

“十一五”国家重点图书出版规划项目



儿童心理咨询与治疗丛书

主编 傅宏

E
大教育书店
www.djysg.com

Family Therapy of The Children

家庭是如何影响儿童发展的？儿童家庭治疗中谈话技术包括哪些？如何……郑爱明 著
制定儿童家庭治疗计划？家庭治疗给出的信息是这样的：帮助其他人改变，当你和他互动时，你自己才能改变，而且能让在同一系统中的你们两个都改变。

儿童家庭治疗

出版传媒集团
江苏教育出版社
JIAN SU EDUCATION PUBLISHING HOUSE

「十一五」国家重点图书出版规划项目

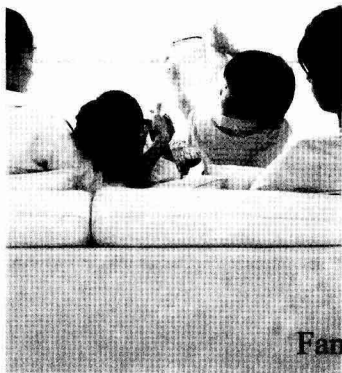
儿童家庭治疗

郑爱明 著



儿童心理咨询与治疗丛书

主编 傅宏



Family Therapy of The Children

凤凰出版传媒集团

江苏教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童家庭治疗/郑爱明著. —南京: 江苏教育出版社, 2011. 3

(儿童心理治疗丛书)

ISBN 978-7-5499-0272-9

I. ①儿… II. ①郑… III. 儿童—精神疗法 IV. ①R749.940.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第263299号

儿童心理治疗丛书

- 书 名 儿童家庭治疗
主 编 傅 宏
作 者 郑爱明
责任编辑 鲍雄英
装帧设计 刘 俊
出版发行 凤凰出版传媒集团
江苏教育出版社(南京市湖南路1号A楼 邮编210009)
网 址 <http://www.1088.com.cn>
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京前锦排版服务有限公司
印 刷 江苏凤凰通达印刷有限公司
厂 址 南京市六合区冶山镇(邮编211523)
电 话 025-57572508
开 本 787×1092毫米 1/16
印 张 18.25
字 数 250 000
版 次 2011年3月第1版
2011年3月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5499-0272-9
定 价 36.00元
批发电话 025-83657791, 83658558, 83658511
邮购电话 025-85400774, 8008289797
短信咨询 025-85420909
E-mail jsep@vip.163.com
盗版举报 025-83658551

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换
提供盗版线索者给予重奖

总序



从历史的角度看,心理咨询和治疗事业在中国的发展至今也只不过刚刚经历了二三十年的短暂时光。在这个过程中,国人虽然已经积累了一些有益的经验,不过,与一些西方成熟的心理学大国相比较,事实上还是存在着不小的距离。在目前情况下,中国心理咨询专业发展中的最主要问题,实际上并不是引进西方文献不足,而是方向选择不够具体和不够贴近现实社会需要:虽然这几年一些出版社已经引进了大量的西方专业咨询治疗相关书籍,并且很多书籍也都是些经典,但是,大多为简单照搬,在许多贴近中国社会文化或现实需要的专业实践工作上还不够充分,基本上还处在“拿来主义”和知道什么就介绍什么的阶段,显得有些消化不良和比较杂乱无序。甚至一些早已经被西方主流心理学淘汰的,比较激进和追求外在形式上吸引力的心理治疗方法反而受到了热捧,不利于引导人们形成对心理

咨询和治疗的合理认知。对于一些目前国内急需得到关注并亟待解决的问题,譬如针对独生子女和高学业压力处境下的儿童抚养,现代家庭的婚姻指导和快速老龄化情形下的心理干预等相关问题的专业咨询研究书籍,相对还比较缺乏,没有得到应有的重视,其发展速度与国人总体对心理学的需求尚不相符合。基于对这样一种情形的考虑,我们编写了这套既强调专业性,且能够很好指导实际儿童心理训练的丛书。希望能够为儿童辅导相关专业人员、包括广大教育工作者乃至家长在儿童培育研究和实践中有所助益。

