



克服逆境的孩子

焦点解决咨询的家庭策略

Solution-Focused Therapy with Children

Harnessing Family Strengths
for Systemic Change

马修·瑟莱克曼 (Matthew D. Selekman) 著

黄汉耀 译



具有挫折忍受力的儿童能够在压力很大的家庭与社会环境中坚韧不拔地不断成长。从对这些儿童的咨询中可以得出，正是这些不利的家庭与社会因素，赋予了他们克服逆境的能力。



四川大学出版社

封面定价 80.00 69.80 55.00
02585667895 或 02585667895
移动电话 139 0285 9331 或 139 0285 9331
四川大學出版社

克服逆境的孩子

焦点解决咨询的家庭策略

Solution-Focused Therapy with Children

Harnessing Family Strengths
for Systemic Change

马修·瑟莱克曼 (Matthew D. Selekman) 著

黄汉耀 译

具有挫折忍受力的儿童能够在压力很大的家庭与社会环境中坚韧不拔地不断成长。从对这些儿童的咨询中可以得出，正是这些不利的家庭与社会因素，赋予了他们克服逆境的能力。



四川大学出版社

责任编辑:唐一丹
责任校对:杨华军
封面设计:米茄设计工作室
责任印制:李 平

图书在版编目(CIP)数据

克服逆境的孩子/(美)瑟莱克曼(Selekman, U.A.)
著;黄汉耀译. —成都:四川大学出版社, 2008.1
书名原文: Solution - Focused Therapy with Children
ISBN 978 - 7 - 5614 - 3937 - 1

I. 克… II. ①瑟…②黄… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 206499 号

四川省版权局著作权合同登记图进字 21 - 2007 - 079 号

SOLUTION - FOCUSED THERAPY WITH CHILDREN by Matthew D. Selekman
Copyright © 1997 The Guilford Press
A Division of Guilford Publications, Inc.
Simplified Chinese translation copyright © (2007) by Sichuan university Press
ALL RIGHTS RESERVED

国际简体中文版授权/深圳市爱及特文化发展有限公司

<http://www.ageco.com.cn>

本书译稿引用自张老师文化事业股份有限公司

书名 克服逆境的孩子

——焦点解决咨询的家庭策略

著者	[美] 马修·瑟莱克曼
译者	黄汉耀
出版地	四川大学出版社
发行址	成都市一环路南一段 24 号 (610065)
书行号	四川大学出版社
印刷	ISBN 978 - 7 - 5614 - 3937 - 1/G·937
成品尺寸	四川大学印刷厂
印张	170 mm × 230 mm
字数	14.75
版次	169 千字
印次	2008 年 1 月第 1 版
印数	2008 年 1 月第 1 次印刷
定价	0 001 ~ 5 000 册
	29.00 元

版权所有◆侵权必究
此书无本社防伪标识一律不准销售

◆读者邮购本书, 请与本社发行科联系。电 话: 85408408/85401670/85408023 邮政编码: 610065
◆本社图书如有印装质量问题, 请寄回出版社调换。
◆网址: www.scupress.com.cn

作者简介

马修·瑟莱克曼
(Matthew D.Selekman)

在美国伊利诺州的艾文斯顿 (Evanston) 执业，是美国婚姻与家庭治疗协会 (American Association for Marriage and Family Therapy) 认证的督导。著作有《改变之路—短期治疗解决方法对问题青少年的运用》 (Pathways of Chang: Brief Therapy Solution with Difficult Adolescents)。

译者简介

黄汉耀

中国台湾中部人，哲学硕士，喜欢慢慢骑着车去看山。他向往道家“自然、无为”的境界，最大的愿望是全台各乡镇都有各具特色的单车道，然后串联整合成环岛网。著作有《潜意识探险家——与梦对谈》、《我的写梦书》、《穿红袜的喷火龙》、《我是杀人墙》、《文明也是灾难》等。译作有《探索文明的出路》、《师法自然》、《学做自然的孩子》、《你是做梦大师》、《黑暗也是一种力量》、《焦点解决咨商案例精选》、《男人其实很忧郁》等。

