

30 年畅销经典
家庭治疗领域最佳入门图书



Family Therapy

Concepts and Methods (Eleventh Edition)

家庭治疗

概念与方法 (第 11 版)

[美] 迈克尔·尼克尔斯 (Michael P. Nicholes) | 著
西恩·戴维斯 (Sean D. Davis)

方晓义婚姻家庭治疗课题组 | 译



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社



Family Therapy

Concepts and Methods (Eleventh Edition)

家庭治疗

概念与方法 (第 11 版)

[美] 迈克尔·尼克尔斯 (Michael P. Nicholes) | 著
西恩·戴维斯 (Sean D. Davis) |

方晓义婚姻家庭治疗课题组 | 译



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭治疗: 第 11 版 / (美) 迈克尔·尼克尔斯, (美) 肖恩·戴维斯著; 方晓义婚姻家庭治疗课题组译. —北京: 北京师范大学出版社, 2018.10

ISBN 978-7-303-23831-6

I. ①家… II. ①迈… ②西… ③方… III. ①精神疗法
IV. ① R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 131105 号

营 销 中 心 电 话 010-58802755 58801876
北师大出版社高等教育与学术著作分社 <http://xueda.bnup.com>

JIATING ZHILIAO

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com
北京市海淀区新街口外大街 19 号
邮政编码: 100875

印 刷: 北京京师印务有限公司
经 销: 全国新华书店
开 本: 730 mm × 980 mm 1/16
印 张: 34.5
插 页: 4
字 数: 522 千字
版 次: 2018 年 10 月第 1 版
印 次: 2018 年 10 月第 1 次印刷
定 价: 138.00 元

策划编辑: 关雪菁
装帧设计: 李向昕
责任校对: 李云虎

责任编辑: 王星星 朱冉冉
美术编辑: 李向昕
责任印制: 马 洁

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58805079



家庭生命周期的阶段

家庭生命周期的阶段	阶段转换的情感过程： 关键变化	家庭发展所需的二级变化
离开家庭：单身青 壮年	接纳自我的情感和经 济责任	a. 将自己从原生家庭的关系中分化出来 b. 发展同辈亲密关系 c. 建立起与工作 and 经济有关的自我
通过婚姻建立家庭： 新夫妻	对新系统产生承诺	a. 婚姻系统的形成 b. 调整与扩展家庭和友人的关系使之 纳入配偶
有年幼子女的家庭	接纳进入系统的新成员	a. 调整婚姻系统从而为孩子留有空间 b. 共同承担养育孩子、经济和家务的 任务 c. 调整于扩展家庭的关系以纳入父母 和祖父母的角色
有青少年子女的家 庭	提升家庭界线的弹性 从而允许孩子的独立 和祖父母身心功能的 下降	a. 转换亲子关系从而允许青少年进入 或离开系统 b. 重新重视人到中年的婚姻和职业 议题 c. 开始转向照顾上一代



家庭生命周期的阶段	阶段转换的情感过程：关键变化	家庭发展所需的二级变化
孩子离开家庭	接纳进入和离开家庭系统的人和事情	a. 协商作为二人世界的婚姻系统 b. 发展成人和成人之间的关系 c. 调整关系从而接纳姻亲关系和孙子孙女 d. 处理父母(祖父母)残障和死亡问题。
家庭的晚期	接纳代际角色的转换	a. 处理自己和 / 或配偶在身体状态变差时的功能和兴趣：探索新的家庭和社会角色可能 b. 更多地支持中生代的核心角色 c. 为老年人的智慧和经验腾出空间，支持老年人，但又不对他们包办代替 d. 处理丧偶，失去兄弟姐妹以及其他同辈的问题，为死亡做好准备

/ 译者序

文：方晓义

在做过几次英文著作的翻译工作后，我曾经暗下决心，以后再也不做翻译书籍类的事情了。有过翻译经历的人都知道，翻译著作有时比自己著书还要难上很多，不仅要准确地理解和表达作者的意思，而且还要使其通顺易懂，符合我国读者的阅读习惯。但在看到这本书后，我食言了。

让我食言的第一个原因，是北京师范大学出版社的关雪菁老师在电话里和我说，这本书已经在美国再版了11版。这不仅说明了公众和读者对这本书的喜爱，也说明了这本书具有强大的生命力。这让我有了一睹为快的冲动。在我浏览完这本书的一些章节后，我决定要将其翻译出来，以供我国像我一样热爱家庭治疗的人学习。

