

Child and Adolescent Therapy
Cognitive-Behavioral Procedures

兒童與青少年治療

SECOND EDITION

Philip C. Kendall◎編

唐子俊 唐慧芳 伍秀蓉
傅琇悅 朱曉瑜 趙祥和◎譯

兒童與青少年治療

唐子俊 唐慧芳 伍秀蓉

傅琇悅 朱曉瑜 趙祥和

合 譯

五南圖書出版公司 印行

國家圖書館出版品預行編目資料

兒童與青少年治療／唐子俊等合譯。——一版。
——臺北市：五南，2004 [民 93]
面；公分
含參考書目及索引
譯自：Child and Adolescent Therapy：
Cognitive-Behavioral Procedures
ISBN 957-11-3592-5（平裝）
1. 心理治療 2. 兒童心理學 3. 青少年—心理方面

178.8

93005422

兒童與青少年治療

譯者	唐子俊	唐慧芳	伍秀蓉
	傅琇悅	朱曉瑜	趙祥和
編輯	李清課		

出版者	五南圖書出版股份有限公司
發行人	楊榮川

地址：台北市大安區 106
和平東路二段 339 號 4 樓
電話：02-27055066（代表號）
傳真：02-27066100
劃撥：0106895-3
網址：<http://www.wunan.com.tw>
電子郵件：wunan@wunan.com.tw

顧問	財團法人資訊工業策進會科技法律中心
版刷	2004 年 5 月一版一刷

定價	580 元
----	-------

版權所有・請予尊重

Child and Adolescent Therapy

Cognitive-Behavioral Procedures

SECOND EDITION

Edited by
PHILIP C. KENDALL

Copyright © 2000 by Philip C. Kendall and The Guilford Press
Published by arrangement with Paterson Marsh Ltd.
Chinese Translation Copyright © 2004 by Wu-Nan Book Inc.

莊序

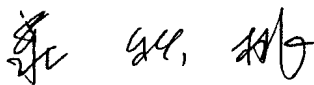
台灣高雄少年法院是全國唯一專業處理少年事件的法院，自民國八十八年九月以來，為了增進少年問題處理的專業能力，一直積極與相關各界結合，不斷充實同仁輔導少年的知能，其中與高雄醫學大學附設中和紀念醫院精神的合作已歷二年，由該科唐子俊醫師長期協助本院從事少年心理輔導工作與講授精神醫學的專業課程，並提供即時的診斷與鑑定，也因此有高雄醫學大學附設中和紀念醫院精神科作為後援，提供適時的心理衡鑑、家族治療、社區復健，甚至是住院評估等相關服務，讓司法與醫療體系在適當程度中互助與結合。

唐子俊醫師所提供的專業課程含括少年精神疾病、行為問題、心理治療等，在課程中經由討論、個案分析，使本院同仁獲得許多實證的知識。也因為在討論中，唐醫師深感國內就此方面的專業書籍不足，為能提升實務工作同仁的專業能力，乃翻譯本著作，造福此領域的相關人員拓展學習的視野，其對工作的投入與熱忱，令人敬佩。

這本書裡，提到了有關注意力不足過動病患、暴力和攻擊的行為、焦慮以及其他情緒障礙問題，都是本院同仁需要具備的知識。書本中也提到了許多長期治療無效的個案，用怎麼樣的方式可以修正，或是增加問題處理的可能性。從中可以理解青少年問題的處理，確實需要不斷地增進相關知識，不能固著在單一領域甚至是老舊的架構當中，這樣不但工作人員無法更進一步的有效處理少年問題，和其他領域之間的合作和接軌，一定會遇到許多的摩擦和挫折。這本書章中提到了許多實際的介入方法，也讓實務的少年工作人員，能夠在實際的操作當中，和醫師、諮商師及其他心理治療專業人員討論時，有了相當新而且使用的依據。