◆克服逆境的孩子

- ◇当绿叶缓缓落下
- ◇他不知道他病了
- ◇爱,上了瘾
- ◇家庭会伤人
- ◇父母离婚后
- ◇别跟情绪过不去
- ◇男人其实很忧郁
- ◇女人的压力处方
- ◇界线对谈
- ◇为婚姻立界线
- ◇过犹不及
- ◇心理治疗入门
- ◇儿童与青少年焦点解决短期心理咨询
- ◇儿童注意力训练手册
- ◇儿童注意力训练父母手册
- ◇游戏治疗技巧
- ◇游戏治疗101
- ◇完形治疗:观点与应用
- ◇人际沟通分析——TA治疗的理论与实务
- ◇团体辅导工作概论
- ◇助人历程与技巧
- ◇西西弗斯也疯狂
- ◇梦的心电感应
- ◇诊疗椅上的谎言
- ◇临床督导工作理论与实务
- ◇弗洛伊德的近视眼

www.scupress.com.cn

E-mail:scupress@vip.163.com

Tel:028-85460736

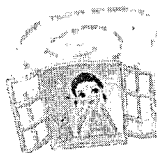
【推荐序】

贴近儿童世界 进入家庭互动

深受焦点解决治疗（Solution focused therapy, SFT）吸引的我，一听到有翻译书问世，便兴奋不已，所以，一拿到《克服逆境的孩子——焦点解决咨询的家庭策略》校稿，就迫不及待地开始浏览与阅读。

不出所料，本书是一本丰富且动人的好书。书中有着浅显易懂的理论原理、动人心弦的案例故事、清楚明白的工作步骤，以及作者于工作前后的精彩反思，可见此书是作者通过多年工作历练，提炼出的理论与实务紧密结合的经验精华，非常具有参阅价值，让人在阅读时常有“余音缭绕”的回想与思索。

阅读此书，我也有不少的启发与感触。本书让我最感震撼的是，作者能如此贴近儿童的世界、进入家庭的互动；虽然儿童的发展与家庭动力的理论并不令人感到陌生，但是如何将理论用于实践，找到适用的介入方式，则是一门艺术与学问，于是，家庭游戏与艺术治疗、叙事治疗的部分观点与技术，便被应用到后现代家庭治疗的焦点解决治疗过程中。而且，非常不容易的是，这样的介入，并没有失去 SFT 的精神与原则，反而使其展现出丰富多元性，并服膺了 SFT “有用就多做一点、无效就改做别的”的基本原则。而此发现也激励着我去思考，如何在日后的实务工作中进一步增添其开放性



克服逆境的孩子

——焦点解决咨询的家庭策略
Solution-Focused Therapy with Children

与弹性。

特别可贵的是，本书再次提醒我，SFT 其实也被归属为一种家庭治疗，或以 SFT 的语言来说，它可以用于个人，也可以用于家庭中；但在台湾地区，这样的应用性，其实是很少被强调的，实为可惜之处。因此，我希望也相信本书能给台湾地区 SFT 的发展带来新的推力，并提供给家庭与儿童治疗专业人士一些不同于前的视角。

