

违法人员

心理矫治

Weifa Renyuan Xinli Jiaozhi

杨凤定

著

上海教育出版社
Shanghai Educational Publishing House

违法人员

心理矫治

Weifa Renyuan Xinli Jiaozhi

杨凤定 著

上海教育出版社
Shanghai Educational Publishing House

图书在版编目 (C I P) 数据

违法人员心理矫治 / 杨凤定著. —上海: 上海教育出版社, 2006. 6

ISBN 7-5444-0659-8

I. 违... II. 杨... III. 犯罪心理学—研究
IV. D917. 2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第052477号

违法人员心理矫治

杨凤定 著

上海世纪出版股份有限公司出版发行
上海教育出版社

易文网: www.ewen.cc

(上海永福路123号 邮编: 200031)

各地新华书店经销 江苏常熟新骅印刷厂印刷

开本 890 × 1240 1/32 印张 8.5 插页 2

2006年6月第1版 2006年6月第1次印刷

印数 1-5,000 本

ISBN 7-5444-0659-8/B·0006 定价: 18.00 元

(如发生质量问题, 读者可向工厂调换)

序

违法人员(含服刑人员、劳教人员等)是社会的特殊群体,他们除具有常态心理外,还具有社会上正常人不具有的特殊心理。有的违法人员由于长期服刑服教会产生一种消极效应,即人格监所化效应。在司法部门的重视下,全国绝大多数监狱和劳教所等开展了对违法人员的心理矫治工作,但总体而言还处于探索和起步阶段,有关违法人员心理矫治的书籍更为少见。作者通过努力,在这方面做出了成果,可喜可贺。

作者杨凤定同志是上海某劳教所心理咨询员,从警15年来,先后从事过监狱和劳教工作,熟悉管教业务。他虽然没有经过系统的心理咨询师业务培训,却以顽强的毅力,刻苦自学心理学理论以及心理咨询与矫治技术,并能做到学以致用。两年来已为200多名违法人员(劳教人员)进行了心理咨询,成功率较高,是一位自学成才的新型警官。

全书共分三大部分:

第一部分“违法人员心理矫治特点和方法”,作者主要介绍了两年来在从事违法人员心理矫治工作中一些成功的经验和方法,其中有不少宝贵的经验和方法是其他心理咨询书上所没有的,是首次发表。

第二部分“违法人员心理咨询问答”,作者以专栏咨询的形式,对违法人员在改造过程中容易出现的心理问题和心理困惑,通过管教所的小报公开解答。既为违法人员心理上排忧解难,稳定了他们的改造情绪,

同时又宣传了心理健康知识。

第三部分“违法人员心理矫治案例”，作者将自己从事心理矫治工作中一些比较成功的案例，作了客观的记录，对同行和管教警官可以起到启发和借鉴的作用。

全书文笔生动，条理清晰，短小精悍，可读性强，是一本融心理矫治理论与实践操作于一体并极具针对性的好书。

《违法人员心理矫治》适合监狱、劳教所和看守所等监所的管教人员和心理矫治工作者阅读，对于社会上从事违法人员帮教工作的社会治安综合治理干部和社区工作者及志愿者，也颇有参考价值。

相信该书的出版，将会对司法系统正在进行的违法人员心理矫治工作，起着启迪和推动的重要作用。

上海师范大学心理咨询与发展中心主任、教授 傅安球

2006年1月

于上海师范大学

目 录

第一部分 违法人员心理矫治特点和方法

为什么要对违法人员进行心理矫治·····	3
违法人员人格状况的发展如何变化·····	3
违法人员改造期间的焦虑曲线·····	4
心理矫治与心理咨询的关系·····	5
心理咨询与个别教育有何区别·····	5
违法人员心理咨询与社会上心理咨询的不同点·····	6
违法人员心理矫治应凸现服务功能·····	7
心理咨询必须建立良好的咨访关系·····	8
咨询员倾听易碰到的几个问题·····	11
咨询员倾听时插话的技巧·····	12
咨询员要注意自己的坐姿·····	13
咨询面谈应注意克服的几个方面·····	14
咨询员不宜称“心理医生”·····	15
心理咨询不要輕易解決实际问题·····	15
咨询员要避免疲劳上阵·····	16
咨询前与来访违法人员握手很有好处·····	16
心理咨询如何消除违法人员防御心理·····	17
心理咨询的“拉家常效应”·····	18
咨询面谈空间距离和目光注视范围·····	19
心理咨询的一种问话技巧·····	19
心理咨询的几种不当提问·····	20
与违法人员共情的五种层次·····	21
面对违法人员负面倾诉如何做到共情·····	23
心理咨询应避免讲的几句话·····	25
心理咨询员比较容易犯的错误·····	28
心理咨询时咨询员说错话要敢于承认·····	30
心理咨询时不要輕易批評违法人員·····	30

