



现代警官高等职业教育规划教材

服刑人员心理矫治

FUXING RENYUAN XINLI JIAOZHI

主 编◎秦海莲 吴春辉

副主编◎杜仁义 周 健



中国政法大学出版社

现代警官高等职业教育规划教材

服刑人员心理矫治

主 编 秦海莲 吴春辉

副主编 杜仁义 周 健

撰稿人 (以撰写内容先后为序)

秦海莲 吴春辉 周 健

杜仁义 贾旭红 阴胜玲

中国政法大学出版社

2015·北京

- 声 明
1. 版权所有，侵权必究。
 2. 如有缺页、倒装问题，由出版社负责退换。

图书在版编目（C I P）数据

服刑人员心理矫治 / 秦海莲，吴春辉主编. —北京：中国政法大学出版社，2015. 2
ISBN 978-7-5620-5896-0

I. ①服… II. ①秦…②吴… III. ①犯罪分子-心理健康-健康教育 IV. ①D916. 7

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第024458号

出 版 者	中国政法大学出版社
地 址	北京市海淀区西土城路 25 号
邮 箱	fadapress@163.com
网 址	http://www.cuplpress.com (网络实名：中国政法大学出版社)
电 话	010-58908435 (第一编辑部) 58908334 (邮购部)
承 印	固安华明印业有限公司
开 本	720mm×960mm 1/16
印 张	17.25
字 数	310 千字
版 次	2015 年 2 月第 1 版
印 次	2015 年 2 月第 1 次印刷
定 价	37.00 元

现代警官高等职业教育规划教材

编审委员会

顾问

崔国红 山西省司法厅厅长
句轶旺 山西省监狱管理局局长
王 伟 山西省戒毒管理局局长

编委会主任

李效民 山西省监狱管理局政委

编委会副主任

谭恩惠 山西警官职业学院党委书记 教授
许文海 山西警官职业学院院长 高级法官
杜仁义 山西警官职业学院副院长 教授

编委会成员

李麦样 山西警官职业学院教务处处长 副教授
王春芳 山西警官职业学院教务处副处长 副教授
赵秀伟 山西警官职业学院监所管理系主任 副教授
寻会云 山西警官职业学院应用法律系主任 副教授
刘贵强 山西警官职业学院信息工程系主任 副教授
张 勇 山西警官职业学院安全防范系主任 高级政工师
谢宽物 山西警官职业学院公共基础教学部主任 副教授
杨海娥 山西警官职业学院政治理论教研部主任 副教授
陈国伟 山西警官职业学院警体教学部主任 副教授
贾建斌 山西警官职业学院中等职业技术教育部主任 高级政工师



编写说明



警官类高等职业教育如何实现与政法行业人才需求零对接,是目前一个亟待解决的重大课题。山西警官职业学院坚持“就业导向、能力本位”的宗旨,在专业建设、课程建设、实践教学条件建设、师资队伍建设、教学信息化建设和教学质量监控等方面做了大量有益的探索,取得了较大成效,本次推出的系列规划教材正是其中一项改革尝试。本套教材在编写过程中,坚持“课岗融合”理念,力求兼顾高等职业教育教学和干部培训需要,在教学内容和教学结构重组方面作了大胆的改革与创新,希望通过本套教材的实践,进一步推动教学过程的职业化、项目化和任务化,为提高教育教学质量奠定良好基础。

本系列教材的主要特点有:

1. 校行合作编写,职业特色明显。本系列教材注重校行合作,所有教材均有行业专家或一线骨干教师参与编写和审稿,从教材内容的选取到专业术语的组织,均经过行业人员的审核把关,突出了相关职业或岗位群所需实务能力的教育和培养,保证了教材与行业实际工作的对接,具有很强的实用性。

2. 体例设计新颖,方便学生学习。本系列教材针对各课程教学目标需要,在体例上设置了学习目标、引导案例(或新闻素材)、案例评析、实务训练、延伸阅读、思考练习等相关教学项目,引导学生快速掌握学习内容,促进学以致用,丰富教学形式,拓宽学习视野,促进巩固提高。

3. 理论联系实际,注重能力培养。本系列教材针对警官类高职学生的特点,以职业岗位需求为导向,选用了大量的案例、资料和实务素材,将我国现行法律、法规、司法解释和岗位工作标准要求,与案例、材料分析、实务操作紧密结合,使学生能够更为直观地体会法律的适用,体验工作的情境和流程,增强学生的综合能力。