感谢张老师文化公司为读者带来的这一阅读的饕宴，也希望本书的读者能在阅读的过程中截获所需！

中国台湾地区师范大学教育心理与辅导学系副教授

许维素

目 录

【推荐序】 贴近儿童世界 进入家庭互动 / 1

第1章 扩大可能性：针对儿童的整合性焦点解决咨询 / 1

有关儿童与咨询的误区 / 3

“弹性小超人”的研究为临床工作带来的启示 / 10

适合儿童的焦点解决咨询 / 15

儿童焦点解决短期咨询的整合演变 / 18

本书概述 / 33

第2章 “解决取向”的家庭评估晤谈：一个有效与全面的评估方法 / 35

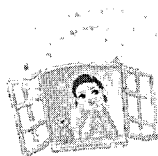
解决取向式家庭评估晤谈 / 37

心灵训练方法 / 39

找准“真正”的问题 / 44

意义创造：诱导出家庭问题 / 46





克服逆境的孩子
——焦点解决咨询的家庭策略
Solution-Focused Therapy with Children

在个案系统中评估“消费者”的改变 / 54

解决与改变：共同创造新的家庭生活 / 61

第3章 促成改变的方法：以提问作为介入

工具 / 77

促成改变的面谈方法 / 79

结 论 / 95

第4章 量身定做：治疗任务的设计、选择与完成指南 / 97

治疗任务的设计与选择——关键因素的最有效运用 / 99

如何产生有创意的问题解决策略 / 102

从不同的角度接近问题 / 107

结 论 / 115

第5章 家庭游戏与艺术治疗策略 / 117

主要的家庭游戏与艺术治疗任务 / 120

家庭发明 / 127

外化家庭游戏与艺术治疗的策略 / 133

创造性观想 / 140

诠释：审慎为之 / 147

结 论 / 148

第6章 后续咨询的治疗合作最佳化指南 / 149

“更好”的家庭 / 151

“综合意见”的家庭 / 153



“维持原状”的家庭 /	158
“更差”的家庭 /	161
强化解决之道：管理退步与受挫的 建构策略 /	169
结 论 /	170

第7章 共同建构改变：主持合作的对话 / 171

主持治疗师的角色 /	174
成功合作的关键因素 /	176
合作晤谈 /	180
案例精选 /	182

第8章 “不可能的”个案：从治疗突破到治疗失败 / 189

以儿童的“伙伴”为专家顾问 /	191
教导父母新的策略 /	194
进入反思团队 /	203
“无为”之道 /	206
失败的治疗也是一种收获 /	210
结 论 /	216

第9章 焦点解决咨询的未来 / 219

本书的主题 /	221
未来的方向 /	222

第 1 章

扩大可能性： 针对儿童的整合性焦点解决咨询

让天才感动，并鼓舞着他们卖力研究的事情，并非新点子，而是他们朝暮思想着的已经被人捷足先登的观念是否仍有不足之处。

——德拉克洛瓦 (Eugène Delacroix)



有关儿童与咨询的误区

美国前总统肯尼迪说过：“真理的最大敌人并非谎言——蓄意、图谋、不诚实的违心之说，而是神话——持续、蔓延、影响深远的无稽之论。”（Dawes, 1994）。治疗者常有一些执著的信念，如同印度人对神牛的崇拜，认为某些治疗方法最适合儿童。儿童咨询师认为，家庭治疗无法适当处理儿童的成长问题与家庭的内在冲突。而家庭治疗师则认为，儿童的症状显示出了家庭的内在矛盾，或是因此而出现的问题。另外，治疗师之间还有一个普遍信念，即认为儿童的治疗应该是长期性的。本章首先要排除一些针对儿童与治疗的常见误区，并说明为什么兼具整合性与灵活性的焦点解决咨询，是儿童与家庭临床治疗的有效模式。然后，我会介绍一些针对复原儿童所做的关键性研究成果，它们可以为我的主张提供支持。

我会遵照焦点解决咨询的基本模式，以及我所提出的六个方法，让治疗过程富有更多的弹性与选择。最后在结论部分，概要综述本书的其他篇章。

“儿童应该排除在家庭治疗之外？”

家庭治疗师在进行治疗时通常会让父母把儿童留在家中，让保姆照顾，或是让父母把儿童暂置在有人管理的等待室或游戏区。有些家庭治疗师认为在治疗过程中纳入儿童，会对他们造成“心理上的伤害”或是产生“极大的争议”。还有些治疗师认为，儿童无法参与咨询讨论，而且由于“理解能力上的限制”，也无法了解大人在说什么。