心理咨询效果反馈技巧	31
心理咨询师要多读书	31
咨询员也要重视提高自我心理“免疫力”	33
探索建立督导机制	34
心理疏导好方法——借物喻理	34
克服违法人员理解能力差的图解法	36
心理咨询不要“泛化”	36
心理咨询的间隔时间不宜过短	37
心理咨询的“三点归纳术”	37
心理干预不能“算老账”	38
心理咨询的大忌	39
心理咨询时可做记录	40
心理咨询时要准备几张餐巾纸	41
心理咨询时不要频频看表	41
咨询面谈要透过表面回答找“症结”	42
不要将自己的价值取向强加给违法人员	42
不要把正常现象当作心理问题	43
适应并不一定表示心理健康	44
释梦也是一种心理疏导	44
心理宣泄也要讲文明	45
浅谈心理咨询中的自我暴露	47
如何应对来访违法人员的沉默	50
来访违法人员话多及其咨询对策	51
违法人员在什么情况下容易情绪低落	53
电话咨询的利与弊	54
善于利用空间距离	54
撒谎者有哪些表情特征	56
察颜观色可解读违法人员内心	57
对违法人员进行心理测试的要点	58
心理测试如何调动违法人员积极性	59
告知违法人员心理测试结果的方法	60
违法人员心理测试不如实答题的原因	61
心理测试也可自编测试题	62
有时小事也能体现一个人的为人	63

咨询面谈时可适当做些小测试	64
测试违法人员心态的一种方法	65
选择卡片测试法	65
巧用投射测试法	65
娱乐类心理小测验不能当真	67
要重视违法人员的隐性心理问题矫治	67
违法人员脱逃心理及其矫治对策	69
违法人员不服判决或决定怎么办	71
违法人员有了报复心理如何疏导	72
违法人员为何会为小事发脾气	74
如何引导违法人员克服自卑感	75
如何辅导违法人员走出失恋的阴影	76
如何辅导违法人员从积极角度看待服刑或服教	78
如何让违法人员“耷拉着脑袋进来，挺直腰杆出去”	79
如何激发违法人员的改造积极性	81
如何矫治违法人员“生命意义缺乏症”	82
如何辅导违法人员学会爱自己	84
违法人员对心理咨询有哪些模糊认识	86
违法人员不正常的咨询动机	87
违法人员自杀有什么症状	87
哪些违法人员容易自杀	88
如何预防违法人员自杀	89
对有自杀倾向的违法人员如何进行心理干预	90
吸毒违法人员为何会对吸毒产生“既恨又爱”心理	92
好奇是吸毒最主要的原因	92
禁毒宣传教育应根据不同年龄区别对待	93
回归后复吸有哪些心理	93
如何辅导吸毒违法人员远离毒品	95
戒毒离不开家庭的支持	96
当前吸毒出现的新特点	97
违法人员转向吸食新型毒品的原因及其矫治方法	98
为什么违法人员会赌博成瘾	98
信任和激励有利于违法人员进步	99
为什么要关注违法人员的童年	100

学会辨别分析违法人员生病的真假·····	101
违法人员不愿讲真话的心理状态及其对策·····	101
心理健康教育“开场白”技术·····	105
心理健康教育要注意两点·····	107
进行心理健康教育时咨询员目光如何注视·····	108
怎样判断心理健康教育不受欢迎·····	109
互动式上课效果好·····	109
读书有利于身心健康·····	110
有用的音乐疗法·····	111
色彩在心理治疗中的作用·····	113
对“多进宫”违法人员可用归因疗法·····	115
人生领悟心理治疗法·····	115
新颖的“镜子疗法”·····	116
哪些违法人员不宜接受心理治疗·····	118
怎样树立管教民警在违法人员中的威信·····	119
重视在管教民警中普及心理学知识·····	121
管教民警心情不好应暂缓个别教育·····	122
为什么有的管教民警个别谈话效果不好·····	124
管教民警与违法人员谈心也应讲点幽默·····	124
管教民警要关注违法人员的“三点”·····	125
管教工作要避免负面心理暗示·····	126
暗示式批评：此时无声胜有声·····	129
心理咨询的经验重在从实践中得来·····	129
我的心理咨询“五心”法·····	131