本系列教材共9本，在其编写过程中借鉴吸收了相关教材、论著成果和网络媒体资料，中国政法大学出版社给予作者们大力支持和指导，责任编辑在审读校阅过程中更是付出了辛勤的劳动，在此一并表示谢忱！由于受作者的理论水平和实践能力限制，加之时间紧、任务重，教材中难免出现不足和疏漏，敬请专家、学者、实践工作者批评指正。

现代警官高等职业教育规划教材编审委员会
2014年12月



前言



服刑人员心理矫治是一项专业性和操作性很强的工作，也是一项正在不断完善的工作。通过对山西省若干监狱的调查，我们了解到，多数监狱服刑人员心理矫治工作还处在探索与完善之中，目前主要进行的是服刑人员心理测验和服刑人员心理健康教育，心理咨询工作还没有全面展开，心理治疗工作开展得很少。同时，司法警官类院校学生将来的就业主要是面向监狱及相关机构，也需要开展相应的服刑人员心理矫治专业训练。基于这样一种现状，我们编写了本教材，希望可以既服务于实践单位，又服务于学生的学习。

根据《教育部关于全面提高高等职业教育教学质量的若干意见》（教高2006第16号文件）的精神，高等职业教育要体现校企合作、课岗融合、能力本位。结合山西省监狱系统关于服刑人员心理矫治工作的实践，我们将服刑人员心理矫治工作的任务分为心理健康教育、心理评估、心理咨询、心理治疗和心理危机干预五个部分。本教材在编写的过程中努力做到理论联系实际，教学内容紧扣岗位能力，同时还考虑到学生的可持续发展，以心理咨询师国家职业资格要求的能力为培养标准。

本教材共分五个单元，分别是服刑人员心理教育、服刑人员心理评估、服刑人员心理咨询、服刑人员心理治疗和服刑人员心理危机干预。本教材是在服刑人员心理矫治课程教学团队成员（山西警官职业学院杜仁义、秦海莲、吴春辉、周健，山西省平遥监狱贾旭红，山西省女子强制隔离戒毒所阴胜玲）共同调研和探讨的基础上完成的。

本教材由主编秦海莲和吴春辉拟定编写提纲和编写计划，副主编杜仁义和周健参与了编写体例的商讨。在教材编写基本完成之后，特聘请行业专家——太原第一监狱政委焦宁亚同志以及监狱专业咨询师对本教材内容的专业性、与行业的接轨程度以及涉及的相关政策进行了审核，提出了建设性的



意见和建议，在此深表感谢。最后采纳山西警官职业学院教材编写指导委员会和行业专家的意见和建议，由全体编写人员统一修改、定稿。

本教材具体编写分工如下：

秦海莲（山西警官职业学院）：学习任务1~3，学习任务8~10。

吴春辉（山西警官职业学院）：学习任务4~7，学习任务11~12。

周 健（山西警官职业学院）：学习任务13~14。

杜仁义（山西警官职业学院）：学习任务14~16。

贾旭红（山西省平遥监狱）：教材中的部分案例。

阴胜玲（山西省女子强制隔离戒毒所）：教材中的部分案例。

本教材还有待于在教学和实践过程中不断成熟和完善，希望同行及专家不吝赐教。

编 者

2014年12月



目录CONTENTS

学习单元一	服刑人员心理教育 ► 1
	学习任务一 服刑人员心理健康教育 / 1
	学习任务二 服刑人员价值观教育 / 17
	学习任务三 服刑人员自我意识教育 / 26
学习单元二	服刑人员心理评估 ► 37
	学习任务四 服刑人员心理分析 / 37
	学习任务五 服刑人员心理评估 / 54
	学习任务六 服刑人员心理测验 / 60
	学习任务七 服刑人员心理诊断 / 82
学习单元三	服刑人员心理咨询 ► 102
	学习任务八 服刑人员心理咨询的方法与技术 / 102
	学习任务九 一对一心理咨询的程序 / 120
	学习任务十 团体咨询的运用 / 147
学习单元四	服刑人员心理治疗 ► 161
	学习任务十一 精神分析的治疗方法 / 161
	学习任务十二 行为主义的治疗方法 / 168
	学习任务十三 认知理论的治疗方法 / 174
学习单元五	服刑人员心理危机干预 ► 185
	学习任务十四 服刑人员心理危机的识别与干预 / 185
	学习任务十五 服刑人员自杀的干预 / 199
	学习任务十六 服刑人员哀伤的干预 / 210
附 录	► 222
参考文献	► 263