克服逆境的孩子

——焦点解决咨询的家庭策略

Solution-Focused Therapy with Children

然而，仍有几个很好的理由，可以把儿童纳入家庭治疗的晤谈中。首先，通过儿童的游戏与艺术创作，可以让我们了解家庭的问题所在（Zilbach, Bergel & Gass, 1972）。通常，儿童的游戏与艺术创作是某种隐喻，显示出他们如何看待自己，并暗示他们与家人的关系。从儿童的游戏与艺术创作中能找出其他家庭成员的信息，可以以此增强家庭成员间的相互理解，改变无益的家庭观念与无效的亲子互动。凯丝与魏塔克（Keith and Whitaker, 1994）主张：“游戏是扩大家庭现实的媒介。”其次，由于游戏与艺术创作调动了儿童自我性与积极性，让他们成为共同的治疗师，帮助父母解决问题。最后，儿童在家庭咨询时出现，可以提供更多的机会，让治疗师为他们与父母之间建立起积极的、有意义的互动。

“有过创伤的儿童，长大后将成为情绪有缺陷的大人。”

毫无疑问，有些儿童因为父母的虐待，或经历过挚亲的死亡，造成了感情创伤，大半辈子都萦绕难解。创伤对于儿童交际能力的危害，文献上的例证不胜枚举。然而，过去几十年来这些文献却鲜少被论及，成长中的个体是非常有弹性的，针对这些有挫折忍受力个体的研究已经证实，有过多重创伤经历的儿童，有能力成长为“功能运作”良好的大人。戛米齐（Garmezy, 1991）指出，这些个体所表现出的特征是“尽管有情绪性的干扰、冲突，却有能力维持正常的功能运作。”崔波与巴雷特（Trepper and Barrett, 1989）针对性虐待治疗领域某些被广泛接受的概念评论说：

“性虐待会造成严重的情绪问题，已经得到普遍的认同……大多数治疗师根本不会质疑它，甚至以此观点为自己的强制治疗作依据。殊不知，性虐待对儿童所造成的后遗症，其研究结果仍然莫衷一是。”

夏米齐(1993)同时认为,由于对受虐儿童缺乏足够的长期追踪研究,因此受虐儿童长大后将成为虐待者的这种广泛认识,无法获得肯定。

莫兹蔻维丝(Moskovitz, 1983)主持了一个开创性研究,探究第二次世界大战纳粹集中营中大屠杀的生还者,如何面对地狱般的恐怖经历。她发现被研究的对象中没有人企图自杀,成为酗酒者或吸毒者,或是精神异常。莫兹蔻维丝认为:“坚忍的灵魂与宁静的生命尊严,是他们持久耐力的一部分。”她更补充说:

“虽然这些人在童年受尽折磨,也被严重剥削,但是他们却一点也不贪心,也没有以我为先,或因为别人亏欠他们所以必须补偿的观念;相反,多数人表现出同情别人的态度。”

费斯丁格(Festinger, 1983)对小时候就被安置在寄养家庭,直到青少年阶段的277名青少年进行了长期调查。他们中许多人受过情绪与身体上的虐待,或被遗弃,他们的父母有的罹患精神疾病、吸毒,有的离家或死亡。其中69%的孩子换过三至四个寄养家庭或福利机构。将这277名青少年的情况与密歇根大学社会研究院(Institute of Social Research at the University of Michigan)所做的全国性调查作对比,有如下发现:虽然被寄养的孩子学业程度较低,但是他们的受雇比率、健康与疾病状况,以及对自己的感觉、未来希望、目前的幸福感等项目的评价,与密歇根大学的研究样本大致相同。费斯丁格(1983)指出,被寄养的青少年,在接受调查时很大方,展现出开放、乐于配合的态度,对自己的生活侃侃而谈,并希望能借此帮助别人。

