

残疾人团体心理辅导 实践与操作

张翔 黄凌谊 编著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

残疾人团体心理辅导 实践与操作

王健 王健 王健



中国美术学院出版社

残疾人团体心理辅导 实践与操作

张翔 黄凌谊 编著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

残疾人团体心理辅导实践与操作/张翔,黄凌谊编著. —北京:北京大学出版社,2012.11

ISBN 978-7-301-21516-6

I. ①残… II. ①张… ②黄… III. ①残疾人-心理辅导 IV. ①R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 258953 号

书 名: 残疾人团体心理辅导实践与操作

著作责任者: 张 翔 黄凌谊 编著

责任编辑: 陈小红

标准书号: ISBN 978-7-301-21516-6/B·1081

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址: <http://www.pup.cn> 电子信箱: zpup@pup.pku.edu.cn

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62752021 出版部 62754962

印刷 者: 北京大学印刷厂

经 销 者: 新华书店

730 毫米×980 毫米 16 开本 21.75 印张 380 千字

2012 年 11 月第 1 版 2012 年 11 月第 1 次印刷

印 数: 0001—4000 册

定 价: 42.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话:010-62752024 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn

序 一

我国残疾人有 8500 万, 堪比德国人口, 是一个不小的特殊社会群体, 尽管在中国 13 亿人口中, 他们过着“隐士”一般的生活, 在马路上、公交中、商场里, 很少见到他们的影子。他们有着一般人的心理, 追求着自信、自尊、价值和幸福, 也有着不一般的压力与苦闷, 并且, 他们的特殊心理因残疾种类差异、程度高低与时间长短又各有各的不同。他们需要全社会的关怀与服务, 更需要直接的心理辅导与援助, 其中有一对一的个体咨询, 也有团体心理辅导。

团体心理辅导是在团体情境下的心理辅导形式, 在学校、企业和社会中有着广泛的应用, 在当今中国正方兴未艾。面向残疾人的团体心理辅导旨在通过残疾人团体的交往互动, 促使个体进行观察、体验和思考, 进而重新认识自我、调整人际关系、学习新的态度与行为方式, 最终促进良好的适应与发展。这种形式的心理辅导对残疾人非常意义, 同时对实施者又非常有挑战性。

深圳市残联就有这么一支心理咨询师团队, 胸怀一颗爱心, 敢于接受这种挑战, 多年来, 坚持在社区为残疾人及其相关人员开展团体心理辅导服务, 积累了大量的鲜活案例和实践经验。现在, 他们对这些工作进行整理, 形成了这本《残疾人团体心理辅导实践与操作》。这本书不仅介绍了团体心理辅导的主要理论、核心概念与基本特征, 更重要的是系统地阐述了残疾人的心理特点、残疾人团体心理辅导的实施过程、操作技术与实践案例, 字里行间紧扣着如何帮助残疾人积极调节情绪, 有效应对压力, 提升自信和自尊, 重立进取向上的人生态度, 建立和谐友爱的人际关系, 做一个对社会有价值的、终生幸福而快乐的人。

这本书开启了我国残疾人团体心理辅导工作的先河, 俨然成了当下我国残疾人心理工作者和相关工作人员的实用工作手册。这本书的出版发行不仅有助于推动残疾人团体心理辅导工作的发展, 对普通人群团体心理服务工作也会有所启示。但愿这本书能够引发更多的有志之士对残疾人团体心理辅导的关注与投入, 创作出更多的像这样既有理论又有实践的操作手册或者实践指南来, 为残疾人的心理健康做贡献。

刘儒德

北京师范大学心理学院

2012 年 7 月 26 日

序 二

2008年,我有幸应邀参加深圳市残联举办的残疾人“人人享有康复服务”工作会议暨培训班,在会上参加精防专家组座谈时,第一次听说深圳市组织开展残疾人社区心理辅导讲师团的事情,于是产生了兴趣。同年10月,我参加了国家专家组对深圳市残疾人“人人享有康复服务”工作进行审评验收,深圳残联开展的残疾人心理服务工作成为一个亮点。

自2006年深圳市残联创新开展了残疾人心理辅导工作以来,这项业务取得了长足发展。组织一批热心为残疾人服务的心理学专业工作者,成立了心理辅导讲师团,在社区普遍建立了心理辅导室,普及实用心理康复知识;编制了心理咨询服务档案;编写了丰富多样的普及读物;采取个案辅导和团体辅导相结合的方式,为许多残疾人消除了心理障碍,为残疾人回归社会奠定了坚实的心理基础。

