

輔導與諮商叢書

婚姻與家族治療

曾端真 著





ISBN 957-9521-5152-1
336
00300

9 789579 521277

NT\$ 30

輔導與諮商叢書 29

婚姻與家族治療

曾端真 著



天馬文化事業有限公司

國家圖書館出版品預行編目資料

婚姻與家族治療. / 曾端真著. -- 五版. --
臺北市：天馬，民80
面：公分. -- (輔導與諮商叢書；
A1029)
參考書目：面
ISBN 957-9521-27-1



婚姻與家族治療

輔導與諮商叢書 A1029
編著者
定價
發行
內政部登記證
ISBN
印刷者

發行人
出版者

版權所有·翻印必究

曾端真
新台幣300元整
93年1月五版
局版臺業字第1413號
957-9521-27-1
瑩欣印刷設計事業有限公司
台北市貴陽街二段17巷10號1樓
電話：2371-0370 傳真：2312-3097

劉景堯
天馬文化事業有限公司
台北市和平東路一段145號8樓
電話：3322-1187 傳真：3322-1193
網址：<http://www.tienma.com.tw>
電郵：tien.ma@msa.hinet.net
郵撥：10445093



作者簡介

曾端真教授

學歷：

國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所博士

經歷：

台中市崇倫國中教師

台北市中山女高教師

國立臺灣師範大學學生輔導中心—助理研究員

私立中國文化大學副教授兼學生輔導中心主任

國立臺北師範學院教育心理與輔導系主任

現職：

國立臺北師範學院教育心理與輔導系教授



關於本書一

婚姻與家族治療的興起雖然是近三十年來的事，但是由於婚姻與家庭的問題與人的生活共同存在，因此其重要性與日俱增，這方面的專業人員需求亦日益迫切。

家族治療理論主張家庭是一個系統，此系統中任何一個因素的變動，都會影響系統中的其它部份。因此家庭中某一成員有了問題，表示該系統有問題。根據此觀點來檢視家庭的互動，找出癥結，修正互動型態，使家庭的功能正常運作，便成為家庭治療的重點。同樣的，從系統的觀點來處理婚姻問題，才能有效的幫助夫妻建立好的婚姻關係。本書對此有詳細的闡述。

人生病了會找醫生治療，但是很少人注意到家庭也會生病，以至於延誤治療，影響個人幸福至鉅。本書的內容提醒讀者重視自己的婚姻與家庭問題，並教導讀者預防與處理家庭問題，以及促進家庭功能發揮的方法。

本書可做為「婚姻與家庭治療」課程的教科書，也適合一般社會人士閱讀，以增進家庭幸福。



劉 序

如所周知，婚姻與家庭是現代人所面對的兩大危機，隨著傳統家庭制度的瓦解，個人尊嚴與自由成爲新時代的寵兒，但是工業化、大衆化、都市化的客觀環境反而使現代人失去均衡，彼此之間像陌生人，瀰漫著孤獨感，於是家庭成爲鬆弛自己、尋回平衡的最大依靠。現代家庭以夫婦爲中心，照理說生活的自由度有很大的空間，家庭內在穩定功能應足以彌補都市化的缺陷。然而，從離婚率的急遽增加，青少年認同功能的喪失，心理疾病、自殺事件、暴力事件、少年犯罪的日趨嚴重，足以證明現代家庭問題重重。婚姻諮商旨在針對以夫婦爲中心的家庭問題提供專業性的矯治功能，它在現代社會的重要性，不言而喻。

婚姻諮商從其發生的源流而言有兩大支流，其一爲一九一九年、一九二二年分別在柏林和維也納開設的性生活指導機構，後來此潮流發展爲家庭計畫運動；其二爲一九二九年史騰夫婦（Abraham and Hannah Stone）在紐約開設婚姻生活輔導中心之後在美國逐漸發展的一股。歐美各國的臨床心理學家、社會工作人員、精神科醫師等從三、四十年前就展開夫婦諮商

