

中国心理卫生协会团体心理辅导与治疗专业委员会推荐
团体心理治疗的最佳入门读物 团体实务工作者的案头必备



团体心理咨询与团体心理治疗丛书

团体心理 治疗基础

Basics of Group Psychotherapy

[美] 哈罗德 S. 伯纳德 (Harold S. Bernard) 编著
K. 罗伊·麦肯齐 (K. Roy MacKenzie)

鲁小华 阎博 张英俊 译

樊富珉 审校



机械工业出版社
China Machine Press

团体心理咨询与团体心理治疗丛书

团体心理 治疗基础



Basics of Group Psychotherapy

[美] 哈罗德 S. 伯纳德 (Harold S. Bernard)
K. 罗伊·麦肯齐 (K. Roy MacKenzie) 编著

鲁小华 阎博 张英俊 译

樊富珉 审校



机械工业出版社
China Machine Press

图书在版编目 (CIP) 数据

团体心理治疗基础 / (美) 哈罗德 S. 伯纳德 (Harold S. Bernard), (美) K. 罗伊·麦肯齐 (K. Roy MacKenzie) 编; 鲁小华等译. —北京: 机械工业出版社, 2016.9

(团体心理咨询与团体心理治疗丛书)

书名原文: Basics of Group Psychotherapy

ISBN 978-7-111-54637-5

I. 团… II. ①哈… ②K… ③鲁… III. 集体心理治疗 IV. R459.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 200952 号

本书版权登记号: 图字: 01-2013-3810

Harold S. Bernard, K. Roy MacKenzie. Basics of Group Psychotherapy.

Copyright © 1994 by The Guilford Press.

Chinese (Simplified Characters only) Trade Paperback Copyright © 2016 by China Machine Press.

This edition arranged with The Guilford Press through Big Apple/Tuttle-Mori Agency, Inc. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the publisher.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 The Guilford Press 通过 Big Apple Tuttle-Mori Agency, Inc. 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内 (不包括香港、澳门特别行政区及台湾地区) 独家出版发行。未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

团体心理治疗基础

出版发行: 机械工业出版社 (北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码: 100037)

责任编辑: 范泽鑫

责任校对: 殷虹

印刷: 北京市荣盛彩色印刷有限公司

版次: 2016 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 170mm × 242mm 1/16

印张: 15

书号: ISBN 978-7-111-54637-5

定价: 45.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

客服热线: (010) 68995261 88361066

投稿热线: (010) 88379007

购书热线: (010) 68326294 88379649 68995259

读者信箱: hzjg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问: 北京大成律师事务所 韩光/邹晓东

团体辅导、团体咨询与团体治疗作为专业的助人工作，自 20 世纪 90 年代初被引进中国内地后，因其有效性强、受益面广等特点，逐渐在学校系统、医疗机构、企业组织、军队司法以及社区得到广泛应用和发展。

在帮助那些有共同发展课题和相似心理困扰的人时，团体是一种经济而有效的方法，这已经成为专业助人工作者的共识。作为助人工作者，无论你的专业训练背景是临床心理学、咨询心理学、心理健康教育学，还是社会工作、医学、护理学；无论你的理论取向是认知行为治疗学派，还是精神分析治疗学派，或是人本治疗学派；也无论你的工作场所是在中小学校、高等院校，还是企业组织、医疗健康部门、社会福利机构、军队、司法或其他地方，专业的心理服务无外乎就是一对一服务的个别咨询和多人参与的团体咨询两种形式。团体咨询与治疗的有效性已经被大量研究证明，它不仅是一种有效的心理咨询与治疗方法，也是一种有效的教育与促进成长的方法。相比个别服务而言，团体的效果更好，因为它和人们真实的生活情景非常贴近，就像一个生活的实验室，在团体中学习到的态度和行为、改变了的情感与认知，更容易迁移到现实生活中。