学习单元一 服刑人员心理教育

学习目标

● 通过学习，学生应明确服刑人员心理教育的适用人群，能够独立设计服刑人员心理教育的方案并加以实施，同时应掌握心理健康的标准、心理教育的方法、自我意识的内涵等理论知识。



学习任务一 服刑人员心理健康教育

导入案例

某监狱为进一步提升服刑人员心理健康水平和自我保健能力，抓住“10·10”世界精神卫生日暨第四个监狱服刑人员心理健康日的契机，部署开展了以“和谐改造从健康心理开始”为主题的系列心理健康教育活动，努力保证中秋、国庆期间服刑人员的思想稳定。

系列心理健康教育活动内容丰富：一是举办心理健康知识讲座。9月下旬，由监狱心理咨询师开设心理健康常识讲座，引导服刑人员树立“身”、“心”一体的健康观念、合理表达和宣泄节日期间思亲恋家的情绪。二是播放心理访谈节目。以讲述个案的形式，通过心理访谈节目，向服刑人员传授建立良好人际关系的方法和技巧。三是发出倡议书。充分利用监内宣传媒体，选择一贯心态平稳的服刑人员代表宣读倡议书，大力宣传、营造关注心理健康的氛围。四是进行亲子团体心理辅导。进行旨在增进服刑人员母亲与子女之间亲子关系的团体心理辅导，促进双方的有效沟通，增加服刑人员母亲的情感支持。五是组织特殊关爱行动。邀请监狱心理矫治工作顾问罗雪莲副教授进监对精神病史服刑人员的疑难个案进行巡诊，维护特殊群体服刑人员的心理健康。六是大力开展心理咨询活动。邀请监狱心理咨询师志愿者进监对主动申请心理咨询的服刑人员进行一对一心理咨询活动，疏导服刑人员的不良情绪，帮助服刑人员建立合理认知。七是举办心理健康操比赛。10月中下旬，在全体服刑人员中开展心理健康操比赛，丰富服刑人员的情绪体验。八是进行心理情景剧比赛。通过服刑



人员自编自演心理情景剧比赛，形象、生动地表达心理问题的呈现与解决历程，调动服刑人员参与心理矫正的内在积极性。^{〔1〕}

● 任务要求

假如你们是某监狱的民警，主要从事服刑人员心理矫治工作，请你们根据上述材料的内容，积极参与到系列心理健康教育活动中，以小组为单位组织一次服刑人员心理健康教育活动。



任务分析

一、心理教育与服刑人员心理教育的适用对象

（一）心理教育

心理教育是面向全体社会成员，以培养心理素质为目的的一种教育和训练活动。

（二）服刑人员心理教育

服刑人员心理教育是在对服刑人员矫正过程中，面向全体服刑人员，通过知识传授、行为训练和实践指导等途径，提高服刑人员心理素质，促进服刑人员心理的健康发展，实现服刑人员重新社会化的一种教育活动。

二、服刑人员心理教育的地位与作用

心理教育与思想教育、文化教育及职业技术教育一起，成为服刑人员教育的重要内容。因此，服刑人员心理教育既是心理矫治的组成部分，也是服刑人员教育的组成部分。心理教育的这一独特地位，加强了服刑人员教育与服刑人员心理矫治的有机联系，有利于服刑人员改造工作的整体推进。

三、服刑人员心理教育的内容

（一）认知教育

1. 对生理和心理关系的认知。

〔1〕 资料来源：<http://www.jsjy.gov.cn/zwgk/Sites/203/html/2008-09/3005.html>。



2. 对自己与他人的觉察。
3. 对生理与情绪表达关系的觉察。
4. 有关价值观的思维。
5. 什么是人的合理化的需要。
6. 对个人或他人优点和缺点的认知。
7. 典型的认知错误。