2 兒童與青少年治療

少年的問題是除了耐心之外，還必須具備足夠的專業知識以及跨領域之間的合作，協助他們在步入成年的發展軌道當中，能夠逐漸恢復正常的發展過程，也讓整個家庭不會因為少年的問題而陷入困境，少年問題的解決，實際上對於家庭和社區的安定有著極為重要的功能。本人深信這本書能夠提供其他處理少年問題的專業人員，有更多共同的語言和最新的專業知識，促成不同專業間更和諧而且有效率的溝通和合作。

 謹序

民國九十二年十二月十日

於台灣高雄少年法院

林序

少年法院對於違反法律而且陷於困境的青少年，提供了必須而專業的協助，也對於這些少年是否能夠接受適當的輔導，重新回復到適應的生活環境中而努力。在少年行為問題及情緒障礙逐漸受到重視的今天，協助少年不僅需要具備法律的專業知識，更需要加入許多不同專業領域的重要訊息，當然也包括了醫療、輔導和心理治療等專業領域的資源來加以結合。

為有效達到青少年犯罪預防與矯正的目的，與社區資源連結、醫療機構的聯繫、社會福利機構的合作等均日顯重要，而特別在兒童及青少年非行行為外，並有精神及特殊行為時更需要與醫療院所密切合作，以尋求專業協助與支援。唐子俊醫師在一年前即定期蒞院講授輔導及精神醫學課程，此期間曾分階段研習青少年團體治療、家族治療等專業課程，希望透過醫療與矯治之結合達到矯正非行少年之目的，跨領域的合作提供一個全新模式，使在法院從事輔導工作的人員能整合更多資源提高輔導效果。

兒童及青少年的問題相當複雜，然卻少有書籍為兒童及青少年的行為問題，作較有系統的比較與研究，近幾年來在青少年的認知行為治療方面有相當多的進展，本書係由兒童及青少年權威所編寫，透過作者本身權威而且前瞻觀點的實務經驗，再加上譯著集合了眾多的專業諮商及輔導人員的努力而完成之專業書籍，對於臨床以及學校輔導的工作人員實能提供正確而深入的資訊。

2 兒童與青少年治療

唐醫師能犧牲時間，專業的投入，為加強本院專業的功能，提升少年調查官、少年保護官的專業領域，深感敬佩！謹致簡文予以致謝！

林永茂 謹序

民國九十二年十二月十七日
於高雄少年法院調查保護處

譯序

由於在醫學中心的精神科以及少年法院的實務經驗當中，發現兒童和青少年的問題相當地複雜，需要足夠的專業訓練。許多兒童與青少年精神醫學的書籍，對於疾病的成因、解釋以及流行病學都相當的完整，這個也是處理青少年問題必須要具備的基本常識。然而卻比較少書籍專門針對兒童和青少年的行為問題，做出有系統的整理和比較，尤其是需要蒐集實證研究當中，比較被驗證過有效的治療方式，對於實務工作人員會有直接的幫忙。雖然市面上有許多兒童和青少年相關的書籍，但是由國際間共同認可的治療專家所撰寫的書籍，實在是需要經過挑選。這是國內第一本直接描述兒童及青少年精神疾病和行為問題，並且詳細的比較各種治療方式、說明操作步驟的專業書籍。

這項翻譯的工作相當辛苦，因為當中使用的許多專業術語、名詞基本都還沒有統一，所以必須要召開多次的協調會議，並且將專有名詞做一致性的規定，儘量做到在不同的翻譯者之間，仍然能夠讓讀者覺得是相當流暢的同一本書。這一次在召集多位翻譯的工作人員時，最大的考量就是這些工作人員本身也是在擔任諮商和心理治療的工作，有一部分是臨床的工作人員，有一部分是學校實務的諮商員，還有一部分是正在專業系所就讀博士班的實務工作人員。從文字的整理和描述當中，可以發現不同的翻譯人員都盡力的想要把如此艱深和專業的文字，轉換成為容易讓一般讀者所理解的文字，大家可以發現我們的努力，當然也需要讀者和專家們給予更多的修正和提醒。

這一次大部分的翻譯人員，都曾經共同處理過相當複雜的個案，平時也有許多個案處理技術的交流，所以在翻譯這些文章的時候，常常是

2 兒童與青少年治療

以自己經歷的經驗去思考，怎樣將書上面所描述的技術能夠完整地呈現，相對的也修正了自己原來接案的方式。除了能夠閱讀這位大師之於認知行為治療方式的文章之外，對於最新的文獻整理以及接案的方式，都提供給直接參與翻譯人員深刻的收穫。