其实，人的成长和发展从来都离不开团体。人从一出生就在团体中生存、生活与成长，用团体的形式帮助人更自然、更真实、更有效。当然，团体咨询与治疗可以让专业助人工作者在有限的时间内能够为更多的人提供心理服务，这也是当前国内心理健康服务最急需、最迫切的任务，因为社会对心理健康服务的需求非常强烈且涉及各类人群。我个人从事团体咨询与治疗 20 多年的教学、研究、实务和培训，我坚信，团体的魅力和团体的效果不仅可以增进个人的心理健康，更可以造福我们

的社会和国家，造福我们的组织和家庭。

但是，由于团体咨询与治疗的过程非常复杂，团体动力千变万化，团体领导者必须从个人层面、人际层面、团体层面三个层面关注团体和干预团体，这使得团体领导者的培训更加不易，要求更高。现实最让我担心的是系统的团体心理咨询与治疗的培训还比较缺乏，那些学过一点团体的人来不及得到专业的指导就匆匆上阵，误把带领结构式团体练习当成带领团体咨询，从而无法达到团体咨询应有的效果。在发达国家和地区，从事心理咨询工作的专业人员必须是经过大学正规的相关专业（心理学、医学、教育学、社会工作学）研究生学历教育，再经过实习机构数百上千小时的实务技能训练，并通过专业资格考试的人。这样培训出来的人，团体心理咨询与治疗是必备的能力。例如，在美国学习心理咨询专业的研究生必修的八门核心课程中就必然包括团体咨询（包括咨询理论与技术、团体咨询、生涯发展/发展心理学、心理测验、多元文化咨询、统计、心理疾病及诊断、专业伦理及实习）。在台湾，大学的咨商与辅导心理学系所培养的咨商心理师，必须经过四年硕士层级的研究生教育（包括两年的基础和专业课程、一年全职实习、一年撰写硕士学位论文），毕业获得学位后才有资格考咨商心理师的专业资格。在研究生学历教育过程中，团体咨询也是必修课中的核心课程（以台湾东华大学咨商与临床心理学系为例，核心课程包括五门：心理评估、心理测验、心理衡鉴；个别咨商与心理治疗；团体心理咨商与心理治疗；社区心理卫生推广；临床伦理法规）。核心课程学习阶段至少要有三学分以上的团体咨询或团体治疗的学习。台湾心理师法规定，全职实习阶段必须有六种实作训练，其中之一的团体咨商与心理治疗有明确的训练时数。政府组织的“咨商心理师”考试的六门科目中必须考“团体咨商与心理治疗”。也就是说，**作为一名心理咨询师或心理治疗师，掌握团体咨询的技能就像掌握个体咨询的技能一样，是基本的、必需的、必要的、必备的。**

但遗憾的是面对民众日益增加的心理健康服务需求，国内的心理咨询与治疗尚未形成规模的学历教育，而大部分在职培训中由于缺乏师资，团体咨询的内容常常不考不教，这使得专业的训练有一种缺胳膊少腿的感觉。虽然，自2000年以来，我已经在人社部心理咨询师与卫生部心理治疗师的培训教材、教育部学校心理健康

教育与心理咨询骨干教师培训教材、员工援助师的培训教材等众多相关的专业培训教材中，负责撰写了团体辅导、团体咨询和团体治疗的有关章节，也坚持开展了持续 20 多年团体心理咨询的专业培训。但是，一个不争的事实仍然摆在面前，接受团体心理咨询系统训练和掌握团体咨询技能，并能根据服务对象的需求有效提供团体咨询与治疗服务的专业人员实在太少了，急需开展和扩大培训。无论是对正在从业的心理咨询人员，还是在校学习心理咨询与治疗的学生而言，都需要学习和演练团体工作的理论与技能。