众所周知,受自身残疾和外界环境的双重影响,残疾人不同程度地存在各种心理障碍,他们迫切需要给予专业性辅导,以实现坚强面对残疾、积极进行康复、立志自强贡献社会的目标。然而社区残疾人心理康复服务工作在我国尚属薄弱。可喜的是,在深圳市残联精心组织和专业工作者努力下,他们大胆实践,在实践中不断提高,已探索出系统、规范化地向残疾人及其家属提供心理辅导和服务的经验和做法,同时又注重专业水准的提升,撰写了数十篇论文。

这本书是作者多年来为残疾人提供心理服务的结晶,体现了专业人员服务残疾人的热情与敬业精神。相信这本书为我国其他地区开展社区残疾人心理服务工作提供了可借鉴之处。心理辅导与服务丰富了残疾人社区康复服务内容,也加深了残疾人“人人享有康复服务”的内涵!

祝贺这本书的诞生!

感谢深圳市残联和专业工作者做出的贡献!

期盼更多的残疾朋友享有心理康复服务!

赵悌尊

中国残疾人康复协会 副理事长

2012年7月27日

前 言

截止 2006 年 4 月 1 日我国残疾人数为 8296 万,占全国总人口的比例为 6.34%。这 8296 万残疾人加上直系亲属,涉及全国近 3 亿的人口。残疾人因身体的残疾而普遍存在与健全人不同的心理和社会问题,残疾人的心理问题和社会问题不仅具有普遍性和特殊性,而且与健全人相比更具有持久性和复杂性的特点。残疾人作为我国弱势群体的重要组成部分,已成为当前值得关注的社会问题。残疾人的身心健康不仅影响着个人的幸福和家庭的和谐,也关系到社会的文明和进步。因此提高残疾人的心理健康水平,有利于减少心理问题,减少家庭、社会冲突的发生,增强其幸福感,为和谐社会的建立创造条件。

2008 年我们在残疾人心理健康服务中尝试开展团体辅导,一直在“摸着石头过河”。在这个过程中,我们经历了种种困难。由于国内关于残疾人团体辅导的文献资料很少,起初,团体辅导方案和实施按一般人群的团体辅导进行,结果团体辅导效果不尽人意,适应于一般人群的团体辅导课程、方案、甚至“游戏”,大部分残疾人无法完成,也难以引起他们的兴趣、共鸣和激活他们参与的动力。而以团体行为疗法为理论依据,结合残疾人心理特点而创新的团体辅导方案,特别是自主设计的“游戏”如“八段操”、“孔雀舞”等,经过不断的尝试和反复的实践,深受残疾人的喜爱,团体辅导效果明显,反响良好。

从 2008 年至今的近四年时间里,我们开展的团体辅导共计 1000 多场。在开展团体辅导工作的同时,笔者一直注重收集、整理资料,留下了许多宝贵的资源。越来越多的同行问:“你们已积累那么多残疾人团体辅导的经验,怎么不出版一本书,让我们借鉴一下呢?”笔者抱歉地说:“资料正在整理,还没有系统详细的进行,如案例还没有详细记录等。”他们总会带着失望同时也是带着期盼的目光……,怎么迟迟不动手完成这本让人期盼的书稿呢?也许觉得还不到写书的时候,还在等待着什么。现在想来,是在等待更多的实践与更丰富的案例。

书中的 100 多个游戏是笔者从 1000 多场团体心理辅导中反复操作过几遍甚至是几十遍的游戏中精选出来的,既简单易学,操作性又强;团体辅导实施案例是受到残疾人士的喜爱、欢迎而整理出来的。本书显著的特色不仅是理论阐释和实际操作的有机结合,更重要的是给同行提供了大量具有实用性典型团体辅导方案、流程、实施案例,可以这样说,本书是笔者多年来在残疾人团体辅导领

域孜孜不倦地研究、实践的一个阶段性的总结。希望本书能够给从事残疾人团体辅导工作的专业人员,和对残疾人团体心理辅导感兴趣的广大教育工作者提供理论与实践的参考与借鉴,让更多的残疾人从中受益。