在花了相當長的時間翻譯、校閱、修正之後，希望這一本最新的專業治療手冊，能夠提供給相關領域的工作人員正確而深入的資訊，當然不要忘記在執行這些治療之前，仍然需要經過詳細的評估和診斷，以及接案過程中需要的是完整而細密的督導，才能夠確實的掌握心理治療的進展和效果。

在我們開始整理這兩年來青少年個案的差別，可以發現門診青少年求助的人數增加了一倍半到兩倍之間，在協助學校建立輔導機制的經驗當中，也發現青少年情緒障礙的問題越來越趨普遍，對於學校的老師、輔導老師以及家長來說是極大的挑戰。我們的門診當中，提供了許多家族治療的服務，每個月人次相當的驚人，但是協助青少年以及家屬的互動，甚至有特殊精神疾病的青少年如何在家庭當中得到適當的幫忙，的確有非常大的幫助。在少年法院協助的經驗當中，也常常藉由本書當中的案例，希望能夠讓各個領域之間的專業互相交流，畢竟青少年接受協助的時候，並沒有因為有精神疾病或其他行為問題，就只會在精神科門診的時候，或是少年法院的時候才會呈現出來，可能他在學校、一般的人際關係、課業以及家人的相處，都呈現出類似問題的不同面向。這是一本相當重要的書籍，作者很小心的告訴我們許多治療的方式他的限制在哪裡，還要引導我們如何去思考青少年的問題，不是只有從精神疾病的觀點，相信是一本相當值得閱讀的書籍。

唐子俊

校閱者、翻譯者

高雄醫學大學附設中和紀念醫院
精神科主治醫師及心理治療督導
高雄市高中職輔導團督導

民國九十三年三月二十六日

關於作者

Philip C. Kendall, PhD, ABPP，是 Laura H. Carnell 心理學的教授，臨床心理學科的主管，而且是天普大學兒童及青少年焦慮門診的主任（the Child and Adolescent Anxiety Disorders Clinic at Temple University）。在國際上是一位對於臨床兒童心理學，以及臨床心理學研究的知名專家，Kendall 博士出版了許多主題的著作，最有名的是在他的發展和青少年焦慮症認知行為治療如何評估方面的文獻。它是超過三百篇研究出版的論文和書籍的作者或者共同作者，Kendall 博士兩次在加州史丹佛大學的行為科學進階研究中心擔任 Fellow（at the Center for Advanced Study in the Behavioral Sciences, Stanford, California），而且是美國科學促進協會（American Association for the Advancement of Science, AAAS）以及美國心理學會（American Psychological Association, APA）的 Fellow。他也在美國科學院兒童和青少年精神疾病小組（Child and Adolescent Mental Disorders Task Force for the National Academy of Sciences）、醫學研究中心（Institute of Medicine），以及 William T. Grant Foundation Consortium 協助「以學校為基礎的社交能力促進計畫」（School-Based Promotion of Social Competence），而且擔任美國州立省立心理學考試的考試委員（Examination Committee of the American Association of State and Provincial Psychology Boards）（主要是檢定國家的執照考試），而且擔任世界衛生組織的諮詢專家（World Health Organization）和美國空軍的傑出訪問教授（Distinguished Visiting Professor to the United States Air Force）。

Kendall 博士曾經服務於各種專業的組織和出版品，包括了擔任《諮詢及臨床心理學期刊》（*Journal of Consulting and Clinical Psychology*）

2 兒童與青少年治療

的主編以及《認知治療和研究》（*Cognitive Therapy and Research*）期刊的主編。他也是美國心理學會 Division 53 的會長（臨床兒童心理學 Clinical Child Psychology），之前也擔任過行為治療促進協會的會長（Association for Advancement of Behavior Therapy），也曾經擔任 Board of Directors of the Council of University Directors of Clinical Training Programs，作為美國臨床心理學的國家考試的證書審核者（American Board of Professional Psychology），而且是一位 Scientific Program Committee for the World Congress on Cognitive and Behavioral Therapy 的成員。