我们这次编写的《儿童心理治疗》丛书,其基本出发点就是希望能够引起人们对于儿童咨询治疗相关问题的重视。以家庭为例,在目前大多数家庭只能生一个孩子的情况下,父母往往会面临一个非常尴尬的处境:一方面,重视作为唯一一个孩子的成长,希望尽可能地倾注心血为下一代做一些力所能及的事情;同时,另一方面,父母又会因为缺乏经验,存在太多的困惑和茫然。在没有专业知识指导的情况下,他们很容易会用一种成人的眼光自以为是地去抚养和教育孩子,自作多情地为孩子提供尽可能多的训练,生怕自己的孩子不如别人的孩子好,“拔苗助长”的现象在现有的儿童青少年培养中自然就比比皆是了。其实其中许多的错误甚至只需要具备一些基本的专业常识就可以得到解决了。笔者还记得在南京图书馆为一些读者做了一次关于儿童心理发展知识的报告会之后,曾经有一位充满困惑的母亲向我提问说,“(在心理学中)有没有什么好办法可以让自己的孩子不厌食”(其实,从当时的提问情境判断,我理解她所表达的意思是指孩子“挑食”和“不好好吃饭”),我随即向这位母亲反问道:“试想当你还是孩子的时候,那时候生活不如现在富裕,而且你的家中有很多兄弟姐妹,每当吃饭的时候每个孩子只能吃到他自己的那一份,即便剩余一些少量饭菜也是要看谁先吃完了才有机会先得到的话,你估计还会有人挑食或不好好吃饭吗?”这位母亲听了这番话,若有所悟,不过,旋即又说道:“可是现在的情况不一样啊!现在生活条件已经明显改善了,而且独生子女也没有可能去争抢了。”是啊,其实更重要的是从吃饭的行为看到



日常生活中的一个现象,在父母与唯一一个孩子相处的过程中,这些儿童是很难学会必要的自我保护能力的,更何况那些只有在“恶劣”处境下才能获得的一些竞争和必要的妥协能力。可是,父母不知道的是,经常只需要稍许减少一点关注,就可以令孩子的饮食行为变得自然许多了。要知道,获取食物是人的本能,是无需刻意训练的,过度关注反而会造成厌食。类似的情况还可能表现在学习和日常生活的很多方面,只要稍作引导就可以改善了。

从这里也就自然引出了一个值得思考的问题:哪些东西是儿童成长中更为重要和需要更多关注的?而有哪些人是可以减少关注的?除去读书学习,游戏玩耍对于促进儿童成长的意义何在?虽然这些是很难简单回答的问题,但是,至少人们可以确信一点,在儿童成长中,诸如游戏、绘画、阅读等等,很多都是对他们成长很重要,也是他们很喜欢的事情。通过这些丰富多彩的活动,儿童方能发现自我,认识社会,并最终得到合理成长。这其中的许多内容经常是仅仅凭书本知识的教育无法提供的。当然,中国儿童要比其他文化背景下的儿童承受更多学业上的压力,甚至在学龄前就承受课业的压力。一些学者(Lin & Fu, 1990)提出中国父母比美国父母更强调儿童学业成就的重要性,中国父母不但要求儿童在学校的学业成绩优秀,而且还重视让孩子学习“有用的嗜好”。与学习相比,绘画、游戏等活动常被家长视为次要的方面。对中国儿童而言,学业竞争的失败常被引导内化为不能为家族争光。这种为家族争光的价值正好与西方儿童理论中强调的喜欢、欣赏并接纳自己的价值形成鲜明的对比。记得一位从事幼教工作的好友曾经说到他在一个幼儿园听公开课的时候所见到的一幕情景,令人印象深刻:在上课的过程中,几位小朋友在老师的安排下参与娃娃家游戏,其中一位男孩子被安排“拖地”,就在他拖地的过程中,另外一位在旁边负责观看的小朋友也很想一试身手,碍于很多参观的客人老师,小朋友有些不好意思,但又很想做,最终还是忍不住从正在拖地的小朋友手中抢过拖把,并且为自己开脱道“现在爸爸累了,妈妈来接着拖一下”,被这个突如其来的行为搞得不知所措的男孩子只得愣愣地站在那里……其实,由此

