

家庭治疗经典译丛



如何

对待问题青少年
以家庭为本的15步治疗指南

TREATING THE TOUGH ADOLESCENT

A Family-based, Step-by-step Guide

[美] 斯科特·P·塞尔斯 著

韩晓燕 译



同济大学出版社
TONGJI UNIVERSITY PRESS

家庭治疗经典译丛

如何

TREATING THE TOUGH ADOLESCENT

A Family-based, Step-by-step Guide

[美] 斯科特·P·塞尔斯 著

韩晓燕 译

以家庭为本的
15步治疗指南
对待问题青少年



同济大学出版社
TONGJI UNIVERSITY PRESS

内 容 提 要

本书在整合结构治疗和策略治疗理论的基础上,针对有行为问题的青少年,提出了 15 步以家庭为基础的应对模式。既有针对问题青少年特点的系统分析,又有实务操作的技巧指导,并附有典型生动的案例介绍,理论密切结合实践,内容阐述深入浅出。本书适合关心青少年的一切人士阅读,包括青少年研究和教育工作者、教师、社区工作者及家长,尤其可供社会工作专业的老师和学生作为辅助教材。

图书在版编目(CIP)数据

如何对待问题青少年:以家庭为本的 15 步治疗指南/

[美]斯科特·P·塞尔斯著;韩晓燕译. —上海:同济大学出版社, 2007. 8

(家庭治疗经典译丛)

书名原文: Treating the tough adolescent: a family-based, step-by-step guide

ISBN 978 - 7 - 5608 - 3586 - 0

I. 如… II. ①斯… ②韩… III. ①青少年问题—研究 ②青少年教育:家庭教育 IV. C913. 5 G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 100101 号

Treating the Tough Adolescent: A Family-Based, Step-by-Step Guide
by Scott P. Sells

Copyright © 1998 The Guilford Press

A Division of Guilford Publications, Inc.

72 Spring Street, New York, NY 10012

All Rights Reserved

本书经美国 Guilford Press 授权,由同济大学出版社独家出版。

版权所有,侵权必究

家庭治疗经典译丛

如何对待问题青少年

——以家庭为本的 15 步治疗指南

[美]斯科特·P·塞尔斯 著 韩晓燕 译

责任编辑 沈志宏 责任校对 徐春莲 装帧设计 陈益平

出版发行 同济大学出版社 www.tongjipress.com.cn

(地址:上海市四平路 1239 号 邮编:200092 电话:021-65985622)

经 销 全国各地新华书店

印 刷 同济大学印刷厂

开 本 787mm×960mm 1/16

印 张 19.5

字 数 265000

版 次 2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5608 - 3586 - 0/C · 173

定 价 36.00 元

“家庭治疗经典译丛”

学术顾问委员会

主任委员

邓伟志 上海大学社会学系博士生导师,中国社会学学会副会长,上海市社会学学会会长

副主任委员

朱眉华 华东理工大学社会与公共管理学院副教授,上海大学社会学在读博士,上海市社会工作者协会理事,上海市浦东新区社会工作者协会副会长

韩晓燕 华东师范大学社会学系副教授,博士,上海市婚姻家庭研究学会理事,上海市阳光青少年事务中心专家督导委员会成员

委员 (按姓氏拼音字母为序)

陈丽云 香港大学行为健康研究中心主任,社会工作及社会行政学系教授
Mayling Chu 美国加州大学东湾校区社会工作系主任,《社会工作》杂志编委
Douglas Chung 美国密西根大河谷州立大学社会工作学院教授,美国社会工作教育协会学术评估委员会委员