第二个原因，这本书尽管不是卷帙浩繁，但内容却博大丰盈。从家庭治疗产生与发展的历程，家庭治疗的基本概念和技术，到经典家庭治疗学派，再到后现代家庭治疗学派，最后到家庭治疗效果评估，家庭治疗领域的各个方面均囊括其中。这本书以关键事件和代表人物为起点，阐

述各流派的核心概念和技术，延展其在不同时代和文化下的发展和挑战，梳理不同流派间的差异和联系，并呈现最新的研究进展，由点及面，纵横交错，呈现出一幅家庭治疗全景图。

第三个原因，该书不仅详细精准地阐述了家庭治疗的核心概念和技术，而且辅以大量临床案例来诠释咨询师如何运用这些概念和技术，更提供了观摩学习的视频资料，来帮助学习者更好地掌握这些理论和技术。此外，还配备了非常具有针对性的练习题，帮助学习者检查自己对所学内容的掌握程度。所以，该书提供了一个从理论到实践的完整系统，能帮助学习者深入理解概念和技术的运用过程。

第四个原因，这本书不仅展示了家庭治疗理论、技术和应用方面的内容，而且还综述了基于每个流派所做的干预研究，在最后，还专列一章对家庭治疗干预研究进行论述。很多时候，或者对于很多人而言，实践和研究似乎是分离的两个世界，两者难以兼顾，似乎做实践的人就无法做好研究，或者做研究的人就无法做好实践。这些内容无疑给了我们一个很好的启示作用，只要我们用研究的视角去对待实践，其实实践工作者也可以做出很棒的研究来。

第五个原因，是作者的写作态度。作者在修订出版这一版著作时，又增加了大量新的内容，让我看到一个家庭治疗实践者的认真和严谨的态度。作者已经就增加的新内容进行了很好的说明，我就不再多述。

第六个原因，是参与这本书翻译的我的弟子们。当我跟她们提及翻译该书的想法并邀请她们参与的时候，她们都毫不犹豫地答应了，而且很快认领了任务，开始翻译，可以说这是我组建团队以来效率最高的一次。我要谢谢她们，没有她们，我是无法承担并完成这本书的翻译工作的。我把她们称为“家庭治疗7美小组”，她们是北京师范大学的邓林园副教授（负责翻译第1、第2章），哈尔滨工业大学（深圳）的侯舒朦助理教授（负责翻译第3、第4章），安徽大学的侯娟副教授（负责翻译第5、第6章），北京师范大学的蔺秀云教授（负责翻译第7、第8章），华中师范大学的刘勤学副教授（负责翻译第9、第10章），西南民族大学袁晓

娇博士（负责翻译第 11、第 12 章），以及在我实验室学习和工作了 10 年现又远赴美国西北大学继续攻读家庭治疗的兰菁博士（负责翻译第 13、第 14 章）。希望今后能够有更多的机会与她们合作，也愿“家庭治疗 7 美小组”在家庭治疗领域取得更多成绩！

我还要感谢关雪菁老师在我们翻译过程中给予的支持，也要感谢在拿不准原文时，从美国北卡大学留学 4 年攻读家庭研究方向归来的周楠博士的大力帮助，不管我多晚发微信询问某句话或者某个词的具体含义，都是秒回的。还要感谢我的女儿，在我对原文的意思感到困惑的时候，她多次主动帮助我，告诉我她的想法，因为她的参与，我们父女的关系也进一步加深。

尽管我们非常努力地想把这本书翻译好，但一定还有不到位的地方，敬请大家批评指正！有大家的帮助，我们才会做得更好！

2017 年 12 月 25 日

/ 推荐序

文：萨尔瓦多·米纽庆

（Salvador Minuchin）

迈克·尼克尔斯的这本《家庭治疗》内容丰富，具有很强的可读性和丰富的知识性，无疑是家庭治疗领域最好的教科书了。

家庭治疗诞生于20世纪50年代，由一群富有创造力的思想家创立。20世纪60年代，家庭治疗理论和实践都逐渐发展成熟。在最开始——尼克尔斯称——西海岸的格雷戈里·贝特森，一个高高的、胡须干净、棱角分明的智者将家庭看作系统，并传播该想法。而东海岸的纳森·艾克曼，一个矮矮胖胖的、非常有魅力的治疗师，将家庭看作个体的集合，家庭成员彼此努力平衡情感、非理性信念和需求。贝特森和艾克曼的观点相互补充，完美地融合，可以说，他们就是家庭系统革命中的堂吉诃德和桑科·潘萨（Sancho Panza）。