引发的一个值得思考的问题在于,到底人们人为安排的教育可以给予孩子们多少东西?还有哪些东西是必须靠孩子们在看似自然的游戏玩耍中才能学会的?儿童教育训练的关键是“授之以鱼”抑或“授之以渔”?这些看似老调的问题,其实很具有现实性。我们希望通过编写这套丛书,不仅帮助那些专业工作者们能够在他们的专业研究或实践中去更多地思考一些与国情相关的问题,而且也能千千万万的父母和教育工作者提供一些有益的参考和引导,让他们能够体会到其实儿童的很多活动也是成长中所必需的,引导儿童的合理成长必须是多元的。

这套丛书共包含6册,分别是《儿童游戏治疗》《儿童阅读治疗》《儿童艺术治疗》《儿童行为治疗》《儿童团体治疗》和《儿童家庭治疗》,它们将陆续与读者见面。这些书不仅各具特色,而且非常贴近儿童实际,很多内容都是源自于对日常生活中儿童问题的帮助。对于大多数读者来说,无需考虑丛书的顺序,完全可以按照自己的喜好任意选择其中的一部开始阅读。至于为什么我们会使用“治疗”而不是其他更温和一些的字眼来表达这些儿童活动,其实用意很简单,只是为了强调它们的功用性,只要你把有意识的教育也当做是一种治疗的时候,这里治疗的含义也就没有那么难理解了。为了令包括普通教师、家长在内的所有读者都能够从中有所获益,这些丛书的作者们在写作中做了很多推敲,力求通过使用通俗易懂的语言和一些身边的案例来介绍科学知识、介绍最新专业研究成果。

不仅如此,这套丛书在结构和形式的编排上也做了一些设计,提供了导读、案例、问题与思考等专栏和知识链接,通过呈现资料和信息的方式,给读者尽可能多的个人思考空间。此外,除了一些专业人士和学生,关心此类书籍的读者还会包括很多有较好知识修养的普通家长和教育工作者,我们在不影响可读性的情况下,尽可能地把一些相关科学概念和研究成果作了系统梳理,确保文献的科学完整性和与学术前沿接轨。

从国内现有出版物情况来看,除了少数几部关于一般儿童心理治疗的书籍和一些涉及游戏、艺术等专业儿童治疗的书籍之外,能够比较系统地讨论各种与儿童生活联系紧密的治疗书籍还很少见。虽然这套丛书在很



多方面难免存有瑕疵,有待同行和其他相关人士的批评指正,但是,我们也相信它的面世一定会为推动更具有中国特色的儿童心理咨询和治疗事业作出贡献。

傅 宏
2009 岁末于南京随园

前言



作为一名心理学工作者,我 1996 年从南京医科大学精神病与精神卫生专业毕业后,留校从事学生管理工作,4 年的学生辅导员工作,让我有机会接触了许多“好生”与“差生”,也接触了许多“好生”与“差生”的家庭,发现学生的“好”与“差”与成长的家庭非常有关系,问题学生往往是与问题家庭联系在一起的。