陈向一 深圳南山医院心理科主任,香港中文大学社会工作学博士,家庭治疗专家,德中心理治疗研究院“中德班”教员

杜亚松 上海市精神卫生中心儿童研究室主任,博士,家庭治疗专家

龙迪 北京理工大学社会工作学系副教授,博士,家庭治疗专家

马丽庄 香港中文大学社会工作学系教授,家庭治疗专家

阮曾媛琪 香港理工大学应用社会科学系主任,教授,香港社会工作人员协会主席

宋陈宝莲 香港理工大学应用社会科学系副教授,博士,家庭治疗专家

吴铎 中国社会学学会副会长,上海浦东新区社会工作者协会顾问

魏雁滨 香港中文大学社会工作学系教授,青少年研究专家

赵旭东 同济大学教授,博士生导师,香港理工大学名誉教授,德中心理治疗研究院中方主席,家庭治疗专家

译丛总序

婚姻和家庭永远都是人们关注的一个重要焦点,随着我国经济、科技的高速发展,以及相伴而行的急剧社会变迁,作为社会基层细胞的家庭,也在经历着从实体到观念的空前变化。

家庭在经历的变迁中,同时也面临着很多问题,诸如:夫妻、婆媳及父母与子女的关系问题,独生子女与家庭养老问题,家庭教育,沟通障碍,婚外恋,经济纠纷,性困扰,家庭暴力,等等。当家庭面临严重的问题而陷入困境、无力自拔时,就需要社会工作者和心理治疗师给予他们以及时的帮助。

据美国婚姻和家庭治疗协会的文献指出:“每天,社会上有许多家庭遭受着精神失调和关系困难等问题的影响,这些问题常常由于太大、太复杂和具有破坏性,以至于离开了专业人员的帮助就很难解决,这些情况如果不及时处理,很可能产生出乎意料的、破坏性的后果。它的影响非常大,会引起更多的问题,而且它不仅仅伤害到面临这些问题的个人和家庭,而且能影响到整个社会。”

家庭治疗正是帮助人们解决家庭问题的专门学问。它源于西方,经过半个多世纪的发展,已经从一种鲜为人知的治疗方法演变为一门独立的学科。家庭治疗以整个家庭为对象,重点在于了解和研究家庭的系统、结构、家庭成员互动的过程、沟通模式、家庭规则、角色和责任等方面,通过家庭治疗师或社会工作者的介入,鼓励和帮助家庭成员调整其行为,促进其健康成长,解决现有的家庭冲突和家庭矛盾,强化家庭的功能,达到家庭的和谐。

家庭治疗领域已经形成了一些具有鲜明特色的不同流派。如系统学派、结构学派、认知行为学派、精神动力学派、经验学派、策略学派等,发展到20世纪80年代后,受后现代主义思潮的影响,又出现了叙事学派、以解决为焦点的精要学派、女性主义学派等。而今,美国婚姻与家庭治疗协会会员已经从20世纪60年代的200多人发展成为23000多人。

家庭治疗于1988年由德国同道正式传入我国,总体上处于起步阶段,但已经有越来越多的人经过较系统的连续培训、研究生教育,并在临床上进行成功的运用;少数高校开设了家庭治疗的课程;在社会工作者和心理咨询师的培训中,也开始介绍家庭治疗的理论与方法。然而,从我国目前社会转型和家庭的变迁来看,有着极大的社会需求在呼唤着家庭治疗的引入和进一步本土化。

令人欣喜的是,我们已经有一些年轻的学者关注并钻研家庭治疗的理论与方法,并通过自己艰苦的学术工作,希望能与大家分享他们的所学、所研。在华东理工大学社会工作系朱眉华副教授,华东师大社会学系韩晓燕副教授和同济大学出版社的具体策划和组织下,《家庭治疗经典译丛》即将出版,这些书籍将引领大家走进这一领域,了解家庭治疗的过去、现在和未来,感受家庭治疗舞台上诸位大师的智慧和风采。书中所展示的临床治疗中的许多生动故事,既让我们感到熟悉和亲切——好像就发生在你我身边一样,同时又让我们了解到如何通过家庭治疗帮助家庭解决所遭遇到的困扰。这套丛书有很强的可读性,既可以作为专业人员的必读书目和教学参考,也适合普通大众作为闲暇读物,于陶冶心灵、掌握沟通技巧、善处人际关系亦有相当助益。

《汉书》上说:“福善之门莫美于和睦。”社会和谐起于家庭和谐,社会健康始于家庭健康。衷心希望我国的家庭治疗,能在学习外国先进经验的基础上,不断加强本土化的探索,涌现出更多的家庭治疗师、社会工作者,为千家万户提供他们需要的优质服务,让家庭更和睦、生活更精彩,社会更和谐!