先前许多研究都没有提到,这些青少年拥有某些独特的“保护因素”(protective factors),这些“保护因素”帮助他们面对童年期



克服逆境的孩子

——焦点解决咨询的家庭策略

Solution-Focused Therapy with Children

的多重压力与各种危机的“袭击”。缺少了这些“保护因素”，如交际能力与养育的支持系统（Garnezy, 1994），研究对象在成人之后的生活可能变成另一种模样。本章后面将进一步讨论“保护因素”在调适历程中的角色，以及针对弹性个体的研究将带来何种临床上的启示。

治疗受过创伤的儿童，我们需强化他们的精神力量，让他们成为自己生活的主宰。我们可以传达出乐观的态度，诱导出他们可以发挥的潜在能力，尊重他们的防卫心态，且在他们准备好时，给予足够的空间让他们讲述自己的痛苦。身为治疗师，要有足够的敏感度，认知到我们的理论与个案的互动，将决定我们会看到什么。如果我们以“负面”的模式操作，那么必然看到的只是缺陷，使自己变成“修理工”。只有激发出治疗对象的潜在能力及目前生活中“运作正常”的部分，才能帮助这些儿童，让他们找到属于自己的积极的目标与方向。

“在治疗计划与问题解决过程中，儿童可以出现，但不能表达意见。”

这种情况随处可见，儿童在以他们为主的治疗或学校教学计划中，完全没有发言权。而且，当某个家庭接受咨询时，父母的目标成为优先的治疗焦点，治疗师完全不考虑儿童会有什么样的目标。在对受虐儿童的咨询中，这种情形更是常见。受理大多数的儿童受虐个案时，治疗师、儿童保护机构的人员，以及其他各大机构的相关人员，一手决定受虐儿童与家庭的治疗目标和治疗计划。在学校里，学校教职员会议通常会为儿童量身定做个别的教育计划，可是作为接受教育的儿童本人，在制订计划时经常被排除在外，如果他们够幸运，顶多受到邀请，在会议结束之际聆听这个学年的特别教育计划或分班情况。对于个别的教学计划，儿童没有任何发言机会。

在对儿童与他们的家庭进行治疗时，我会邀请儿童表达他们的意愿与期望。我相信，同时倾听父母与儿童的目标是可能的。另外，我还会研究儿童与他们的兄弟姐妹或师长在相处上是否有问题，因为他们表达出希望我能介入协调的期望。为了帮助被贴上“坏孩子”标签的儿童，我常建议父母做个小实验，当“坏孩子”出现在天使般的“好孩子”身边时，不妨仔细观察他们的行为，只要观察一星期就好。通常父母都会发现，反而“好孩子”是挑起事端者，但最后的责任却都由“坏孩子”承担。这个介入的方式很有帮助，可以显示出当前问题中的互动要素，同时改变父母的观念，即他们认为问题都是由“坏孩子”造成的。最后，只要有可能，任何可以参与的会议，包括学校教职员会议以及各大型机构的代表人员会议，我都会把儿童纳入其中。

最近对于儿童接受家庭治疗的研究中显示，儿童希望能够在家庭咨询时出席，而且在问题解决过程中，可以参与并发言讨论。同时，态度温和与亲切的治疗师，最受儿童欢迎（Stith, Rosen, McCollum, Coleman, & Herman, 1996）。这项研究提供的科学依据，帮助我们了解了儿童参与自己的治疗，并在参与过程中有发言权的重要性。

“严重而且习惯性的儿童偏差行为，需要更大规模与更复杂的‘解决策略’。”

我在先前的著作（Selekman, 1993）中曾经讨论过治疗对象为何变得“难以收拾”的演变过程。基本上，所谓“难以收拾”的治疗对象，均接受过五花八门的治疗（Watzlawick, Weakland, & Fisch, 1974），然而治疗对象与他们家庭的问题却毫无进展，家庭成员间的关系也日趋恶化，几乎集合了DSM-IV（《精神疾病诊断与统计手册》第四版，American Psychiatric Association, 1994）所有的