼)

总 序

公元 1998 年。21 世纪的钟声,已经在人们的心头敲响。

踩在新世纪的门坎上,我校领导立足于建设教学科研型的新型一流师范大学的高度,经多次研究决定,汇集本校历史上以及当今知名教授的学术著作,编辑出版《随园文库》;选择颇见功力的青年教学研究人员的力作,编辑出版《青年学者文丛》;资助出版若干本校教师编写的优秀教材。这项举措,受到了全校广大师生的欢迎。为保证这三个系列图书的出版,由学校和校出版社共同出资,设立了“南京师范大学出版资助金”,成立了以校长为主任委员的“南京师范大学出版资助金管理委员会”,其职能机构为“南京师范大学出版资助金管理办公室”。同时,还专门成立了由数十位高水平专家学者组成的《随园文库》编辑委员会,以保证《随园文库》、《青年学者文丛》这两套丛书的学术质量。教材资助项目,则直接由出版资助金管理委员会把关。

《随园文库》所收学术著作,须是南京师范大学著名教授的代表性作品。南京师范大学的历史,可上溯至 1902 年由清末名臣张之洞奏请创办的“三江师范学堂”。百年沧桑,几度分合,时序交替,迭经变迁,这所学校终成南京乃至全国高等教育的重要发祥地之一,成为许多名校之宗。各校取其所取,彰其所彰。唯师范主脉,绵延而下,为今南京师范大学所承继。近百年间,多少学界巨子,讲坛精英,举师范薪火,耀群星而璀璨,传万姓以燎原。尤其是中华人民共和国成立以来,大江南北,教育事业空前发达起来。处在江苏省师范教育龙头地位、在全国颇有影响的

南京师范大学,越来越显示她巨大的作用和夺目的光彩。历史表明,要振兴教育,尤其是振兴高等教育,绝对要凭借一代又一代的名师硕儒,学术巨擘。否则,即使学校规模再大,也难免空头学府之讥。代表性学者的创造精神和他们的名家风范,对于文化的传播,对于科学的发展,对于学风的垂范,实在有无可估量的价值。出版他们的著作,虽然是求其学识品行于万一,但对于后学诸子,仍然弥足珍贵。

文库取名“随园”,盖因南京师范大学之老校区,是在原金陵女子文理学院的院址上扩而大之,其地在南京城内清凉山东,小仓山下,据考证乃清代文学家袁枚“随园”之故地。“随园”早湮灭难考,袁枚在此所著《随园诗话》却久传不衰。青年大学生们常喜以“随园学子”自称。昔日“随园”,亭台楼阁,堪称海内名园之最;今日校舍,雕梁画栋,享有“东方最美丽的校园”之誉。可见,“随园”二字,内含多少文化信息!以“随园”来命名这套文库,既发思古之幽情,又达传世之美意,更挟后学之襟怀,岂不善哉!

《青年学者文丛》所收著作,多为本校四十岁以下之青年学者的扛鼎之作。他们正负重登山,不上则下。为他们出书,无疑是提供一点促进的助力。他们的著作,也许不如《随园文库》那样圆润周至,精辟老辣,但是他们敢立一家之言,敢树独家之帜,在知识创新的呼声日甚一日的今天,正顺应着时代的方向,代表着学术昌盛的未来。他们是学校学术发展的希望之所在。新一代的学界巨子,将从他们中间走出来。如果说,南京师范大学在过去一个世纪里,曾经风光过,靠的是《随园文库》作者那一批精英;那么,要风光未来的一个世纪,靠的将是这一代青年和他们的承继者!