邓伟志

2007-05-03

谨以此书献给

我的家人
是你们教会我永不言放弃

托马斯·斯密斯博士
无论在我顺境还是逆境时
是你给予我永远的信任和支持

斯科特·P·塞尔斯(Scott P. Selle)

关于作者

斯科特·P·塞尔斯博士是美国萨凡纳州立大学社会工作学系教授,萨凡纳家庭研究所所长。他为 800 多位问题青少年进行过治疗,在全美作过无数次这方面的专题讲座,在该领域发表了大量专业论文。他针对问题青少年及其家长而开设的 6 周教育课程在俄亥俄州的弗吉尼亚市和佐治亚州的萨凡纳市都成为标准的治疗模式。他的网址为:www.difficult.net

致 谢

我要感谢多年来帮助我使这本书得以面世的所有人。首先我要特别感谢在我有生之年里一直保护和眷顾我的上帝。我要感谢我的祖父,虽然他从未受过正规教育,但他的智慧和善良以及在伊格尔河边与我的长谈给予我无尽的鼓舞。我要感谢我的祖母,她对生活永远充满着爱并教导我永不放弃。我要感谢我的父亲,在我还是孩童时,是他教会我懂得爱并如何成为一个男子汉。我要感谢我的母亲,她对我的鼓励、爱和信任帮助我度过一个又一个难关而最终成长为一个坚强的人。我要感谢萨丽(Sally),是她的爱、关心和鼓励支持我完成这本书。我还要感谢一直以来给予我关怀的姐姐南希(Nancy)、外甥女阿希蕾(Ashley)和克里斯(Chris)。

我要特别感谢我的导师汤姆·史密斯博士(Dr. Tom Smith)和编辑克迪·莫尔(Kitty Moore),是他们俩给予我信任和机会得以完成本书。我还要真诚地感谢内尔·斯切夫博士(Dr. Neil Schiff)、杰·海雷(Jay Haley)、内尔·纽菲尔德博士(Dr. Neil Newfield),如果没有他们卓有远见的支持和帮助,这本书就不可能问世。我还要感谢查尔斯·菲什曼博士(Dr. Charles Fishman)和他的全家,当我1991年夏天还在研究生院攻读学位时,他让我住在他家,我安心地待在他家的地下室里,整理录音磁带,并与他一起讨论研究过程及问题青少年,这些早期经历开启了本书的写作思路。

我要感谢萨瓦那州立大学社会工作学系的同事们、卡尔顿·布朗博士(Dr. Carlton Brown)、约瑟夫·西尔夫博士(Dr. Joseph Silver),以及多年来我教过的学生,他们的支持和信任帮助我度过一个又一个难关,走向最后的胜利。

最后,我要衷心感谢为本书提供故事、叙述和鼓励的父母和青少年,每一个家庭都与我建立起了亲密的关系,当我在聆听他们掩藏在内心深处的心声时,他们才是我的老师。我唯一的希望是作为咨询师的我们能够聆听你们的心声,给予你们所期望的帮助……

原版序一

杰·海雷(Jay Haley)

《如何对待问题青少年》一书为有问题的青少年解决其家庭问题提供明智的、策略性的方法,该书认为解决问题的关键在于当问题青少年而不是父母控制家庭的时候,必须首先改变家庭的权力阶层(hierarchy)。本书的独特之处在于治疗师能始终得到研究资料的支持。

一直以来我都参与了作者斯科特·塞尔斯的研究,我非常欣赏他表述思想的有条不紊。他思路清晰,表达精准,主题明确。他希望内尔·斯切夫和我为他的研究提供一个案例,因此,我们首先领略了塞尔斯博士的观点。那是一个十分棘手的个案,我们投入了28节治疗才得以解决。斯切夫博士是这个个案的治疗师,我是双面镜后面的合作者。在这个个案中,所有的面谈均作了系统的转录和整理,我们通过录像带一步一步地展开评论,最后,通过父母担负起家庭责任,这个家庭里问题棘手的儿子的行为才得以纠正。事实上,我们所做的只是不厌其烦地进行评论,直到塞尔斯博士收集到他所需要的资料为止。本书既是创造性研究的成果,也是智慧性实务的结晶。