第二部分 违法人员心理咨询问答

接受心理咨询是因为“脑子有病”吗·····	139
神经病、精神病和神经症是不是一回事·····	140
心理问题与心理疾病有区别吗·····	141
为什么焦虑也有积极作用·····	142
吃睡不香、度日如年怎么办·····	143
如何看待和化解改造压力·····	145
如何对待改造中的紧张·····	147

自言自语也可消除心理紧张吗	148
为什么长吁短叹也会有益健康	149
为什么积极心态有益大脑健康	150
为什么说“我一定能”能给自己带来成功	151
为什么不要将劳动仅仅看成是一种惩罚	152
我害怕与其他学员交往怎么办	153
为什么不要老想结果	155
为什么会有“无所谓”心理	157
为什么总怀疑别人在说自己坏话	158
改造期间总想气恼的事怎么办	159
我能克制暴躁脾气吗	160
克服手淫频繁有何良方	162
他们为什么不肯帮我忙	164
为什么有的学员会被其他学员看不起	165
学员表现自我有没有错	166
如何学会说“不”字	168
心理测试有哪些注意事项	170
每天给自己一个希望有何作用	171
为什么将6月26日定为“世界禁毒日”	173
我能戒掉毒品吗	174
怎样走出吸毒“常后悔”怪圈	176
为什么有人会不珍惜生命	178
我要不要示弱	179
性格内向好不好	180
人的性格可以改变吗	181
“气死我了”说法对不对	183
为什么说生气是“惩罚”自己	184
为什么要学会为别人鼓掌	185
我为什么每个月总有一天会心情烦躁	187
我为什么总感到高兴不起来	188
感到遵纪守法吃亏怎么办	189
如何摆脱空虚感	191
如何面对管教民警的批评	193
如何当好班(组)长	194

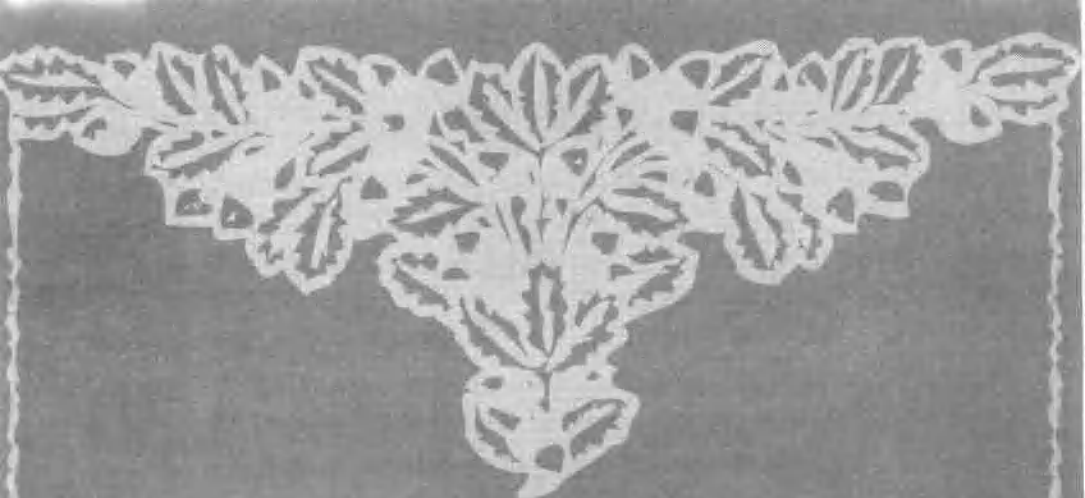
这算自尊心强吗·····	196
被人背后议论怎么办·····	197
我的想法符合心理学原理吗·····	198
为什么说话也会刺伤人的心·····	199
怎样摆脱孤独感·····	201
怎样应对社交场合的尴尬·····	202
乡亲们不原谅我怎么办·····	203
如何对待饮酒·····	205
回归社会后怎样克服失望情绪·····	207
有自信心测试题吗·····	209

第三部分 违法人员心理矫治案例

他打消了报复念头·····	213
“假如早点接受心理咨询就好了”·····	217
“好孩子是夸出来的”·····	220
鞋合适不合适，只有脚知道·····	223
把握生命里的每一次感动·····	225
他告别了噩梦·····	228
从“每周七次”到“每周一次”·····	232
他不再有“伤人”念头了·····	235
一名“瘾君子”的觉醒·····	237
与“打鼾”共舞·····	240
心病还需“心药”医·····	243
转念一想脑清醒·····	247
咨询面谈实录·····	249
从欠产到超产·····	251
“正规战”与“游击战”·····	254
“不要为打翻的牛奶而哭泣”——记一堂心理健康教育课·····	257