(二) 意志力教育

1. 什么是良好的意志品质。
2. 如何培养自己良好的意志品质。
3. 挫折的基本原理。
4. 如何培养挫折耐受力。
5. 什么是积极的挫折反应，什么是消极的挫折反应。
6. 如何避免消极的挫折反应。

(三) 情感教育

1. 对自己与他人情绪的觉察。
2. 情感的适当表达方式。
3. 如何对待自己和他人的消极情绪。
4. 愤怒的自我控制训练。
5. 情绪的自我管理。

(四) 人格教育

1. 对人格的含义和形成过程的了解。
2. 了解什么是健康的人格，什么是不良的人格。
3. 了解什么是人格障碍。
4. 通过人格测量使服刑人员了解自己人格的优点和缺陷。
5. 如何改变自己的人格。

(五) 社会性教育

1. 对不良人际关系的分析和认知。
2. 对自己犯罪行为、犯罪受害者的正确态度。
3. 良好人际关系的建立。
4. 生活技能的获得和提高。
5. 恰当的社会认知。
6. 社会支持的获得。



（六）心理健康教育

1. 心理与生理关系的基本知识。
2. 身心健康的含义和标准。
3. 心理的自我调适。
4. 心理压力的疏解和释放。
5. 焦虑心理的排除和常见心理障碍的特征。
6. 如何通过心理辅导、心理咨询和心理治疗消除心理痛苦。

四、服刑人员心理教育的方法

1. 知识的传授和技能的训练。
2. 集体心理教育与分类心理教育。
3. 个别心理教育与自我心理教育。

五、注意事项

1. 服刑人员心理教育的对象是全体或绝大多数服刑人员。
2. 服刑人员心理教育是心理矫治体系的重要组成部分。
3. 服刑人员心理教育可由监狱人民警察施行。



知识链接

一、心理健康

对心理健康的概念，历来有不同的看法：

第三届国际心理卫生大会曾为心理健康下过一个定义：“所谓心理健康是指在身体、智能以及情感上，在与他有的心理健康不相矛盾的范围内，将个人心境发展成最佳的状态。”不过，这一定义过分突出了个人体验。

我国《心理咨询师》培训教程中是这样认为的：所谓心理健康，最概括、最一般地说，是指人的心理，即知、情、意活动的内在关系协调，心理的内容与客观世界保持统一，并据此能促使人体内、外环境平衡和促使个体与社会环境相适应的状态，并由此不断地发展健全的人格，提高生活质量，保持旺盛的精力和愉快的情绪。



二、心理健康的标准

关于心理健康的基本标准，不同的学者有不同的建树。

（一）心理健康十标准

郭念锋于1986年在《临床心理学概论》一书中提出了十条标准：

1. 周期节律性。人的心理活动在形式和效率上都有着自己内在的节律性。比如，人的注意力水平就有一种自然的起伏。不只是注意状态，人的所有心理过程都有节律性。一般可以用心理活动的效率做指标去探查这种客观节律的变化。有的人白天工作效率不太高，但一到晚上就很有效率，有的人则相反。如果一个人心理活动的固有的节律经常处在紊乱状态，不管这是什么原因造成的，我们都可以说他的心理健康水平下降了。

2. 意识水平。意识水平的高低，往往以注意力水平为客观指标。如果一个人不能专注于某种工作，不能专注于思考问题，思想经常开小差或者因注意力分散而出现工作上的差错，我们就要警惕他的心理健康问题了。因为注意水平的降低会影响到意识活动的有效水平。思想不能集中的程度越高，心理健康水平就越低，由此而造成的其他后果如记忆水平下降等也越严重。

3. 暗示性。易受暗示性的人，往往容易被周围环境的无关因素引起情绪的波动和思维的动摇，有时表现为意志力薄弱。他们的情绪和思维很容易随环境变化，从而给精神活动带来不太稳定的特点。当然，受暗示这种特点在每个人身上都多少存在着，但水平和程度差别是较大的，女性比男性较易受暗示影响。

4. 心理活动强度。心理活动强度是指对精神刺激的抵抗能力。一种强烈的精神打击出现在面前，不同的人对同一类精神刺激的反应是各不相同的，这就能看出不同人对精神刺激的抵抗力。抵抗力低的人往往容易遗留下后患，可能因为一次精神刺激而导致反应性精神病或癔症，而抵抗力强的人虽有反应但不致病。这种抵抗力主要和人的认识水平有关，一个人在对外部事件有充分理智的认识时，就可以相对地减弱刺激的强度。另外，人的生活经验以及固有的性格特征和先天神经系统的素质也会影响到这种抵抗能力。