我时常回忆起家庭治疗过程中治疗师介入青少年对抗父母的情形。治疗师会很自然地对青少年报以同情,因为他们的父母只知彼此争吵,而不懂得欣赏孩子。治疗师不知道从权力阶层视角去思考,因此不会注意到当他加入到青少年一边来对抗父母的时候,其实是在给予青少年权利。今天,在家庭治疗领域里,普遍的做法是帮助父母组织好家庭以使他们担负起家庭的责任。本书为此提供了十几种方法,以表达对家庭权威的关注。多年前,我们不会想到青少年会通过伤害自己的方式来帮助和稳定处于困扰中的父母,这一动机理论使人们有可能对关心父母的问题青少年表示欣赏。对问题青少年家庭的治疗艺术在于:一方面治疗有问题的青少年;另一方面治疗彼此冲突的父母亲。

这是一本将研究思想有机地嵌入实务之中的极有价值的著作,对从事问题青少年及其家庭工作的治疗师将会带来巨大帮助。

原版序二 给中国读者

内尔·斯切夫(Neil Schiff)

《如何对待问题青少年》是一本关于如何改变问题青少年行为的著作,这些孩子通常有较为严重的既害人害己又无法阻止的行为。本书采取以家庭为本的取向,提出了许多非常重要的观点,虽然有些观点在一些临床实务中有所涉及,但没有像本书作者那样加以很好地组织、验证,并最终得以系统地表述。本书的特点是语言直接明了,叙述详尽可靠,资料来源于作者多年来成功的家庭干预,在家庭脉络下解决棘手的青少年问题。作者提出的治疗模式在理论方面有很大的创新,并建立在潜心研究的基础之上,逻辑严密,对实务的指导清晰可循。他为我们提供了“做什么”、“为什么要这么做”以及“如何去做”的具体步骤。

本书还为心理治疗领域中研究与实务有效地相互促进提供了很好的范例。从对概念的理解角度来看,从最后一章开始阅读也许会更好些。作者一步一步地把他的研究过程呈现了出来。首先他到图书馆,查阅该领域的主要治疗模式;然后把每一种治疗取向的主要思想运用到实务中去,在此基础上提出整合性的治疗模式;再通过详细分析所完成的个案来验证他提出的模式,并对模式加以修正;再对修正后的模式进行验证,最后再对模式加以精化。本书是塞尔斯博士多年来投入实践和理论思考的结晶,是临床经验和研究发现相融合的产物。

从个人角度讲,虽然在最初阅读本书初稿的时候,我并不太了解他所从事的治疗和研究有多么复杂和深刻,但我非常荣幸能够参与塞尔斯博士的研究。我十分欣赏他的能力、热忱、理想和勤奋。简而言之,他对心理治疗的潜心投入和对治疗过程每个步骤的强烈好奇深深地感动了我。虽然我和杰·海雷所做的那个复杂的个案使我们烦苦不堪,但是,我们三个人能有机会在一起进行颇有成效的互动合作,这还是让我感到非常愉快的。

本书所提供的是一个非常实用的、简洁易懂的临床治疗模式。这是一个精彩的实务案例,是一项杰出的研究,同时还是实务与研究两者精妙结合的典范。

致中国读者的信

能为中国的读者写此序言使我感到非常荣幸和自豪,我衷心地希望本书能在你们从事问题青少年及其家庭的工作方面有所帮助。

你们可以在中国与美国文化差异的基础上对本书所提出的策略作一些修改和调整,但是,我相信你们会欣喜地发现本书的许多原则是我们两国可以通用的。

本书所提出的 15 步家庭治疗模式已经在澳大利亚、德国、瑞士和挪威等国取得了巨大成功,像启动开关、需要抚育和拟定协议等原则在不同的文化里均取得了显著的效果。而一些旨在消除问题青少年的不尊敬、暴力、自杀威胁或离家出走等行为的惩罚措施则可能需要根据你们文化的特点加以修正。

我建议你们在读了第一章导论以后接着先读第十二章,即过程-结果研究和家庭为本模式——主要理论概念的精练和操作化。人们通常不会先读一本书的最后一章,但对本书请破一次例,你会从我的建议中获益良多。理由是在第十二章里我将使你充分理解本模式是如何创建的,这是一种非常独特的、罕见的研究方法,是作者与 800 个问题青少年家庭合作的结果。如果你了解了本治疗模式提出的背景和历史,你就会知道它之所以如此成功的原因。