《随园文库》和《青年学者文丛》要通过多年才能臻于完成。

现在采用的是逐年申报、逐步实施的办法。每年申报的选题,经《随园文库》编辑委员会认真评选、投票表决而确定。出版费用由南京师范大学出版资助金全额资助或部分资助。从筛选书稿,到编辑校对、装帧设计,直至印刷包装,均严格按照出版精品的要求来对待,务求使其成为精品。这些书稿凝结着我校几代学者的心血汗水、聪明才智。《随园文库》的作者有的已经作古。为了确保这两套图书得以精品的面貌问世,我们对书稿本身的要求是比较高的。为此,作者或者其亲友传人,在出版图书的过程中,付出了辛勤的劳动。在出版活动的各个环节,都有许多同志不辞辛劳,精益求精。谨此,我们一并表示衷心的感谢!

编辑出版这两套大规模的系列图书,我们尚缺乏经验。选题时间跨度较长,又涉及多种学科,有些书稿又需后人整理,客观上存在许多困难。我们一定通过自己不懈的努力,尽可能高质量地完成任务。但是,在编辑出版的过程中,肯定还会存在一些不足之处,祈请作者及读者海涵,并不吝赐教。

《随园文库》编辑委员会

序

第二次世界大战之后,出现了一些新的社会现象和社会问题,如战后的婴儿潮、女性角色的独立、离婚率升高、青少年行为问题增加等等,一些学者开始将他们的注意力转向家庭在心理问题上的作用,尝试从家庭的视角来发掘人类行为的本质。家庭治疗由此孕育而生。

家庭治疗作为理解人类行为的一种新框架,用循环因果关系代替线性因果关系的思维方式探讨个人的症状和问题,强调从家庭的人际背景去了解个体的行为,认为家庭是解决与家庭相关的个人问题的治疗所。

自20世纪50年代至今,有很多实证研究都证明了家庭治疗的功效。家庭治疗的研究与实践已经渗透到了成人精神分裂症、心身症状、成瘾、抑郁、焦虑、婚姻压力、性功能障碍等许多领域,吸引了具有精神病学、心理学、社会工作等不同专业背景的人员,已由一种鲜为人知的治疗方法发展成为心理治疗与咨询专业领域广泛应用的一门学问。

赵芳博士《与家庭共舞——结构式家庭治疗及其本土化》一书,对家庭治疗众多流派中的结构式家庭治疗的历史、理论与技术进行了系统的梳理、概括与总结。结构式家庭治疗诞生于20世纪60年代末70年代初,是早期的经典家庭治疗流派之一,其创始人米纽钦(Minuchin)是整个家庭治疗的早期领军人物之一,他领导的美国费城儿童辅导中心成为全世界家庭治疗与训练的中心,他的努力也带动了整个家庭治疗事业的发展。米纽

钦于1974年完成的《家庭与家庭治疗》成为当时最为引人瞩目的家庭治疗著作,而他于1993年写就的《家庭治疗》则被认为是对家庭治疗的最深刻阐述。他提出的结构式家庭治疗的基本概念,如家庭结构、界限、联盟、次级系统、家庭阶层、整体性和个人自主性等,已经成为家庭治疗的常用概念的一部分;而他提出的结构式家庭治疗的一些常用技术,如加入、实际演出、改变空间、建立界限、家庭重构等,已经成为整个家庭治疗领域的常用技术,被许多其他家庭治疗流派广泛地借鉴和吸收。正是由于米纽钦及其同事们的努力使得整个20世纪70~80年代成为家庭治疗发展的黄金时期,也是家庭治疗史上最有创意并且发展出最重要治疗方法的时期。到70年代末期,结构性家庭治疗成为家庭治疗系统中影响最深、运用最为广泛的一个学派。许多研究证实,对于有心身症状的家庭、有青少年成长问题的家庭,结构式家庭治疗的效果非常明显。

该书还探讨了结构式家庭治疗的新近发展,如建构主义、女性主义和多元文化论对其的影响及其回应,将结构式家庭治疗与其他家庭治疗流派进行了比较。更重要的是,该书结合中国文化,对结构式家庭治疗进行了本土化的实践与探索。作者将理论与实践相结合,运用个案研究,探讨了结构式家庭治疗技术在国内实际运用的可能性与操作性,具体包括:①在实际运用过程中,获得对中国家庭进行结构式家庭治疗的亲历经验;②检验结构式家庭治疗在中国文化背景下的有效性;③探讨结构式家庭治疗在中国家庭运用过程中所反映出的社会文化意义(例如,用结构式家庭治疗的理论看中国家庭的特点与存在的问题,在中国文化背景下碰到的阻抗以及寻找减少这些阻抗的方法);④分析结构式家庭治疗在中国内地发展的现状及未来发展的走向。这些工作都将推动我国在结构式家庭治疗领域的研究与