为此，我在清华大学心理学系的临床与咨询心理学方向的研究生培养中，已经摸索和尝试建立了六门课程组成的团体咨询与治疗专业技能培训体系，包括个人的团体体验、临床与咨询心理学专题、团体心理辅导、团体心理治疗工作坊、临床心理实务与督导、临床心理实习，至少 250 个小时以上的团体技能专业训练。近 20 年来，我们已经编写了《团体咨询的理论与实践》《团体心理咨询》《团体心理辅导》《身心灵全人健康辅导模式：中国文化与团体辅导》《团体心理咨询：理论、技术与设计》《结构式团体咨询应用案例》等专著与教材。初步构建了专业助人工作者团体带领能力的学习和提高培训模式。

但是，要培养出扎扎实实带领不同类型团体的领导者，培养具有胜任力的团体咨询师和治疗师，当前最需要的是参考国际上最有代表性的团体咨询与团体治疗的教材和书籍。近年来，国内虽然在翻译心理咨询与心理治疗的国外专业图书方面进展很快，但是团体咨询与团体治疗相关的译著很少，仅有 3~4 本，很难满足不同岗位、不同服务对象的团体工作需要。

2011 年 10 月，中国心理卫生协会团体心理辅导与治疗专业委员会（以下简称团体专委会）成立，这标志着我国团体事业进入一个新的发展阶段。我很荣幸成为团体专委会的第一任主任委员。团体专委会是一个学术机构，肩负着推动团体事业繁荣发展的使命，其中任务之一就是引进高水平的专业书籍，作为培训和教学的参考，作为学习和实践的工具。为此，我们精心挑选了几本国际上有代表性的团体咨询与治疗书籍，形成“团体心理咨询与团体心理治疗丛书”，推荐给国内的专业人员。经过团体专委会及我的工作团队的讨论，依据如下原则选择入选丛书：

①具备工具性指南作用；②介绍基础知识；③对团体工作的应用有指导作用；④不同流派不同形式的团体。基于此原则，我们初步选择了《团体咨询与团体治疗指南》(*Handbook of Group Counseling and Psychotherapy*)、《咨询师与团体：理论与实践》(*The Counselor and the Group: Integrating Theory, Training, and Practice*)、《认知行为团体治疗》(*Cognitive Therapy in Groups: Guidelines and Resources for Practice*)、《团体心理治疗基础》(*Basics of Group Psychotherapy*)等书，涵盖了宏观介绍、理论知识、不同流派(认知行为、心理动力学等)的团体应用等方面。例如，最先完成翻译并出版的《团体咨询与团体治疗指南》，就是一本团体咨询与治疗的百科全书，无论是从事学校教育、心理咨询、临床治疗、医疗机构、企业组织、社区服务，还是军人管理、监狱矫治、危机干预等特殊领域的工作，你都能从中找到符合你的需要，对你工作有参考价值的内容，该书必将成为团体咨询与治疗学习极好的参考书。

国外的专业书籍能否发挥应有的功能和作用，翻译质量至关重要，因此，我们组建了专业的翻译队伍，译者几乎全部来自我的团队，包括博士后、博士生、硕士生、访问学者以及我培训的学员，还有团体专委会的青年骨干，他们首先具有对团体工作极大的兴趣，多年跟随我学习团体咨询与团体治疗，既具备团体工作的理论知识，又有团体带领的实践经验，而且都有国际的视野和熟练的英语水平，愿意投入时间到丛书的翻译过程中。根据每本书的内容，我把译者分成小组，负责每本书的翻译。他们每周交流读书心得，切磋重点难点，讨论合适的翻译语言。我相信这样一支懂得专业的翻译队伍，是能够把这套丛书的精髓精准地翻译出来的，从而在宏观方向、理论基础、具体实操以及应用领域内推动国内对团体工作的理论学习和应用攀上新的台阶。

在团体工作的科研和实务方面，团体专委会也将通过制定行业标准和伦理规范继续推动团体心理咨询与治疗培训的规范化。相信有开阔的国际视野与成功经验的借鉴，有基于本土环境的实践探索和总结，更多优秀的团体领导者将迅速成长。期待着中国内地的团体咨询与治疗事业能够健康发展，蒸蒸日上，为中国人的幸福，为国家的繁荣昌盛，贡献我们专业团体人的力量！