在这里,要特别感谢华文心理咨询师,他自创的“八段操”、“孔雀东南飞”等游戏,能够很快地调动起团体现场的气氛,深受残疾人士的欢迎。

感谢杜运洪、欧竹青、陈佳、丁建文、万卉彬、张攀心理咨询师在本书编写前期,收集并提供了大量资料和案例,鼎力配合让本书如期出版。

衷心感谢北京师范大学心理系教授、博士生导师刘儒德先生,中国残疾人康复协会副理事长赵悌尊研究员,在百忙之中为本书的出版作序,最后也要感谢北京大学出版社的编辑们为本书所付出的努力。

2012年7月30日于深圳

目 录

第一章 绪论	1
第一节 关于团体的概述.....	1
第二节 团体辅导、团体咨询与团体治疗	4
第三节 团体的创建.....	7
第二章 团体心理辅导的主要理论	13
第一节 心理分析团体疗法	13
第二节 个人中心团体疗法	18
第三节 理性情绪团体疗法	20
第四节 格式塔团体疗法	21
第五节 行为主义团体疗法	24
第三章 团体领导者	27
第一节 基本定义	27
第二节 团体领导者的特质	28
第三节 团体领导者的角色与功能	32
第四节 团体领导者的职业伦理道德	33
第五节 团体领导者的专业训练	35
第六节 团体领导者的技术	37
第四章 残疾人团体心理辅导	46
第一节 残疾人	46
第二节 残疾人的心理特点	52
第三节 残疾人团体辅导	60
第四节 残疾人团体辅导的组织实施	69
第五章 残疾人团体心理辅导的应用	75
第一节 残疾人团体心理辅导的理论基础	75
第二节 残疾人团体心理辅导准备阶段	80
第三节 残疾人团体心理辅导初始阶段	87

第四节 残疾人团体心理辅导工作阶段	94
第五节 残疾人团体心理辅导结束阶段	103
第六章 残疾人团体心理辅导设计方案	112
第一节 自信心团体	113
第二节 社会适应团体	121
第三节 情绪管理团体	128
第四节 人际关系团体	137
第五节 身心保健团体	147
第七章 残疾人团体心理辅导游戏汇编	164
第一节 游戏在团体辅导中的作用	164
第二节 身心保健篇	167
第三节 社会适应篇	175
第四节 人际沟通篇	184
第五节 情绪管理篇	193
第六节 自信成长篇	201
第七节 竞争合作篇	210
第八章 残疾人团体心理辅导实施案例	219
案例 1 沟通礼仪	219
案例 2 春季与情绪	222
案例 3 秋情画意	225
案例 4 人际交往	228
案例 5 认识情绪	232
案例 6 携手起航	235
案例 7 专注与情绪	242
案例 8 心理康复	246
案例 9 季节与情绪	257
案例 10 秋季与情绪	260
案例 11 运动与情绪	263
案例 12 颜色与情绪	266
案例 13 压力与情绪	270
案例 14 大运与生活	273
案例 15 我们的大运会	278
案例 16 协同合作	280
案例 17 心身与健康	285

案例 18 阳光照亮心灵	289
案例 19 舞蹈与情绪	293
案例 20 习惯与自信	298
案例 21 非语言沟通	301
案例 22 音乐与情绪	305
活动附录	311
附录 1 “机会与命运”问题卡	311
附录 2 “棒棒大富翁”游戏纸	311
附录 3 《我在这里》歌词(2011 年深圳大运会志愿者主题歌)	312
附录 4 深圳特色	312
附录 5 《北京欢迎你》(唱时“北京”改成“深圳”)	313
附录 6 《幸福拍手歌》歌词	315
附录 7 《情绪拍手歌》歌词	316
附录 8 八大类情绪词语	316
附录 9 一封信	317
附录 10 口耳相传	317
附录 11 一个故事	317
附录 12 倾听能力测验	317
附录 13	318
附录 14 长颈鹿的选择	319
附录 15	319
附录 16 《团体基本规范》	319
附录 17 健康知识资料	320
附录 18 运动参考知识	321
附录 19 《健康歌》歌词	322
附录 20 饮食健康资料	323
附录 21 《朋友》歌词	327
附录 22 颜色与着装	328
附录 23 《乌龟与乌鸦》	329
附录 24	329
主要参考文献	331
致谢	333