20世纪60年代是一个多样化的时代，家庭治疗也纳入了一些新的临床实践——包括系统派家庭治疗、策略派家

庭治疗、结构派家庭治疗、鲍恩家庭治疗以及经验家庭治疗——关于家庭治疗领域的一些概念也达成了广泛的共识。

随着家庭治疗的成功和不断发展，它可以适用于各种不同的家庭，针对一些特殊群体给予特定的干预——包括药物成瘾、住院精神病患者、接受救济的人群、存在暴力的家庭等。所有这些家庭都有其复杂性。家庭治疗师会采用一系列新的方法来应对这些多样化的家庭，其中一些方法甚至对系统性思维提出质疑。

系统理论（当时的正统科学）面临的挑战来自两个方面。一是单纯的理论方面的挑战，即对于“系统理论是一种宏观的框架，适用于所有人类集体功能”假设的质疑。女权主义对于系统理论最主要的抨击是其性别和权利观念的缺失，它指出在关注家庭暴力问题时，不区分性别会导致扭曲性的后果。另一个挑战则是关于理论和实践之间的联系，即对于系统理论作为家庭治疗实践基础的质疑。此外，家庭治疗的一些技术也遭到质疑，不可避免地，家庭治疗必须要对其以前禁忌的内容重新开放并检验之，包括个体、内心活动、情感、生物、过去以及家庭在其所处文化和社会中的特殊背景。

正如正统科学一贯的特征，家庭治疗试图保持既定的概念，而对于治疗实践则保持务实的关注，针对特定的案例要求新的、特定的治疗方法。因此，造就了当今直接传承于贝特森的正统家庭治疗。如今，虽然众多杰出家庭治疗师从事着敏感而有效的工作，但与系统理论所规定的操作已经有了很大的区别。

我将治疗过程看作不同人际文化之间的碰撞。真正地尊重来访者及其完整性可以让治疗师摆脱害怕和小心谨慎，促进治疗师保持直接性和真实性——尊重并富有同理心——但对于治疗师而言，有时也是苛责而富有挑战性的。

对治疗师的一种角色定义是将其看作对自己和不同的家庭成员的积极探索者，这与建构主义治疗师的中立性是截然不同的。但是，这两个角色定义都是过于简化的，大多数的治疗师是介于中立与决断之间的。

是选择采取行动与干预，还是选择关注意义与对话，这是当今家庭治疗正在探讨的问题之一，实际上家庭治疗还需要面对和处理很多的问题，如人类的行为

规范是普遍存在的吗？它们是文化建构的，受到政治和意识形态约束的产物吗？我们如何成为专家？我们如何知道我们所知道的？我们可以影响他人吗？我们不能影响他们吗？我们如何知道自己不仅仅是社会控制的代言人？我们如何知道我们正在完成某些事情？

《家庭治疗：概念和方法》这本书不仅探讨了这些问题，还阐述了家庭治疗丰富的历史和当今的治疗实践。这本书全面且深刻地介绍了家庭治疗的思想和技术，内容公正且分布均衡，阅读这本书，你会觉得家庭治疗是非常令人激动的一项工作。尼克尔斯博士将这本书写得有很强的可读性，不至于单调乏味。这可能是源于他迷人的写作风格，又或许是因为他一直专注于临床实践，避免自己迷失于抽象的家庭治疗中。无论如何，这本伟大的书籍精湛地介绍了家庭治疗，是家庭治疗实践的最佳指南。

/ 作者序

迈克尔·尼克尔斯
(Michael P. Nichols)

对不幸的家庭提供帮助,可以给治疗师带来一定的成就感,这在家庭治疗的学术讨论中是经常被遗忘的一点。治疗师一开始会对如何开展治疗表现出我们都可以理解的一些焦虑,对如何推进治疗也并不确定(你怎么让所有人都来参加治疗?),经验丰富的人只是给出简要的回答。他们会对一些重大问题提出自己的看法并进行讨论——这些问题包括后现代主义、管理性医疗和二阶控制论。尽管我们应该利用这一时机谈谈重要的话题,但我更愿意谈一些个人的内容。治疗正在应对困难的家庭使我获得了我所能想象的最大的满足感,我希望你也有或将会有同样的感觉。

我试图在《家庭治疗:概念和方法》第11版中描述家庭治疗的所有领域——包括家庭治疗丰富的历史、经典的流派,以及最新的进展等——但本书还是更多地关注家庭治疗的临床实践,而不是历史或理论。

/ 感谢

爱因斯坦曾经说过：如果你想学习物理，那么你需要注意物理学家们在做什么，而不是他们说自己在做什么。当你阅读家庭治疗的内容时，你可能很难透过专业术语和政治包装看到基本的观点和临床实践。因此，在准备该版本时，我们广泛地调查并观察杰出治疗师的真实治疗过程，也邀请了一些主流治疗师与大家分享最好的学习案例，从而使本书更具实用性，更关注临床实践，我希望你们喜欢它。