2000 年,我从事心理学的教学和临床咨询工作,这份工作让我不轻松,因为我工作的对象主要是青少年,他们的问题主要是发展成长的问题,不是精神疾病问题,而我的专业背景老是让我把学生的问题往精神疾病方向想,这让我很是矛盾痛苦,痛苦的结果是改变自己,学习是当时自认为改变自己的最好办法,其间,我参加了南京师范大学的心理学专业的硕士学习,也参加了各种类型的心理咨询和治疗的培训班,学习的结果是让自己找到了力量,尤其是经过中德高级心理治疗师连续培训项目(第二期家庭组)的学习后,感觉系统思想的伟大,凡事都强调系统和平衡,系统是思想,平衡是方法。联系到该项目的中方负责人赵晓东教授授课中的一句话,原话记得不清,主要是从心理治疗的角度讲的,大意是这样的:幸福的家庭心理上有不一样的幸福,不幸的家庭心理上有同样的不幸。孩子生“病”了,家庭一定生“病”,家庭成员的关系问题(特别是夫妻关系)迟早会反映到孩子身上。

这几年,我师从傅宏教授学习青少年心理健康教育,学习的过程,也是

我和女儿一起长大的过程,我经常把从傅老师等许多老师那儿学到的知识和技能运用到我的家庭和女儿身上,女儿和她的同学给了我许多启迪。记得有一次开家长会,女儿的班主任和我交流,班主任说班上一个男生到处打人,找该男生家长谈话,家长怎么也不相信,说该男生在家里表现很“乖”,非常“听”父母话,在家和在校表现截然不同甚至相反,该班主任甚是困惑。我说,该男生父母双方或一方平时可能体罚得很厉害,“对呀!”女儿班主任很是佩服我,说该男生母亲告诉她,孩子在家只要不听话、不乖,一般情况下,该男生父亲基本就是棍棒解决,而且打起来很凶,男生非常害怕父亲,因此,可能一种解释就是,该男生打同学只不过是释放了对父亲打自己而积蓄的愤怒情绪而已,通过此种方式来达到心理平衡。也许,大胆一些猜测,该男生的父亲小时候家庭教育他的方式估计也是体罚为主,该男生将来长大了,教育自己的孩子的方式,也许也会有体罚的成分,这就是家庭的“性格”,而且,这种家庭的“性格”很大程度上会“遗传”。教育孩子如此,其实,家庭的婚姻生活也有可能如此。因此,讨论孩子的心理问题,孩子所在的家庭系统,尤其是家庭成员互动的方式,是必须考虑的一个重要因素。

家庭治疗和个体心理治疗一样,都是心理治疗的途径以及了解人类行为的方式,但是家庭治疗是对个体心理治疗的一次革命,它挑战了“以个体为整个心理范畴的中心”的基本信念,将所存在的问题或症状从个体转向了关系。一位个体心理治疗的治疗师会这样告诉来访者:“改变自己,自己努力,这样你就会成长。”但家庭治疗师则会以一种不同的方式描述:只有自己所居住的环境有了改变,家庭成员才会有所改变。因此,家庭治疗给出的信息是这样的:“帮助其他人改变,当你和他互动时,你自己才能改变,而且能让在同一系统中的你们两个都改变。”儿童心理治疗中,我们经常会说“儿童生病,家庭吃药”的专业行话,其实,讲的就是处理儿童的问题,从成因来说,不是儿童个人的问题,可能是家庭系统的问题;从治疗角度来说,改变的不仅是儿童本人,更是儿童所在的系统,尤其是家庭系统。

参与傅宏教授主编的儿童心理治疗丛书时,非常忐忑,虽然自己在平



时的工作中确实从事少年儿童的心理咨询和治疗工作,经常用家庭治疗的方式来为儿童进行治疗,但要写一本书,确实内心比较焦虑,后经傅老师和许多同仁的指导,结合自己的临床工作及查阅文献,形成本书的一个底稿。