本丛书的出版得到了机械工业出版社的大力支持，李欣玮女士欣然应允与团体专委会共同推动此系列丛书的出版，深表感谢。

樊富珉

清华大学心理学系临床与咨询心理学教授 / 副系主任

中国心理卫生协会常务理事 / 团体心理辅导与治疗专业委员会主任委员

中国心理学会理事 / 临床与咨询心理学专业委员会副主任委员

实读·共学：沉浸于基础和深邃之间

盛夏，穿梭于讲学的城市间，收到小华博士捎来的好消息和邀约，刚巧搭乘高铁行经一片翠绿的稻田，感受到一股有生命力且注入新能量的喜悦，一口答应了为这本重要的实务书籍来撰写推荐。在欣喜、肯定和期待本书出版之间，更多了些感动。对于更多专业的团体治疗书籍的出版，尤其是能投注心力于如此重要的领域，将如此重要的实务著作，呈现给心理咨询和治疗领域的朋友，樊富珉教授团队持续的努力耕耘，以及支持本书出版的工作团队，都着实令人敬佩。

团体工作是最为适合华人的心理工作模式，不论年龄、背景、性别、教育水平、议题或关切主题，一群人能共聚一堂、共同联结与关切彼此、在支持或相互反馈之中促进改变与成长。对于我们看重群体性、社会性和人际联结的共融与和谐观点来说，良好的团体参与过程，是最为自然，且能有效帮助个人的最佳环境。这本《团体心理治疗基础》(*Basics of Group Psychotherapy*)，是两位杰出的美国实务专家共同撰写的专业书籍，虽名为基础，但其实内容非常的深入且务实，对于团体心理治疗师所需要面对的诸多难题，均有非常详细的说明和独到的见解。从实际的团体建构（例如：筹划的实务考虑、筛选成员的程序、团体的探索和支持导向干预的不同），到团体实务介入（例如：在复杂的团体现象中如何选择焦点，对于团体互动议题和难题的实际建议），呈现了非常多的实例。从团体为一个整体、人际互动和个人内在历程工作等观点，本书都能深入而具体地探讨团体的实际带领工作。

最值得推荐的一个重点是，本书在探究实务议题上的宽广弹性和系统地思考团体相关议题，能带给初学的读者理解团体心理治疗工作的丰富度和有效性。而给有

经验的团体工作者带来的，则是非常直接而有深度的默会。踏入团体心理工作领域多年的实务朋友们应常有同感，越实践越感知到团体工作的复杂和难以掌握，多变的人际互动与个人呈现，更为复杂的是当下需要对团体动力进行辨识，并转为知道如何带领和善用团体，来帮助到参与的来访者。这本书能够兼顾理论，从实务者面临的工作任务或难题，带领我们有系统地从各种可能性，一步步推衍或理解临床实务现象，对于引导读者学习团体的实操课题，有很大的帮助。

承上，从多年的团体实务与教学督导经验来看，个人觉得本书与一般教科书写作方式和旨趣较为不同：在写作和呈现上集中于“思考”的深度启发、对“脉络”现象的描绘和探讨，并且期待着重于实务者“主体”的带动，更甚于单纯教导技术和做法。也因此，小华博士能详尽地翻译此书，除了难度上的挑战与达雅呈现外，对于开启实务者更进阶的学习，更是贡献良多。对于本书，尚从个人疏浅的见解，抛砖引玉地来提点其专业特点，供读者参考：

其一，长期以来，学习心理咨询与治疗是一种“技术”的学习，还是“人”的培养？团体心理治疗的方法之间，本书作者提醒了一个很重要的道路。例如：第四章提到技术的学习时谈到：治疗性技术在治疗实践中只是一个次等重要的议题。当治疗师很出色的时候，运用技术都是无意识的。正反映了这样的精要，仁心与仁术之间，作为一个团体心理治疗专业“人”的思维和对团体带领、干预的经验反思和观点，始终重要于片段的知识或技术学习。这本书虽名为“基础”，但其实响应了真实走在实践路上的专家之需要，文笔间实在而丰富的呈现“成为一个专业团体治疗者”所需要的核心知识。此为其重要特色。