在我成为家庭治疗师以及撰写本书的过程中，很多人给过我帮助，我无法一一感谢他们。但我还是想列出一些，感谢那些教我家庭治疗的人——莱曼·韦恩，莫雷·鲍恩和萨尔瓦多·米纽庆——感谢你们。还有一些人不厌其烦地帮助我准备这本书，伊冯·多兰（Yvonne Dolan），弗兰克·达特里奥，维姬·迪克森（Vicki Dickerson），道格拉斯·布瑞林（Douglas Breunlin），以及萨尔瓦多·米纽庆。我还从肖恩·戴维斯（Sean Davis）那里获得很大的帮助。肖恩不仅具有学术智慧，还有杰出的临床表现，这使他的观点很有价值。我还得益于我的朋友们——约翰（John），保罗（Paul），乔治（George）和林戈（Ringo）——感谢他们每一个人。我还要特别感谢皮尔逊的朱莉·彼得斯（Julie Peters），他使得一份艰难的工作变得简单。

最后，我要感谢家庭生活中的导师：我的妻子梅洛蒂（Melody），以及我的孩子们桑迪（Sandy）和保罗（Paul）。在短暂的45年共同生活中，梅洛蒂见证了我从一个完全不懂如何为人夫为人父的害羞年轻小伙子，成长为一个腼腆的中年男子，虽仍有困惑，却仍在努力。我的孩子们一直在给我惊喜，我能想象到的爱孩子和为孩子感到骄傲的最疯狂的梦想，不外乎就是桑迪和保罗了。

/ 目录

导语 / 1

// 第一部分 家庭治疗的背景 //

第 1 章 家庭治疗的演变——治疗视角的革命性转变 / 15

未宣之战 / 16

家庭动力学和精神分裂症病理学的研究 / 25

从研究到治疗：家庭治疗的先驱们 / 30

家庭治疗的黄金时代 / 44

小结 / 47

第 2 章 家庭治疗的基本技术——从症状到系统 / 51

治疗开始 / 52

家庭评估 / 64

伦理考量 / 73

特殊问题的家庭治疗 / 78

医疗管理模式 / 85

小结 / 90

第3章 家庭治疗的基本概念——对于人类行为的全新思考方式 / 91

控制论 / 93

系统理论 / 98

社会建构主义 / 101

依恋理论 / 105

家庭治疗的工作概念 / 109

小结 / 121

// 第二部分 家庭治疗的经典流派 //

第4章 鲍恩的家庭系统治疗——跨代家庭治疗 / 125

代表人物 / 127

理论要素 / 128

家庭动力 / 133

改变的机制 / 139

治疗 / 140

评估治疗理论与效果 / 153

小结 / 156

第5章 策略派家庭治疗——问题解决 / 161

代表人物 / 162

理论构想 / 165

家庭动力 / 169

改变的机制 / 171

治疗 / 173

评估治疗理论和效果 / 193

小结 / 196

第6章 结构派家庭治疗——家庭生活的组织形态 / 199

代表人物 / 201

理论构想 / 203

家庭动力 / 206

改变的机制 / 212

治疗 / 213

评估治疗理论和效果 / 230

小结 / 233

第7章 经验性家庭治疗——作为情绪遭遇的家庭治疗 / 235

代表人物 / 237

理论要素 / 238

家庭动力 / 239

改变的机制 / 241

治疗 / 243

评估治疗理论和效果 / 262

小结 / 265

第8章 精神分析取向家庭治疗——重新发现心理动力 / 267

代表人物 / 269

理论要素 / 270

家庭动力 / 278

改变的机制 / 283

治疗 / 285

评估治疗理论和效果 / 295

小结 / 297

第9章 认知行为家庭治疗——刺激与反应的超越 / 299

代表人物 / 300

理论概要 / 303

家庭动力 / 303

改变的机制 / 308

治疗 / 310

评估治疗理论和效果 / 330

小结 / 333

// 第三部分 家庭治疗的最新进展 //

第10章 21世纪的家庭治疗——当今的家庭治疗 / 337

传统家庭系统模型的挑战 / 338

新领域 / 353

根据群体和问题制定治疗方案 / 364

小结 / 388

第11章 焦点解决治疗——突出积极面 / 391

代表人物 / 392

理论要素 / 394

家庭动力 / 395

改变的机制 / 396

治疗 / 398

评估治疗理论和效果 / 424

小结 / 426

第12章 叙事疗法——重写生命故事 / 429

代表人物 / 431

理论要素 / 432