Kendall 接受了好幾個美國國家心理衛生院（NIMH）研究計畫的贊助，用來研究青少年的本質以及各種治療。他曾經得過以下的研究獎項，包括了 Outstanding Alumnus Award from the Phi Kappa Phi Honor Society of Old Dominion University, the Psychology Department's Outstanding Alumnus Award from Virginia Commonwealth University, the State of Pennsylvania Distinguished Contribution to the Science and Profession of Psychology Award，以及天普大學的優良教師獎（“Great Teacher Award” from Temple University）。

共同作者

Michelle D. Bronik, MS, Department of Educational Psychology, University of Texas, Austin, Texas

Muniya Choudhury, MA, Division of Clinical Psychology, Department of Psychology, and Child and Adolescent Anxiety Disorders Clinic, Temple University, Philadelphia, Pennsylvania

Brian C. Chu, MA, Division of Clinical Psychology, Department of Psychology, and Child and Adolescent Anxiety Disorders Clinic, Temple University, Philadelphia, Pennsylvania

Craig Colder, PhD, Department of Psychology, State University of New York at Buffalo, Buffalo, New York

A. J. Finch, Jr., PhD, ABPP, Department of Psychology, The Citadel, Charleston, South Carolina

David P. FitzGerald, PhD, Department of Psychiatry and Behavioral Sciences, Duke University Medical Center, Durham, North Carolina

Stephen P. Hinshaw, PhD, Department of Psychology, University of California, Berkeley, California

Julia A. Hoke, MS, Department of Educational Psychology, University of Texas, Austin, Texas

Grayson N. Holmbeck, PhD, Department of Psychology, Loyola University Chicago, Chicago, Illinois

Philip C. Kendall, PhD, ABPP, Division of Clinical Psychology, Department of Psychology, and Child and Adolescent Anxiety Disorders Clinic, Temple University, Philadelphia, Pennsylvania

Laura Kenealy, MS, Department of Psychology, Loyola University Chicago, Chicago, Illinois

Neville J. King, PhD, Faculty of Education, Monash University, Clayton, Victoria, Australia

2 兒童與青少年治療

Annette M. La Greca, PhD, Department of Psychology, University of Miami, Coral Gables, Florida

John E. Lochman, PhD, Department of Psychology, University of Alabama, Tuscaloosa, Alabama, and Division of Medical Psychology, Duke University Medical Center, Durham, North Carolina

W. Michael Nelson III, PhD, ABPP, Department of Psychology, Xavier University, Cincinnati, Ohio

Thomas H. Ollendick, PhD, Child Study Center and Department of Psychology, Virginia Polytechnic Institute and State University, Blacksburg, Virginia

Sandra S. Pimentel, MA, Division of Clinical Psychology, Department of Psychology, and Child and Adolescent Anxiety Disorders Clinic, Temple University, Philadelphia, Pennsylvania

Janay Boswell Sander, MS, Department of Educational Psychology, University of Texas, Austin, Texas

Wendy Shapera, MS, Department of Psychology, Loyola University Chicago, Chicago, Illinois

Anthony Spirito, PhD, Department of Psychiatry and Human Behavior, Brown University School of Medicine, Rhode Island Hospital, Providence, Rhode Island

Kevin D. Stark, PhD, Department of Educational Psychology, University of Texas, Austin, Texas

Anne Updegrave, PhD, Illinois Masonic Medical Center, The Wellington Center, Chicago, Illinois

James W. Varni, PhD, Department of Psychiatry, University of California, San Diego, School of Medicine, Center for Child Health Outcomes, Children's Hospital and Health Center, San Diego, California

Venette Westhoven, MS, Department of Psychology, Loyola University Chicago, Chicago, Illinois

Janet M. Whidby, PhD, Department of Psychiatry and Behavioral Sciences, Duke University Medical Center, Durham, North Carolina

Mary G. Yancy, MS, Department of Educational Psychology, University of Texas, Austin, Texas