工作。尤其近年來專攻婚姻諮商的專業人員所提供的心理治療與研究，令人刮目相看。諸如夫婦關係的結構與過程之研究，從心理與社會層面幫助夫婦之實徵研究都有斐然的績效。

家族治療是一九五〇年代在美國興起的心理治療潮流，早在一九三〇年代，精神分析導向的精神醫學家已經開始注意到病患的家屬，第九屆精神分析國際會議即採用「家族精神官能症與精神官能症家族」(Family Neurosis and the Neurotic Family) 為討論主題，過去以一對一為金科玉律的精神分析技巧終於被打破，然而當時這些論文並未受到重視。到了一九四〇年代，情況有了很大的轉變，醫療界人士開始討論心理障礙病患在症狀消失回家之後又有症狀再發的情形。有一篇實徵研究的論文引起精神醫學界人士對家族成員互動關係的注意。一九五〇年代已超越心理動力 (psychodynamics) 發展為家族動力 (family dynamics) 的概念，而超乎個人治療 (individual treatment) 的家族治療 (family treatment) 技巧更受到重視。

近年來，美國家族治療的發展非常迅速。一九五七年美國矯治精神醫學學會 (ORTHO)、一九五八年美國精神醫學學會 (APA) 均承認家族治療為心理治療的一種形態。如果說一九五〇年代末段是家族治療的萌芽時期，一九八〇年代可以說是家族治療的開花時期。一九八一年由艾克曼家族治療研究

所主辦的研討會即以「家族治療的開花」(The Flowering of Family Therapy)為主題，與會人員有八百多名，盛況空前。一九八二年AAMFT(American Association for Marriage and Family Therapy,美國最大的家族治療學會)人數已將近一萬名；一九八七年由艾力克遜財團所主辦的「心理治療的評估」(The Evaluation of Psychotherapy)研討會，出席的心理治療專家逾七千名，成為二十世紀心理治療的盛舉，大會邀請做專題演講的專家，包括家族治療(七名)、認知行為治療(四名)、人本治療(四名)三大類，家族治療受到重視，由此可見。

回顧三十多年來家族治療的發展，在理論上分類的方式因人而異，一九八五年高登堡(Goldenberg & Goldenberg)所提出的有心理動力學派、經驗取向學派、人本學派、家族系統學派、結構家族學派、家族溝通學派(MRI互動理論、策略性家族治療理論、系統家族治療理論)、行為主義學派等。

本文作者曾端真君係國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所畢業，先後取得碩士與博士學位，曾君天資聰穎，思考周密，領悟力強，每遇疑難問題追究到底，其求學態度，可圈可點。正因為如此，多年來在輔導與諮商領域涉獵既深且廣，誠為不可多得的研究人才。三年前出版「現實治療理論與實施」一書，理論與實務並重，深受輔導界先進所肯定。曾君肄業博

士課程時，曾選修「婚姻與家族治療」一科，對於各派理論潛心研究，且有實務經驗，此次「婚姻與家族治療」一書付梓，乃多年來研究之成果，本書內容過去曾在「諮商與輔導」月刊連載，甚獲好評，集刊成書，架構完整，確為一本不可多得的專著。我國在「婚姻與家族治療」方面剛起步，本書之出版有其時代意義，欣喜之餘，樂為之序。

劉焜輝 謹識

民國八十年六月二十八日於國立台灣師範大學

自序

人是生活在環境中的個體，系統中的任何變動都會對個體的行爲、情緒與想法產生影響。在面對有了困擾的個體時，必須注意他當前所處的環境，及其與環境的互動。尤其對象是兒童與青少年時，更需從系統的觀點來思考問題，才能有效的幫助孩子們脫離困境。

家族治療理論的主張便是當個體有了偏差行爲或適應不良的癥狀時，表示其家庭系統有了問題。著名的家族治療家Satir（1982）曾說：「成人只是塊頭較大的小孩子」，我深有同感。許多成人在面對不如意的事或難題時，哭、鬧、攻擊、逃避、退縮、鬧情緒等行爲和小孩子並無二致。親子衝突或夫妻衝突，便是成人表現出孩子般的行爲所致。婚姻或家族治療的目的在於修正家庭成員的互動，幫助夫妻或家人學習成熟的行爲模式，以恢復家庭系統的正常功能。

本書由我兩年來發表於「諮商與輔導月刊」上的文章彙整而成。內容包括兩部份，第一部份是婚姻治療，第二部份是家族治療。婚姻與家族治療的理論浩瀚，方法也因治療者的理論取向和風格而異，因此本書無法盡得其全貌。不過本書對家族