全书共十章,概括起来说,内容可分两大部分:一部分是儿童与家庭的关系,家庭治疗的理论和流派的介绍,属于理论部分;另一部分是如何做儿童家庭治疗,属于实践技能的部分,重在第二部分的写作。前者包括第一章(儿童与家庭)、第二章(家庭治疗的基本理论与概念),余下的章节基本属于第二部分,包括第三章(儿童家庭治疗的常用技术)、第四章(儿童家庭治疗前的准备)、第五章(儿童家庭治疗的初次访谈)、第六章(儿童家庭评估)、第七章(儿童家庭治疗的评估)、第八章(儿童家庭治疗中的阻抗处理)和第九章(结束儿童家庭治疗)。第十章(和儿童家庭一起成长)针对治疗中可能遇到的精神障碍的儿童、离异家庭和留守儿童的处理做了介绍,同时对儿童家庭治疗师本人的专业成长做了一些探索和思考。

本书写作的过程中,傅宏教授给了我许多指导和帮助,从写作大纲到最后的文字修改,倾注了大量的心血。我的来访者和女儿也给了我许多思考和启迪,来访者和女儿的成长,为写作提供了很好的素材。写作期间,我在美国韦恩州立大学医学院做短期访学,该校的李晓明教授、张丽英老师、江一帆老师、郭艳博士后和赵群博士以及我校的郑宇老师等诸位给了我许多帮助。陈亮同学和周薇同学对文字进行了一些校对工作。本书引用和参考了一些文献和资料,对这些文献和资料的作者,一起表示衷心感谢!

由于时间紧,本人水平有限,因而在书中会出现一些问题和疏误。恳请读者批评指正,以便以后修订完善。

郑爱明

2010年6月于南京

总序 001

前言 001

第1章

儿童与家庭



第1节 儿童发展 003

1.1 儿童发展 003

1.2 儿童发展特征 004

1.3 了解儿童的成长 006

第2节 家庭与家庭影响 008

2.1 家庭的发展:家庭生命周期 008

2.2 幸福家庭的五要素 010

2.3 如何营造和睦的家庭 013

第3节 父母的自我改变 014

3.1 儿童偏差行为的目的 014

3.2 父母的情绪与信念(含价值观与期望) 016

3.3 有害的育儿教条 018

3.4 正确的改变与调整 019

第4节 中国家庭与儿童成长 021

4.1 过分简单化与中国人的面子 021

4.2 悖论处境与中国家庭 023

第5节 儿童与家庭治疗 026

5.1 家庭治疗是一种从关注个体转向关注系统的
治疗 026



第1节 家庭系统治疗的发展 037

- 1.1 家庭系统治疗的形成与发展 037
- 1.2 21世纪的家庭系统治疗 040

第2节 几种经典的家庭治疗理论 042

- 2.1 鲍文家庭治疗(Bowen family therapy) 042
- 2.2 系统家庭治疗(systemic family therapy) 043
- 2.3 策略家庭治疗(strategic family therapy) 045
- 2.4 结构家庭治疗(structural family therapy) 045
- 2.5 经验/人本家庭治疗(experiential humanistic family therapy) 046
- 2.6 社会建构主义家庭治疗(social constructional family therapy) 047

第3节 家庭治疗中的基本概念 049

- 3.1 人际背景(interpersonal context) 049
- 3.2 家庭系统(family system) 050
- 3.3 家庭结构(family structure) 051
- 3.4 家庭故事(family story) 053
- 3.5 家庭规则(family rules) 054
- 3.6 家庭稳态(family stationary) 054
- 3.7 循环因果(circular causality) 055
- 3.8 过程与内容(process/content) 056
- 3.9 症状的意义(功能)(the meaning/function of symptoms) 057
- 3.10 互补性(complementarity) 058
- 3.11 三角关系(triangles) 059



- 3.12 阻抗(resistance) 061
- 3.13 性别(gender) 062
- 3.14 文化(culture) 063
- 3.15 反馈与控制(feedback & control) 064
- 3.16 子系统(subsystem) 066
- 3.17 边界(boundary) 068
- 3.18 结盟,权力和联盟(coalitions & power) 070
- 3.19 开放和封闭的系统(open and closed system) 071
- 3.20 家庭与更大的系统(family and larger system) 072