其二，团体工作的多元之间，本书也清晰地提点治疗性质心理团体的要义。美国团体专业工作者学会（Association for Specialists in Group Work, ASGW）将广泛的团体工作依据其不同性质，分为四种类型：①任务与工作团体；②辅导与心理教育团体；③咨询与人际取向问题解决团体；④心理治疗与人格重建为导向的团体。而团体工作（group work）有许多形式且能够广泛地在企业管理、团队建构、护理医疗、社会工作、职能治疗，以及学校辅导、心理咨询与心理健康等各种专业领域应用。模糊地借用治疗团体理论到心理咨询或辅导团体，虽然可在团体动力的层次

相互融会贯通，但各种团体，在各个领域的应用，其实都有其独特的理念和实务。本书清楚地以心理治疗团体为立论基础，在治疗工作的框架中来探讨团体实务。在第6章干预的选择中，深入浅出地探讨不同严重程度（住院、部分住院/日间留院、门诊）与非心理治疗性的团体助人工作，或是长程与短程的团体，均足以点出对助人知识系统的分辨和强化，实务论述的相关章节也突显“治疗性团体”的重要价值和焦点，让专业学习者能见树也见林，从阅读中了解团体治疗角落的原理，也了解学习的定位和联结。

对话现场的还原，是本书重要的特色之三。援引实际的团体对话录或案例，从中理解团体现象和重要概念，是最能贴近实务的学习方式。本书就正好从这样的角度入手，让读者能通过案例来思考复杂的个人经验或人际互动，也从一个实际的情境，延伸多角度的实务思考。

本书最特殊之处，在于对团体治疗实务的原理思考和带出团体理念的多元参照。不同于团体心理咨询聚焦于实际生活困境或议题探讨，治疗团体将介入的处理焦点放在内在心理模式转化或重建上，透过某一历程促进案主朝向内在状态的改变、成长或是转变，各个治疗学派可能对转化或转变有不同的界定。这本实务书籍，不只在实务开展，更从几个早期的重要理论来引发我们对团体过程的探讨，从古典精神分析、基本假设团体、焦点冲突理论、系统理论、心理分析、此时此地，到认知行为等取向，来思索核心的重要议题：“什么是团体？”虽未尝试完整涵盖团体心理治疗理论各家取向，但却已能波段式地呈现不同的思考内涵与形式。我们知道心理咨询与治疗理论的思想演进，有其典范转移的历史前进性质，从不同取向来换位思考与位移的弹性是很重要的临床思维训练，本书很少见地运用诸多实例，从不同角度来精准阐明心理治疗团体的动力，这实在是最令人激赏的部分。

实在地潜心阅读本书，瞬间令人沉浸其中，特别是三两年实务耕作以上者，更能见其论证和引领您进入深邃的共学境地；基础之间，深度卓见。译者的功夫也在阅览间，深刻感知。虽学艺多年，但重读此书仍若初见，更感其深度。企盼团体心理工作之实务与研究在内地、港澳、台湾均能大力向前迈进，本书着实是一本能带动专业社群前进的重要经典，大力推荐与希冀能有许多热爱团体心理工作的读者，

一同沉浸其间，共学、共进。

许育光 教授

推荐序者简介：

许育光 博士，现任台湾清华大学 / 原属新竹教育大学教育心理与咨商学系教授兼主任、辅导季刊主编、游戏治疗学会理事长、学校心理与咨商辅导协会理事长；辅导与心理咨询博士、儿童青少年临床心理师、专业心理咨询与治疗督导，亦多年致力于团体动力、团体咨询与团体心理治疗之实务教学、督导与研究。