后记·····	259
---------	-----

参考文献·····	262
-----------	-----



第一部分
违法人员心理矫治
特点和方法

为什么要对违法人员进行心理矫治

我国监所由于心理学知识普及的落后,违法人员(含服刑人员、劳教人员等,全书同)在改造期间产生了心理问题,甚至出现了明显的心理障碍,如焦虑、抑郁症状,由于不懂心理学,还当自己是“闹情绪”,“想通了就好了”,从未想过去找心理咨询师寻求帮助。而我们管教民警对违法人员中出现的心理问题,也只是简单地说服教育,用“正确对待”之类空洞的说教来教育违法人员,结果使违法人员心里更加苦闷,愈加不能正确对待。有的监所发生违法人员脱逃、自杀或自伤自残等安全事故,细究其原因,与违法人员的不良心理没有能及时得到干预或帮助有很大关系。

而我们管教部门以往偏重于对违法人员违法行为的矫治,而忽略了对违法人员违法心理的矫治,致使监所教育改造质量始终得不到根本的提高。管教实践表明,违法人员的心理问题通过常规的个别教育往往难以消除,个别违法人员的心理症状甚至加重。而心理矫治通过运用心理学的专门技术,创造一个有利于违法人员矫治转化的氛围,使违法人员的对立情绪得到宣泄,抗拒、逆反心理得到转化,歪曲认知得到纠正,行为方式得到改变,最终使违法人员现实地对待服刑或劳教等环境,使心理问题和心理障碍得以消除,既维护了正常改造秩序,提高了教育改造质量,也维护了违法人员的身心健康。

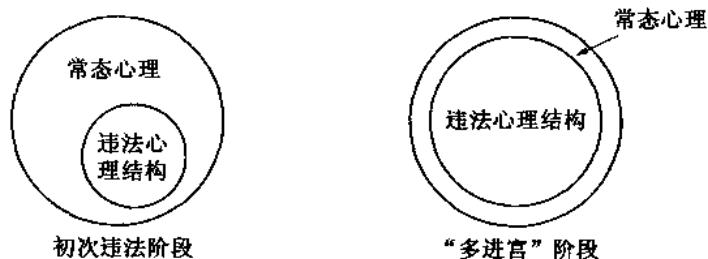
现在我们把心理矫治单独作为改造违法人员的一种手段,是现代社会科学分工更加专业化、具体化的结果。在改造违法人员实践中,心理矫治已经越来越受到违法人员的欢迎。有不少违法人员通过心理咨询,耷拉着脑袋进来,挺直腰杆出去,心理健康地投入服刑或劳教等生活中去。

违法人员人格状况的发展如何变化

违法人员违法心理的固着化和违法行为的深度变化,必然会带动他们整个人格状况的恶性发展。如果说:在初次违法阶段,违法心理仅仅是其心理生活的一部分,那么,随着时间推移和违法行为的多次实施,违

法心理在其人格中的地位和作用将不断扩大,常态心理被迫缩小。发展的最终结果,违法心理结构与其整个人格结构基本上混为一体,于是,就产生了违法人格,即达到违法心理人格化的程度。

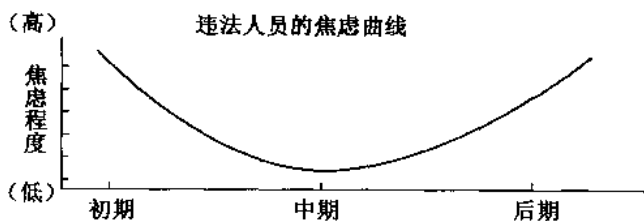
有的违法人员多次“进宫”,甚至达到“九进宫”及以上的地步,自成人后,一生中绝大多数时间是在监狱、劳教所度过的,被社区民警称为“无期徒刑分批吃”,就说明了这个问题(见下图)。



违法心理结构一旦形成,就具有相对的稳定性,表现出时间上的连续性和行为上的一贯性。另一方面,违法心理结构也不是一成不变的,它具有可变性。我们可通过心理矫治,帮助他们改变心理活动方向,放弃违法动机,破坏已形成的违法心理结构。