治療的意義、主要的家族治療理論和實施方法、婚姻的意義及婚姻治療的實施均有詳細的說明，而且融合許多我在工作上的經驗和心得，就初學者而言，當具有引領入門的功能。

在撰寫這些文章時，我個人獲益良多，因為我會不時的從系統的觀點來審視自己和配偶、孩子以及和家人的互動，並努力去促進我們的關係。這個過程，更讓我覺得推廣家族治療的觀點是一件有意義的事，因此不揣淺陋將這些文章集成成書，希望有助於專業助人者擴展知能，也希望讓一般社會人士知道如何增進家庭的幸福。

本書之完成，我要感謝恩師劉焜輝教授數年來的鞭策，使我擁有持續研讀與寫作的動力；也很感激與我共處的當事人，他們是我不斷充實輔導知能的源泉；我的外子和兩個兒子，則豐潤了我和這本書的生命。

最後祈盼讀者和專家賜正，以提昇本書的功能和價值。

曾端真 謹識
中華民國八十年六月

修訂版序

當前社會經濟的繁榮，掩蓋不住人心的壓力與寂寞，不少家庭面臨夫妻及親子關係的衝突，不少個體處於自我定位及自我成長的困境之中。許許多多有錢有閒的人因找不到快樂而生活於苦惱之中；更有許許多多沒錢沒閒的人因生活於苦惱之中而找不到快樂。任何一個人的苦悶，其周遭親人必遭池魚之殃。

筆者在教學及輔導工作中，發現家族治療對於協助個體成長、面對困境與解決問題方面，有很大的功效。家族治療從一個系統的觀點來審視與處理問題，能讓個體有所領悟與洞察，並能活化其潛伏的生命力，更重要的是個體能湧現自我負責的行動力。「婚姻與家族治療」一書於民國八十年出版，歷經五年。在這五年中，筆者忝為家族治療的教學與工作者，有機會常接觸相關典籍，並從實務工作中成長，這些經驗促使筆者對家族治療有更多的思考，也觸動了修正本書的意念。

本書之修訂主要是擴增第二篇「家族治療」中的篇幅。增加的章節為「家庭系統」、「家庭的生命週期」、「家庭功

能」、「家庭溝通與關係」、「家族治療的實施」、「家庭圖」。增加這些章節，可讓讀者對家庭系統有較完整的概念。此外，刪除了兩章譯文：「家庭資料的蒐集與評量」及「家庭圖在治療上及學校機構的應用」。原版的其他部份均保留，只在文詞上略有修正，使概念更為清晰。本書做此修訂，希望能有助於讀者一窺家族治療的堂奧，並引起鑽研家族治療之興趣。學術研究須不斷的更新，實務工作亦須持續的努力。筆者雖勉力為之，仍有所疏漏與不足，敬祈讀者與先進不吝賜正。

曾端真 謹識

民國八十五年八月

婚姻與家族治療

目 錄

劉序

自序

第一篇 婚姻治療	1
第一章 婚姻的意義	3
第二章 爲什麼結婚	11
第三章 婚姻的迷思	21
第四章 婚姻的衝突	33
第五章 夫妻溝通的障礙	43
第六章 婚姻治療的基本概念	51
第七章 婚姻治療的過程	61
第八章 治療者的角色和任務	71
第九章 建立治療關係的技巧	81
第十章 婚姻關係的評估	91
第十一章 婚姻治療的技巧與策略	103
第十二章 婚姻溝通技巧	127
第十三章 婚姻問題解決技巧	143
第十四章 婚姻問題預防技巧	153

第二篇 家族治療	161
第十五章 家族治療理論概述.....	163
第十六章 家庭系統.....	179
第十七章 家庭的生命週期.....	193
第十八章 家庭功能.....	209
第十九章 家庭溝通與關係.....	225
第二十章 Bowen的家族治療理論.....	249
第二十一章 結構論的家族治療.....	265
第二十二章 互動取向的家族治療.....	287
第二十三章 策略論家族治療.....	297
第二十四章 經驗主義取向的家族治療.....	311
第二十五章 短期家族治療.....	331
第二十六章 家族治療的實施.....	343
第二十七章 家庭圖.....	373
第二十八章 家庭系統與親子關係.....	389
參考書目	399

第一篇

婚姻治療