历经一年多，这本《团体心理治疗基础》的翻译工作终于完工，今晚夜色如水，万籁俱寂，校对完了最后一页译文，感到满心的喜悦，喜悦源于对本书的信任，相信它必将成为团体实务工作者的案头必备。

团体工作自 20 世纪 90 年代，由樊富珉教授、杨眉教授等引入中国大陆以来，由于其形式新颖，生动活泼，参与人数更多，迅速在各行各业盛行起来，发挥了非常重要的作用。各类书籍也应运而生，如樊富珉教授的《团体心理咨询》《结构式团体辅导与咨询应用实例》等，也出现了应用于不同人群的团体，如班级团体心理辅导、士兵团体心理辅导、大学生团体心理辅导等。

稍后，非结构的治疗性团体也开始盛行，对团体动力的觉察和处理开始成为团体工作者关注、学习并着力提高的能力。相关书籍以欧文·亚隆的著作为代表，如《团体心理治疗：理论与实践》《叔本华的治疗》等。

另外，市面上有关精神分析概念的书籍，也介绍团体中的相关动力，如《投射性认同与内摄性认同》《内化》等。

本书的最大与众不同之处在于其按照组建团体的顺序，详细介绍了带领治疗性团体的相关概念、流程与注意事项。最先介绍了如何选择团体成员，筛选标准是什么，如何评估，如何对治疗师进行培训选择患者；然后介绍了不同团体的发展阶段的动力；随后介绍团体带领者从组建团体，开启团体，到不同团体阶段的处理，最后结束团体的过程；第 4 章介绍了治疗性团体的一些理论、核心概念；第 5 章通过案例和练习，形象地介绍了困难的患者和挑战性的情景；第 6 章介绍了如何根据不同患者选择不同团体干预方案；第 7 章介绍了团体治疗的相关理论。全书文笔简练，

操作性强，指导性强，可读性强，弥补了目前团体工作领域书籍的不足，适用于所有团体治疗师，是团体咨询师必读。

本书由鲁小华、阎博、张英俊翻译而成，我们三人组成翻译小组，每周一次网络会议，讨论翻译内容，也是互相学习的过程，这一过程成为美好回忆。全书最后由鲁小华统一审校，由于文字表达能力有限，有可能无法将原文精髓精准表达，有不足之处，敬请读者谅解。

鲁小华

2016年9月2日 北京

本书针对的对象为刚起步的正在受训或实践的临床医生，或至少是开始考虑使用团体心理治疗作为他们“养家糊口技能”之一的临床医生。我们的目标聚焦在特定的技术上——关于治疗团体所涉及的一些具体细节。本书是作为标准团体心理治疗教科书的补充而诞生的。本书的组织就像你在组织一个团体一样，从为特定团体选择病人开始（第1章），然后介绍团体发展过程的一些观点（第2章）；接着介绍治疗团体领导者面临的挑战和机遇（接下来的三章）；之后概述了当今不同类型团体的知识，包括“非心理治疗”团体（第6章）；最后阐释了适用于治疗团体的不同理论（最后一章）。本书的章节顺序与大多数心理治疗书籍的顺序是相反的，在其他书籍中，一开始强调的重点往往是理论。

我们尝试聚焦于作为团体治疗新手实际需要做的工作。本书讲述的重点是作为团体治疗师，你如何使你的团体最有效。这意味着需要后退一步思考，你是通过团体来提供治疗服务的治疗师，而不是通过与个体患者之间的互动来提供服务的治疗师。

团体心理治疗需要额外的一些技能，这些技能非个体心理治疗的培训和体验所能获得。这些技能中最重要或最敏感的是将团体作为一个系统来进行概念化（conceptualize）的能力，在某种程度上，这项技能和家庭治疗所需要的范式转变是相似的。所有的团体治疗师都会时不时受到这样的推力（pull）：在团体设置下做个体治疗，并且很多患者也有这样的期待。对治疗师来说，抵制住这样的推力，是一项持续的任务。