我要衷心感谢杰·海雷和斯切夫博士对我的激励和支持,是他们鼓励我从 20 世纪 80 年代与他们共同从事的青少年工作中创建本模式。没有他们的奉献和允诺,就不可能有这本书的诞生。

最后,我还要特别感谢你们,中国的读者。如果你们喜欢本书,就请转告你的朋友。也许由于出自你口的话语,而使遭受困扰的青少年得到帮助。敬请光顾我们的网站: www.difficult.net, 请把你们阅读本书后的感想通过 E-mail 告诉我,我渴望听到你们的回应。

塞尔斯博士(Dr. Sells)

目 录

译丛总序

关于作者

致谢

原版序一(杰·海雷)

原版序二(内尔·斯切夫)

致中国读者的信

第一部分

为问题青少年设计的15步家庭治疗模式

第一章 导论

为什么要用家庭模式

谁是问题青少年?

治疗的基本原则

本书计划

第二章 切入点

——为什么他们容易成为问题青少年

不适宜的权力阶层

错误地借用外在力量

行为问题的保护功能

快乐原则

超前两步地思考

发起挑战的技巧

第三章 15步家庭治疗模式

第1步:约定

第2步:对问题的界定和重新界定

目 录

018	第3步:增强父母的能力	800
022	第4步:制定清晰的规则和奖惩方法	800
023	第5步:仔细检查	810
024	第6步:改变冲突的时间和过程	810
025	第7步:青少年要求重新获得权力	810
026	第8步:压制青少年的5张“A”	810
026	第9步:与外界合作	810
027	第10步:青少年功能的增强	810
028	第11步:重建抚育和亲密	810
029	第12步:其他家庭问题的表面化	810
030	第13步:预言故态复萌	810
031	第14步:保持变化或故态复萌	810
031	第15步:跟踪随访	810
第二部分		
特殊的原则和指引		
第四章 制定清晰的规则和奖惩方法		
037	——治疗的基础工作	800
037	父母的绊脚石	800
038	制订有效的规则和奖惩措施的策略	810
063	仔细检查	810
067	本章小结	810
070	第五章 改变冲突的时间和过程	810
071	策略1:寻找并压制开关	810
075	策略2:为将来的改变寻找例外和可能性	810
077	策略3:告诉父母如何不作反应地、平静地应对	810

目 录

097 本章小结

099 第六章 压制青少年的 5 张“A”

102 A1:离家出走

120 A2:逃学和学校表现差

127 A3:自杀威胁或自杀行为

129 A4:暴力威胁或暴力行为

133 A5:蛮横无理

137 本章小结

139 第七章 重建抚育和亲密

139 从哪里开始

146 重建抚育和亲密的策略

173 开启抚慰的沟通序列

176 整合协调:分阶段实施 7 个抚育策略

183 本章小结

第三部分 特殊的治疗问题和环境

187 第八章 与外界合作

188 了解行动的领域

196 使与外界合作更有效的策略

218 本章小结

220 第九章 单亲家庭:分享父母职责

220 策略 1:在围墙的两边工作

223 策略 2:规则与奖惩的结合

目 录

225	策略 3:争取其他孩子的协助	180
226	策略 4:社区家庭咨询	180
230	本章小结	180
231	第十章 离婚和再婚家庭问题	180
231	棘手的离婚:处理可控情境的策略	180
235	再婚家庭问题:处理不切实际期望的策略	180
239	本章小结	180
240	第十一章 滥用酒精和药物:“我没有问题”	180
243	策略 1:确定青少年使用药物的程度	180
243	策略 2:动员多元支持系统	180
246	策略 3:对使用药物和酒精实施严厉的惩罚措施	180
248	策略 4:处理其他的家庭和环境问题	180
249	本章小结	180

第四部分 研究发现和对未来的意义

253	第十二章 过程-结果研究和家庭为本模式	181
	——主要理论概念的精练和操作化	181
253	精神健康照顾研究中的挑战和争论	181
255	本研究的目标	181
257	开发 15 步模式:任务分析取向	181
289	21 世纪:结论和未来启示	181
294	译者后记	181

第一部分

为问题青少年设计的
15 步家庭治疗模式