第一章 绪 论

第一节 关于团体的概述

一、团体定义

关于什么是团体这个问题,不同的学者有不同描述。著名的社会心理学家勒温(Lewin,1948)从团体动力学的角度认为,不管团体的大小、结构以及活动如何,所有称为团体的都需要建立在其成员彼此互动的基础上。Hamans(1950)指出,所谓团体是指一群人彼此互相沟通一段时间,以使每个人不需要他人,能与其他人面对面地沟通。肖(1980)认为,团体是指两个人或两个以上的人彼此互动并相互影响。贝斯(1960)指出,团体是指一群人的集合,团体的存在对于他们有报偿的价值。

在心理辅导领域中,所谓团体是指在一定的目标引导下,通过成员之间的互动,满足成员一定的心理需求的组织。具体可以从四个方面来理解:

1. 团体是一种有序的组织

团体并不是一群人的简单组合,而是具有一定的组织结构。在大部分团体中,成员之间的关系是稳定且有序的。团体的组织性取决于团体角色、团体规范和成员间关系这三个要素。每个成员在团体中都在扮演着一定的角色,如领导者、协同者、观察者、攻击者等。团体规范则是成员都必须遵守的行为准则,它保证团体目标和团体利益的实现。团体成员之间的关系是一种人际关系,它对团体功能与效率产生直接或间接的巨大影响,例如,成员间的关系是紧密型的,还是松散型的;是专制型的,还是民主型的。

2. 团体必须有一个共同的目标

团体通常是为了一定的目的而存在的,成员聚集在一起来完成他们独自一人时没有办法完成的某种工作。在团体实现其目标的过程中,成员共同解决问题、分享交流、切磋技艺,以及满足个人的归属感、安全感、自尊感和爱的需要。

3. 团体成员之间具有互动性

团体成员借助语言、非语言方式相互交流和分享彼此的感受。互动是团体达到目标的重要条件,它促成了个人对自己和对他人的觉察,并从中学习、支持、反馈,从而实现自我的成长。

4. 团体具有整体感

团体中的每个成员都是团体的一分子,与团体休戚相关,荣辱与共。团体不是个体的简单集合,而是成员之间相互依存的共同体。

二、团体类型

团体的类型非常多,可以按照不同的标准把团体分成不同的类型。

1. 根据团体的目标分类

(1) 教育团体。团体领导者为团体成员提供不同主题的信息,承担着教育者的角色和引导成员讨论的角色。

(2) 讨论团体。成员围绕某一共同主题展开讨论,其目的是为成员提供一个交流想法和交换信息的机会。领导者主要是充当促进谈话的角色,以及保证成员们的讨论不偏离主题。

(3) 任务团体。它是为完成一个特定的任务而形成的团体。任务团体有很明确的目标,会面一次或几次。

(4) 成长团体。它由希望置身于团体中体验、感觉或者希望对自我进行探索的成员组成。成长团体为每个成员提供探索与发展个人目标以及更好地理解自我与他人的机会。领导者在营造友好、分享与倾听的群体氛围上起着重要作用。

(5) 咨询与治疗团体。它由一位咨询师或治疗师和一些带有相似心理与行为问题的成员组成。咨询师或治疗师为成员提供心理帮助,团体的注意力集中于不同的个体和问题。通常咨询师或治疗师会扮演一种主控的角色来指导团体咨询的进程。

(6) 支持团体。它由一些具有某些共同之处的成员组成,可能是天天见面,也可能是一周一次、一月一次或两次。支持团体中的成员交流思想与感受,帮助彼此检验某些问题和解决忧虑。

(7) 自助团体。它是由一些具有共同兴趣或面对相同的困难的人组建的一个群体支持系统,它强调成员之间的自助性和团体内部资源的利用。自助团体的领导者往往不是专业人员,他(她)与团体成员一起努力去克服困难或处理问题。

2. 根据团体辅导的组织模式分类

(1) 发展团体。它是应用最为广泛的辅导团体形式,其主要目的是通过团体成员的主动参与,有效地表达自我,找到伙伴共同的兴趣与目标,在此基础上通过交流、互动、体验和反思,得以自我成长与自我完善。

(2) 训练团体。它重视团体成员人际关系技能的训练,着重通过团体背景下的行为演练培养成员解决问题的能力。一般来说,训练性团体过程包括三个阶段:原有态度解冻阶段、敏感性训练阶段和新态度、行为模式的巩固阶段。