实践。

中国文化是典型的家庭取向的文化，家庭治疗在我国具有广泛的应用前景。希望这本书可以起到抛砖引玉的作用，吸引更多的人致力于中国的家庭治疗的研究与实践，探索出真正适合中国本土文化的家庭治疗理论与技术，以造福千千万万的中国家庭。

赵芳对自己的专业充满激情与执着。在她博士生三年学习期间，一人承担多重角色，克服教学与科研事务繁忙、孩子与家庭负担重的困难，挑战自我，积极进取，取得了令人满意的成绩，她的博士学位论文被评为优秀博士学位论文。现在她在博士学位论文基础上扩充的这本专著被列入我校出版社的《青年学者文丛》，即将付梓，她嘱我作序，我欣然应允。作为她的导师，我希望她以此为起点，永远保持研究激情与学术纯真，不断开拓，创新努力，取得更大的成绩！

郭本禹

2007年11月20日

于南京师范大学

目 录

第一章 家庭治疗：一种分析人类行为的新框架/1

个体心理治疗与家庭治疗/2

个体心理治疗与家庭治疗的联结与障碍/15

从个体心理治疗到家庭治疗的发展历程/24

第二章 结构式家庭治疗的产生与发展/43

方法论的变革/44

丰富而多元的理论支撑/51

结构式家庭治疗的产生/59

现代主义背景下结构式家庭治疗的发展/67

第三章 结构式家庭治疗的基本理论/77

结构式家庭治疗的基本理念/78

结构式家庭治疗的理论框架/81

功能良好与功能失调的家庭/94

特殊结构家庭/103

第四章 结构式家庭治疗的治疗技术/113

结构式家庭治疗的治疗理念/114

结构式家庭治疗的治疗程序/122

结构式家庭治疗的四步模式/139

结构式家庭治疗的具体技术/143

第五章 结构式家庭治疗的新进展/161

建构主义的影响及其回应/162

女性主义的影响及其回应/167

多元文化主义的影响及其回应/171

第六章 结构式家庭治疗与其他家庭治疗流派的比较与整合/174

结构式家庭治疗与其他主要家庭治疗流派的比较/175

结构式家庭治疗与其他主要家庭治疗流派的整合/183

第七章 结构式家庭治疗在中国大陆的发展和本土化问题/196

家庭治疗在中国大陆发展的社会背景/197

家庭治疗在中国大陆的发展/200

家庭治疗在中国大陆发展的本土化问题/207

第八章 结构式家庭治疗在中国大陆运用的个案研究/211

研究方法的选择/212

个案情况的呈现/221

研究结论及对结构式家庭治疗理论与技术的反思/229

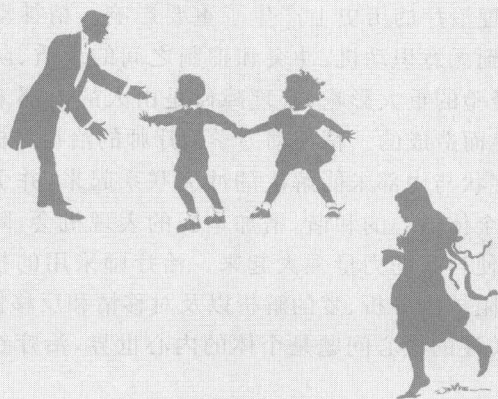
第九章 一个结构式家庭治疗个案的历程研究/236
背景资料与研究简介/237
对家庭问题的建构/238
治疗技术介入的内涵/252
家庭转变的历程/287
第十章 结构式家庭治疗运用过程中的文化反思/297
文化的意义和跨文化、本土化研究的意义/298
中国文化下家庭的特点/302
中国家庭中的常见问题/312
治疗过程中遇到的文化上的阻抗/321
治疗者对阻抗的处理/328
第十一章 对中国结构式家庭治疗未来发展的展望/338
沿着整合的道路继续往前走/339
研究与临床相结合/340
培训与督导并重/344
在变化中看家庭/345
参考文献/347
后 记/360