治疗团体是一个上演（enacting）的工具，它也可以是理解成员如何在他的人际世界中呈现其情形的工具。为促进这一功能的运行，有经验的治疗师会不断地推动成员之间发生互动，并在互动之后，反思互动揭示的动力。这个过程在团体发展的早期阶段尤为重要，早期阶段首要的任务是推动团体凝聚力的发展。团体凝聚力是与个体治疗中“治疗联盟”相类似的概念，它们都是保证有效治疗的前提条件。

在过去的 15 年间，很多努力（concerted effort）都显示出心理治疗是有效的。已经有许许多多的对照研究显示，整体治疗效果达到 0.85 的水平，也就是说，接受心理治疗的患者中，85% 的人相比对照组的患者有显著效果。至于这些效果中，个体治疗和团体治疗的效果相同与否，还尚未可知。出于这个原因，在所有治疗方法中，团体治疗的使用引发了人们极大的兴趣。团体在效率方面有着极为显著的优势，并且其治疗效果也是可圈可点的。另外，追踪研究显示，大多数参与团体治疗的患者在相对短的时期内，通常是几个月，就获得了积极的效果。因此，长程团体越来越可能只用于严重功能失调的患者身上。

团体心理治疗可以被看成一种形式，通过这种形式，各种各样不同类型的治疗得以进行。在第 1 章里，派珀和麦卡勒姆描述了一种非常谨慎的方法来选择病人，这个方法与治疗师计划要治疗的团体的特点能够非常清楚且完整地整合在一起。一个有效的团体通常是这样的：经过周到而透彻的思考，采纳了特定方法，并且经过仔细筛选，选出可能从此方法中获益的患者加入团体。换句话说，“团体心理治疗”这个名词并非内容翔实丰富，它描述了结构，但并没有描述治疗内容。

理解团体事件的另一个重点是发展阶段。对这些阶段的理解，有助于治疗师提前思考有可能会发生什么，从而能够提前识别出早期迹象，并加以处理。在第 2 章中，麦肯齐描述了一个所有团体都共有的序列，包括发展的四个阶段，同时描述了每个阶段的任务和必须要处理的事件。

第 3 章到第 5 章的主要内容是与团体领导有关的不同方面的复杂挑战。在第 3 章中，戴斯详尽描述了特定的领导任务和技能。在第 4 章中，波特解释了所有团体领导者都会关注的一些基本议题：阻抗、移情、团体的原始动力和反移情的出现。他也讨论了一些团体对某些成员产生的令人烦恼但极少被讨论的团体治疗的负性效

果，这些影响可以通过培训以及技术来减少，但无法彻底消除。在第5章中，伯纳德描述了团体治疗师经常会面临的一系列问题：来访者和情景，并提出了一些具体的应对策略。

第6章中舍恩霍尔茨-里德详尽地描述了大量不同类型的团体。她提出了一些标准来帮助治疗师决定怎样的团体干预适用于特定的个体，以及如何为来访者选择最匹配的团体体验。

第7章放在本书的最后是有目的的，这一章对帮助领导者理解团体过程的一些主要理论做了简明的回顾，除非个体真实地体验到团体的环境，否则团体理论是难以理解的，或者是读起来干瘪无趣的。团体内产生的压力，可以是难以捉摸(elusive)、确定无疑(unmistakable)而又难以描述的。这一章提供了一些概念帮助理解并尝试解决这样的一些团体现象。

我们希望本书能够鼓励读者开始从事治疗团体的相关工作，或者在团体治疗的道路上走得更远。尽管团体是复杂的，甚至有时候使人有种被淹没的感觉，但它们同时是令人非常兴奋的：团体真的可以使其成员的生活发生改变，使从事团体治疗的治疗师感到极大的满足。出于这些原因，我们付出了大量的时间和精力来带领团体，教授他人带领团体，并把我们的所学编书立著。我们希望你们能够如我们一样热爱团体治疗这一事业。

哈罗德 S. 伯纳德

K. 罗伊·麦肯齐