(3) 治疗团体。它是通过这种辅导团体的特有的治疗性因素,来改变成员的人格结构,实现心理康复的功能,一般持续较长的时间,所处理的问题也较严重,其核心放在过去经验的影响以及个体的潜意识因素,同时或多或少必须改变个体的人格结构。

3. 根据团体成员的背景相似度或问题的性质分类

(1) 同质团体。所谓同质团体是指团体成员的年龄、性别、学历、生活经历、心理问题具有一定的相似性,其优点表现在:团体成员因背景、条件的相似性而有许多共同语言、共同体验,相互之间容易沟通,能互相关心,不会感到孤立,似乎有一种同病相怜的感觉,并且成员可以从其他成员身上受到启发。

(2) 异质团体。它是指团体成员的自身背景条件、个人特质或所遇到的问题的差异性很大,情况比较复杂。这类团体的成员常常因为志不同、道不合、话不投机而难以沟通和建立信任关系,从而阻碍团体的正常发展。

4. 依据团体成员的固定程度分类

(1) 封闭式团体。它是指从第一次团体聚会到最后一次团体聚会,其参加成员保持固定不变的团体,成员有较高的和谐性和认同感,在团体进行过程中是不允许吸纳新成员加入的。

(2) 开放式团体。它是指参加团体的成员并不固定,新成员有兴趣可以随时加入,老成员可以随时离开的团体。

5. 根据团体辅导活动有无计划与目标分类

(1) 结构式团体。它是指为了帮助成员学习,事先做了充分的计划和准备,根据团体所要实现的目标来设计相应活动程序和引导成员积极参与。其优点表现在:团体目标明确、活动安排的程序化、领导者与成员的角色明确、重视团体互动气氛、改善成员的目标行为、有团体焦点主题等。

(2) 非结构式团体。它是指不刻意安排有程序的固定活动,强调成员的自主性的团体。领导者对团体较少承担责任,其主要任务是促进成员的互动,对团体目标与方法很少介入。团体目标与团体进程由成员在互动中自己探究。

6. 根据团体领导者的理论取向分类

精神分析团体、行为主义团体、理性情绪治疗团体、心理剧团体、会心团体、现实治疗团体、存在治疗团体等。

三、团体发展过程

由于不同的团体咨询参加成员不同,目标不同,活动方式不同,所以每个团体辅导都会经历不同的发展。但是,无论什么形式的团体辅导,大致都有四个阶段,即团体的准备阶段、初始阶段、工作阶段和结束阶段。

1. 准备阶段

万事开头难,团体成员在团体辅导的准备阶段,最重要的心理需求是获得安全感。领导者的主要任务是协助成员相互间尽快熟悉,增进彼此了解,澄清团体目标,订立团体规范,建立安全和信任关系。

2. 初始阶段

这一阶段团体成员最重要的需求是被真正接纳和有归属感。领导者的主要任务是提供鼓励与挑战,使成员能面对并且有效地解决他们的冲突和消极情绪,以及因焦虑而产生的抗拒,使团体进步到彼此能有效地建立成熟关系的阶段。

3. 工作阶段

这一阶段是团体辅导的关键时期。团体成员最主要的需求是利用团体解决自己的问题。团体发展到这个阶段,团体凝聚力和信任感已达到很高的程度。团体成员较愿冒险,让别人更深入了解自己,并改变自己。成员间的冲突能直接且有效地处理,彼此坦诚自由地表达及反馈。此时的领导者要开放自我,分享其他成员的感受,并设法使成员在团体进行过程中集中注意力,朝向团体目标和个人目标,做有益的改变。

4. 结束阶段

在团体结束阶段,团体成员主要是对自己的团体经验作出总结,并向团体告别。领导者的主要任务是给予成员时间、机会处理团体中的未完成的事件,帮助成员整合团体中其所决定的事情,还要使成员能够面对即将分离的事实,给予成员心理支持,并协助成员整理归纳在团体中学到的东西,肯定成长,鼓舞信心,将所学的技能应用于日常生活中。