第3章

儿童家庭治疗的常用技术



第1节 谈话技术 081

- 1.1 提问技术 081
- 1.2 描述、释义和去诊断 087
- 1.3 儿童心理治疗谈话的注意点 090

第2节 家谱图技术 091

- 2.1 家谱图的作用 091
- 2.2 家谱图的种类 092
- 2.3 家谱图的基本符号 093
- 2.4 家谱图绘制的基本步骤 095
- 2.5 家谱图使用的注意点 097

第3节 其他扰动技术 098

- 3.1 “扰动”和“干预”的区别 098
- 3.2 儿童家庭治疗中常用的其他扰动技术 099

第4节 制定儿童家庭治疗计划技术 106

- 4.1 治疗计划的作用 106
- 4.2 制定家庭计划的步骤 107
- 4.3 制定计划需要注意的问题 110

第4章

儿童家庭治疗前的准备



004

- 第1节 儿童家庭治疗师自我的准备 115
 - 1.1 治疗师自我成长的几个重要因素 115
 - 1.2 自我照顾与成长 118
- 第2节 儿童家庭治疗师的成长阶段 124
 - 2.1 学习基本技巧 125
 - 2.2 案例分析学习 126
 - 2.3 自我的探讨 127
 - 2.4 注意点:界限的尺度 129
- 第3节 第一次访谈前的准备 130
 - 3.1 最初的接触 130
 - 3.2 对治疗的期望和焦虑的处理 132
 - 3.3 收集资料 133
 - 3.4 初步的假设与评估 136

第5章

儿童家庭治疗的初次访谈



- 第1节 首次会谈步骤 141
 - 1.1 建立治疗关系,介入儿童家庭 141
 - 1.2 确定儿童家庭对治疗的期望目标 143
 - 1.3 探究来访者的求助动机 146
 - 1.4 制定目标和工作计划 148



1.5 家庭作业 150

1.6 结束 151

第2节 儿童家庭治疗的必要设置 152

2.1 签订治疗协议 153

2.2 信息的保密和透露 153

2.3 付费 155

2.4 录像和观察 156

2.5 签知情同意书 158

第6章

儿童家庭评估



第1节 初步评估 163

1.1 了解现在的问题 163

1.2 了解推荐程序 165

1.3 评估已经尝试过的问题解决方法 165

第2节 评估父母和家庭系统 166

2.1 家庭系统的界定 167

2.2 父母关系 167

2.3 婚姻外关系的卷入 169

2.4 父母的教养方式 169

2.5 家庭结构 171

2.6 家庭生命周期的阶段 172

2.7 家庭评估 173

2.8 家庭外的社会系统评估 174

第3节 儿童危害性的评估 178

3.1 自杀与自伤 178

3.2 危机程度和生活压力事件 182

3.3 对儿童的暴力和虐待 182

3.4 对儿童的性侵犯 184

第7章

儿童家庭治疗的评估



第1节 治疗形式、目标和干预手段的选择评估 189

- 1.1 理论取向 189
- 1.2 治疗师的经验 190
- 1.3 费用影响 190
- 1.4 来访者的动机和参加的可能性 191

第2节 治疗持续时间和频率评估 192

第3节 治疗效果评估 194

- 3.1 疗效评估的概述 194
- 3.2 疗效评估的指标 196
- 3.3 影响疗效的有关因素 197

第4节 治疗副作用的评估 200

- 4.1 理论的不完善 200
- 4.2 治疗师自身的问题 202
- 4.3 如何克服治疗的副作用 204

第5节 转介 205

第8章

儿童家庭治疗中的阻抗处理



第1节 阻抗的概述 211

- 1.1 阻抗的定义 211
- 1.2 阻抗产生的原因 212