前言

過去十年來兒童及青少年心理衛生相關的進展，無論在科學的進步以及實務的操作上都有相當明顯的進步和發展。如果和兒童及青少年一起工作的話，你就會知道在這個領域當中已經出現了某些的變化和進步。當你讀完了這本書之後，你就會是這個行業的頂尖者。

青少年是心理衛生工作領域非常重要的一個焦點。例如，國立美國國家心理衛生院（NIMH）在評估他們要給予研究基金的重要研究種類當中，新的獎勵研究主題就包含了對於青少年的研究。而許多的研究申請人員及相關的研究人員，對於這樣的研究方向提出了建議，認為應該將兒童及青少年放到重要的研究領域當中。雖然剛開始這樣的提議是由某一些不太注意青少年發展因素，直接想要將成人的治療方法應用在青少年身上的那些研究人員所提出，但是在這麼重要的機構願意將研究的焦點逐漸放在兒童及青少年身上，我們可以看到未來十年當中兒童及青少年研究的重要性。

青少年及家庭都是熱門的研究主題，對於青少年的焦點導致了好幾股力量的結合。由於學校的危機凸顯了社會的問題，包括學校中出現了極度暴力的行為，也包括了青少年性行為對於他們身心健康所造成的衝擊。而在同時，有關於青少年的發展理論和應用也有相當重要的進展。家庭成員長期以來就被認為是治療青少年的重要角色，但是早期家族治療都不是來自於實證研究的操作經驗，有些研究者因此提出了這種缺點也是導致家族治療領域到現在為止發展比較緩慢的原因。相對來說，許多家族治療和管教訓練雖然現在已經廣泛的被使用，但是許多還是缺乏實證研究的根據，並且應該再接受實證研究的測試。家族治療已經開始

2 兒童與青少年治療

進入到兒童跟青少年的家族實證性研究的潮流當中。

1990年代將許多心理治療帶入了實證的考驗當中：大家開始詢問到底哪些治療有曾經被驗證過，而且發現他們能夠產生有利的治療效果？許多治療是來自於實證研究的支持，這種經過驗證的治療方式將會成為未來十年的核心。在醫師、實習醫師、住院醫師的訓練計畫，則是會根據哪一些方式真正能產生治療效果，才會將它們安排在訓練的計畫當中，並且研究和健康管理的機構才會考慮對這些治療給予研究的經費，而越來越多的消費者也傾向於尋求這種被科學和實證支持的治療方式，本書當中詳細的記載了這些有名的實證研究計畫，而且通常是根據手冊來操作的，毋庸置疑的都是一些證明有效的治療方式。

根據手冊的治療方式並不是要求我們就像切割餅乾的機器一樣，對每一個人或動作都是一成不變的，其治療方式主要是希望治療的策略和目標，能夠在進入治療前就加以訂定，並且能夠隨著治療的進展給予適當的監控。但是文字本身是沒有生命的，操作的人應該要從手冊當中自行吸入充滿生命力的能量。我們希望書上的某些章節能夠提供讀者來看看各種治療的策略以及治療的組成，如何從手冊轉變成為實際操作的治療計畫，許多治療的手冊都是根據本書的第二版來加以編著的。

在這本書當中所描述的治療主要是來自於各種研究的文獻，這些文獻描述了各種疾病的治療方式，而且比較了來自於不同的治療計畫、文獻當中所提及的治療效能和治療有效性。同樣地，治療也來自於對於臨床個案的觀察，以及來自於治療計畫作者的督導而獲取的經驗。我自己從天普大學兒童及青少年焦慮症門診的許多研究報告當中吸收很多，也從這個門診的個案當中以及個案個別的需求和所遭遇的情境當中學習了很多。

第一章則是提供了兒童及青少年工作的引導理論。這些理論當中包括了對於問題解決、認知訊息處理、情緒以及人際關係，而且同時是根據個案當時的表現來作判讀。這個章節也討論了治療師當作一個教練的這種取向，個案發展出因應模式的時間架構、青少年正常發展的角色，以及理性的治療師對於個案的改變應該是帶著何種的期待才算合理。這