5. 心理活动耐受力。前面说的是对突然的强大的精神刺激的抵抗能力，但现实生活中还有另外一类精神刺激，它长期反复地在生活中出现，久久不消失，几乎每日每时都要缠绕着人的心灵。这种慢性的、长期的精神刺激可以折磨一个人整整一生，也可以使一个人痛苦很久。有的人在这种慢性精神折磨下心理异常、个性改变、精神不振，甚至产生严重躯体疾病。也有人虽然被这些不良



刺激缠绕，但最终不会在精神上出现严重问题，他们甚至把不断克服这种精神刺激当作生活斗争的乐趣，当作一种标志自己是一个强者的象征。他们可以在别人无法忍受的逆境中做出光辉成绩。我们把对长期精神刺激的抵抗能力看作一个人的心理健康水平的指标，称它为耐受力。

6. 心理康复能力。在人的一生中，谁都不可避免遭受精神创伤，在精神创伤之后，情绪的极大波动、行为的暂时改变，甚至某些躯体症状都是可能出现的。但是，由于人们各自的认识能力不同，人们各自的经验不同，从一次打击中恢复过来所需要的时间也会有所不同，恢复的程度也会有所差别。这种从创伤刺激中恢复到往常水平的能力，被称为心理康复能力。康复水平高的人恢复得较快，而且不留什么严重痕迹，每当再次回忆起这次创伤时，他们都表现得较为平静，原有的情绪色彩也很平淡。

7. 心理自控力。情绪的强度、情感的表达、思维的方向和过程都是在人的自觉控制下实现的。所谓不随意的情绪、情感和思维，只是相对而言的，它们都有随意性，只是水平不高以致难以察觉罢了。精神活动和过程的随意性程度以及自觉控制的水平高低，是与自控能力有关的。

当一个人身心十分健康时，他的心理活动会十分自如，他情感的表达会恰如其分，他会辞令通畅、仪态大方，既不拘谨也不放肆。这就是说，我们观察一个人的心理健康水平时，可以从他的自我控制能力得出某种印象，为此，精神活动的自控能力不失为一个健康的指标。

8. 自信心。在一个面人对某种生活事件或工作任务时，必然会首先估计一下自己的应付能力。这种自我评估有两种倾向：一种是估计过高，一种是估计过低。前者是盲目的自信，后者是盲目的不自信。这种自信心的偏差所导致的后果都是不好的。前者很可能由于自信心过高导致失败，从而产生失落感或抑郁情绪；后者可能因自觉力不从心，害怕失败而产生焦虑不安的情绪。为此，一个人是否有恰当的自信是精神健康的一种标准。自信心实质上是一种自我认知和对思维的分析的综合能力，这种能力可以在生活实践中逐步提高。

9. 社会交往。人类的精神活动得以产生和维持，其重要的支柱是充分的社会交往。对社会交往的剥夺，必然导致精神崩溃，出现种种异常心理。因此，一个人与社会中其他人的交往，也往往标志着一个人的心理健康水平。

当一个人严重地、毫无理由地与亲友和社会中其他成员断绝来往，或者变得十分冷漠时，就构成了精神病症状，叫做接触不良。如果过分地进行社会交往，与素不相识的人也可以十分热情地倾谈并表现得十分兴奋，也可能处于一种躁狂状态。



10. 环境适应能力。在某种意义上说,心理是适应环境的工具,人为了个体保存和种族延续,就必须适应环境。人不仅能适应环境,而且可以通过实践和认识去改造环境。但是,人尽管有积极主动性,但终究不能脱离自己的生存环境,包括工作环境、生活环境、工作性质、人际关系等。

在人的一生中,这些环境条件是在变化着的,有时还变动很大。人虽有主动性,但有时对生存环境的变化仍然是无能为力的。在这时,所谓的消极适应也是很重要的,起码它在某一时期或某一阶段上有现实意义。在生活环境条件突然变化时,一个人能否很快地适应下来以保持心理平衡,就是人们的环境适应能力,它往往标志着一个人的心理活动的健康水平。