第一章

家庭治疗：一种分析人类行为的新框架

家庭被看做是一个自然的社会系统,在这样一个系统里,个体和其他成员被强有力、持久而互惠的情感和忠诚联结在一起。

——I.哥登伯格(Irene Goldenberg),
H.哥登伯格(Hebert Goldenberg)



个体心理治疗与家庭治疗都是心理治疗的途径以及分析人类行为的方式,但家庭治疗是对个体心理治疗的一次革命,它挑战了“以个体为整个心理范畴的中心”的基本信念,提供了一种分析人类行为的新框架,代表了心理治疗的一个新领域和新方向。

个体心理治疗与家庭治疗

现代心理治疗的历史是从个体心理治疗开始的,从个体心理治疗到家庭治疗走过了漫长的 50 年。

个体心理治疗

在心理治疗发展的历史上,个体心理治疗一直占据着主导地位,并形成了许多著名的心理治疗流派。

精神动力学治疗源于弗洛伊德关于无意识冲突和压抑的理论,在心理治疗的历史上产生了重要影响。精神动力学治疗认为,人受到无意识动机、冲突和抑制之间的矛盾、防御机制和早期童年经验的重大影响,心理障碍是由人的内部未能解决的创伤和冲突而造成的。精神动力学治疗师的治疗目标是帮助个体把外显症状与内部未能解决的冲突联系起来,并引导其产生领悟,重建个体内心的和谐,增加本我的表现机会,降低超我的过分要求,使自我的力量强大起来。治疗师采用的技术包括自由联想、对阻抗的分析、梦的解析以及对移情和反移情的分析。这类治疗关注的核心问题是个体的内心世界,治疗在很大程度上

是人格重组的过程。^①

与精神动力学治疗关注人的内部冲突不同,行为治疗主要关注的是人的可以观察到的外部行为。在行为治疗中,障碍被看做是习得的行为模式,而不是心理疾病的症状。^②行为治疗主张,有机体的中心任务是学习如何适应当前的社会生活环境。当有机体出现适应性不良时,可以应用条件作用原理和强化原理矫正那些与心理障碍相联系的非适应性的行为模式。行为治疗关注的核心问题是个体的行为模式,治疗在很大程度上是采用学习原理增加适应性行为,减少问题行为。

人本主义治疗突破了以前的疾病诊断模式,不进行疾病诊断和鉴别诊断,治疗的方向直接指向个体的自我实现、心理成长,指向更有意义的人际关系,提高个体选择的自由度。在治疗过程中,治疗师的主要任务是创造一个良好的治疗环境,帮助来访者承认、澄清并接受自己的感受,清除那些限制自然的正性倾向表达出来的障碍。人本主义治疗关注的核心是个体人格改变的进程,治疗在很大程度上是强调来访者自身的潜能,促进个体的自我认知和自我接纳。

认知疗法的治疗假设是人们所想的内容(认知内容)以及他们如何去想(认知过程)是造成来访者异常行为模式和情绪困扰的原因。治疗的着眼点放在来访者非建设性的认知上,试图通过个体对问题的自我陈述重建其认知方式。这一治疗模式最关键的部分就是治疗师要去发现并帮助来访者重构对问题的想法

^① 理查德·格里格,菲利普·津巴多.心理学与生活.王垒译.北京:人民邮电出版社,2004.456

^② Kazdin A. E. . The token economy: A decade later. Journal of Applied Behavior Analysis, 1982,15:431~445