违法人员改造期间的焦虑曲线

违法人员的焦虑曲线如下图:



该曲线图呈现两头高中间低的情况。

以初次违法人员为例,他们刚到改造场所,由于不了解改造场所情况,再加上远离亲人,不知道如何度过刑期或劳教期,心里感到很焦虑;

到了改造中期,违法人员由于初步适应了改造生活,一般来说,焦虑程度会相对下降;但到了后期,随着回归日期的临近,他们又担心自己出去后是否能找到工作,今后生活怎么办等等,焦虑程度又开始“反弹”。

以上曲线图,将有助于我们心理咨询员对违法人员的焦虑程度有所了解。

心理矫治与心理咨询的关系

在心理矫治实践中,有不少管教警官分不清心理矫治与心理咨询的关系,往往将两者划上等号,认为心理矫治就是心理咨询,心理咨询就是心理矫治,我们有的心理咨询员也这样认为。笔者以为,这是欠妥的。

首先,我们要弄清什么是心理矫治。所谓心理矫治,是指运用心理学的原理和方法,通过对违法人员开展心理评估、心理健康教育、心理咨询和治疗、心理危机干预等一系列活动,帮助违法人员消除不良心理与心理障碍,维护和恢复他们的心理健康,增强他们的改造适应性,有利于违法人员改造的过程。司法部79号令《监狱教育改造工作规定》第三十三条也明文规定:“监狱应当开展对罪犯的心理矫治工作。心理矫治工作包括:心理健康教育、心理测验、心理咨询和心理疾病治疗。”

由此可见,心理咨询是包含在心理矫治工作中的,它们的关系如图所示:



所以,正确的说法是,心理咨询是心理矫治工作的一个部分。

心理咨询与个别教育有何区别

心理咨询与个别教育都是管教民警教育挽救违法人员的一种手段,它们在某些方面交叉,如心理咨询要用到个别教育中谈心的方法,而个别教育也要用到心理咨询中倾听、提问等技巧,但两者在本质上还是有严格的区别。有的管教民警简单地将心理咨询理解为个别教育中的“谈心”,认为与个别教育没有什么区别,这是欠妥的。笔者经研究认为,心理咨询与个别教育存在以下几方面的区别:

一是主体不同。心理咨询对主体的要求很严,咨询人员一般都要经过心理学等方面的专业知识培训和训练,有的还取得了心理咨询师资格证书。而个别教育任何管教民警都可担任。

二是客体不同。心理咨询的对象一是有心理问题或障碍的服刑或在所劳教人员,二是服刑或劳教等过程中碰到发展、交往、情感等心理困惑急需得到帮助的服刑或劳教人员。而个别教育无此方面的要求。

三是方法不同。心理咨询有许多独特的方法,如心理测试、心理分析、心理治疗等,它既可以个别咨询,也可以团体咨询,有条件的还可以电话咨询等。而个别教育主要用说服教育等方法,“一对一”进行。

四是自愿程度不同。心理咨询有一个很重要的原则,即自愿原则。除危及监管场所安全必须及时进行心理干预外,违法人员寻求心理帮助必须自愿,否则无法进行。而个别教育不管违法人员同意不同意,都可以进行。

五是目的不同。心理咨询的目的是帮助违法人员解决心理上的问题或障碍,发挥违法人员服刑或劳教等潜能,宣泄心理压力,促进身心健康。而个别教育的目的是解决违法人员世界观、人生观、法制观和道德观等方面的问题。

监所的心理咨询不同于一般的个别教育,它不是苦口婆心的安慰,也不是简单的说服教育。它是一门使违法人员心理健康和成长的科学。这里的成长,是心理学意义上的人格成长,它含有心理成熟、增强自主性和自我完善的意思。

心理咨询与个别教育既有区别,但也有联系。心理咨询也要用到个别教育的谈心方法,而个别教育有时也要用到心理咨询中的心理疏导方法。

违法人员心理咨询与社会上心理咨询的不同点

违法人员心理咨询与社会上心理咨询既有联系又有很大的区别。共同点在于都是由咨询员根据心理学的原理和方法,向来访者提供心理帮助的过程,但又有以下区别:

一是咨询员不同。社会上的心理咨询员主要是受过专业训练的心理工作者和医疗机构的精神科医生,而监所心理咨询的从业人员是受过专业训练并取得相应资格的监管改造工作人民警察(个别单位也有社会上的心理工作者与精神科医生参与),他们除了应具备一般咨询员