第二节 团体辅导、团体咨询与团体治疗

心理学研究证明,人类的生活方式离不开团体。在日常生活中,每个人随时

都要与各种人打交道,建立各种形态的人际关系。而人的心理适应主要是人际关系的适应。许多心理问题往往根源于不良的人际关系。

团体根据运作的方式可归纳为团体辅导、团体咨询和团体治疗三大类型。

一、团体辅导

团体辅导主要强调的是在认知或知识层面的功能,主张用间接的方法来改变人的思想或行为。团体辅导的主要目标在资料的提供或知识的获得,以作为个人拟定计划或做决定的参考,其功能是属于预防性和发展性的。团体辅导通过团体中人际交互作用以帮助个人成长。通过团体历程的学习与互动,促进个人的身心发展,学习技能,获得正确的资讯,从而了解自己、接纳自己、完善自己或实现自我。

团体辅导提供了适当的情境,成员在共同的活动中彼此进行交往、相互作用,并由此产生了一系列诸如人际关系、暗示、模仿、气氛、感染、社会知觉等社会心理现象,使成员能够在一系列心理互动的过程中,探索自我,解决他们在生活、学习、交友、感情、择业等方面的困扰。团体辅导重视每个成员的成长与发展,即借团体的形式,帮助个人成长。

阿勃克(D. S. Arbuckle)曾列举出团体辅导的 10 项特征:① 团体经常具有共同的目标;② 讨论多半是属于知识性的,通常并不与个人有关联,而是与团体的重要课题有关联;③ 重点放在讨论内容上;④ 特别注重团体本身的利益与学习;⑤ 由实行评价及判断任务的领导者时常加以评价;⑥ 团体成员对于他人的态度不会有很大的改变;⑦ 团体的主要目的是知识的增加和了解;⑧ 团体活动通常是以领导者为中心;⑨ 团体活动将会导致形式和组织类型的变化;⑩ 团体辅导的人数可以相当多。

二、团体咨询

1. 团体咨询

团体咨询的对象一般是具有暂时性或持续性困扰的人,目标是在提升或改变成员的思想、观念、态度或行为。团体咨询同时具有预防性、发展性和矫正性的功能。

团体咨询通常由一位或两位咨询师主持,一般称为团体领导者,团体领导者根据成员问题的相似性,组成课题小组,通过共同商讨、训练、引导,解决成员共同的发展课题或共同的心理障碍。团体的规模因咨询目标的不同而不同,少则 3—8 人,多则十几人,甚至几十人。通过团体聚会、活动、交流,共同讨论大家关

心的问题,相互支持,鼓励分享,使成员了解自己,接纳他人,改善人际关系,增加社会适应性,促进人格成长。

2. 团体咨询的特点

团体咨询与个别咨询最大的区别在于求助者对自己问题的认识及解决是在团体中通过成员间的交流、相互作用、相互影响来实现的,这就使得团体咨询具有独特的优势:

- 团体心理咨询感染力强,影响广泛;
- 团体心理咨询效率高,省时省力;
- 团体心理咨询效果容易巩固;
- 特别适用于需要改善人际关系的人。

由于团体心理咨询的独特之处和积极的效果,在国外及我国的港、台地区已得到广泛的发展,应用于学校、企业、医院、社区、司法等各个领域。

三、团体治疗

团体治疗是在一个正式组成且受保护的团体中进行。其治疗的方式是经由特别的设计且是在控制下的互动行为,目的是协助成员人格和行为的改变。团体治疗的对象非一般正常人,而是有严重情绪问题的患者,如焦虑症、抑郁沮丧者等,因此,必须有心理治疗师来主持进行矫正。团体治疗尝试让患者再度去体验过去痛苦的或创伤性的经验,然后帮助他们重建外在的支持系统及学习适应行为,重新获得洞察事物的能力。团体治疗技术偏重针对过去潜意识里的思想、情绪作深入的心理和行为解析,且必须在医疗机构中作较长期性的治疗。

四、三者的异同

团体辅导、团队咨询和团队治疗三种运作方式有联系也有区别。三者的联系表现在遵循的理论与使用的方法相似,其功能有着部分的重叠;只是服务的对象、介入的层面等不同,对领导者的学术背景和要求也不同(见表 1-1)。团体辅导是有计划、有主题的活动,由领导者决定团体走向及团体动力的开展。团体咨询重点在关系的建立,领导者多用同理心和咨询技巧,由成员决定团体焦点,以现在为导向。团体治疗以个人发展为主,主要围绕深层的分析及探讨,领导者须接受长期的专业训练。