(二) 心理健康三标准

许又新(1988)提出衡量心理健康可以用体验标准、操作标准、发展标准这三个标准,且不能孤立地只考虑某一条标准,要把三种标准联系起来综合地加以考察和衡量。

1. 体验标准,是指以个人的主观体验和内心世界为准,主要包括良好的心情和恰当的自我评价。

2. 操作标准,是指通过观察、实验和测验等方法考察心理活动的过程和效应,其核心是效率,主要包括个人心理活动的效率和个人的社会效率或社会功能。

3. 发展标准,着重对人的心理状况进行时间纵向考察分析。发展标准指有向较高水平发展的可能性,并且有使可能性变成现实的切实可行的行动措施。

衡量心理健康时要把这三种标准联系起来综合考察。

(三) 心理健康七标准

马建青(1992)从临床表现方面考察,提出了心理健康的七条基本标准:

1. 智力正常。智力是人的观察力、注意力、想象力、思维力和实践活动能力等的综合。智力正常是人正常生活最基本的心理条件,是心理健康的首要标准。无论是国际疾病分类体系,美国精神疾病诊断手册,还是中国精神疾病分类,都把智力发育不全或阻滞视为一种心理障碍和异常行为。事实上,智力的异常,常导致其他心理功能出现异常。

2. 情绪协调,心境良好。情绪在心理异常中起着核心的作用。心理健康者能经常保持愉快、开朗、自信、满足的心情,善于从生活中寻求乐趣,对生活充满希望。更重要的是他们情绪稳定性好,具有调节控制自己的情绪以保持与周围环境动态平衡的能力。

3. 具备一定的意志品质。意志是人类能动性的集中体现,是个体重要的精神支柱。健康的意志品质往往具有如下特点:目的明确合理,自觉性高;善于



分析情况，意志果断；意志坚韧，有毅力，心理承受能力强；自制力好，既有实现目标的坚定性又有克制干扰目标实现的愿望、动机、情绪和行为，不放纵任性。

4. 人际关系和谐。个体的心理健康状况主要是在与他人的交往中表现出来的。和谐的人际关系既是心理健康不可缺少的条件，也是获得心理健康的重要途径。其表现：一是乐于与人交往；二是在交往中保持独立而完整的人格；三是能客观评价别人并能与人友好相处，乐于助人；四是交往中积极态度多于消极态度。

5. 能动地适应环境。不能有效处理与周围现实环境的关系，是导致心理障碍乃至心理疾病的重要原因。对现实环境的能动适应和改造，是很积极的处世态度，与社会广泛接触，对社会现状有较清晰正确的认识，其心理行为能顺应社会文化的进步趋势，勇于改造现实环境，以达到自我实现与对社会奉献的协调统一。

6. 保持人格完整。人格是个人比较稳定的心理特征的总和。心理健康的最终目标是使人保持人格的完整性，培养健全人格。

7. 符合年龄特征。与人生各阶段生理发展相对应的是心理行为表现，从而形成不同年龄阶段独特的心理行为模式。心理健康者应具有与同年龄多数人相符合的心理行为特征。如果一个人的心理行为经常严重偏离自己的年龄特征，就要考虑他的心理健康状况了。

对心理健康的标准，我们要有一个正确的理解。由于心理健康这一概念是相对的、发展的，所以，心理健康的标准也应当是动态的、发展变化的，并且受文化环境、民族习惯等因素的制约。因此，要正确理解心理健康的标准，需要注意以下几点：

第一，心理不健康与有不健康的心理和行为表现不能等同。心理不健康是指一种持续的不良状态，人偶尔出现一些不健康的心理和行为并不等于心理不健康，更不等同于患有心理疾病。因此，不能仅就一时一事而简单地给人下心理不健康的结论。

第二，心理健康与不健康是一种连续状态，没有绝对界限。良好的心理健康状态和严重的心理疾病之间，是一个广阔的过渡带，并没有泾渭分明的界限。一般而言，异常心理与正常心理、变态心理与常态心理之间都不是绝对的，它们只是程度不同而已。

第三，心理健康的状态不是固定不变的，而是动态变化的。随着人的成长与发展，随着经验的积累和环境的改变，心理健康状态也会有所改变。比如，