

焦點解決 團體工作

Solution-Focused Groupwork

John Sharry 著
周玉真 譯



心理出版社

焦點解決團體工作

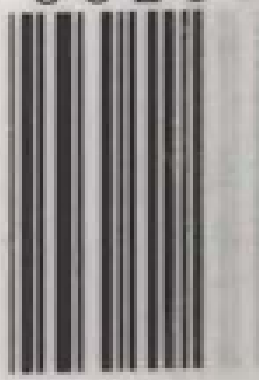
這本《焦點解決團體工作》，將焦點解決治療的概念和技巧，完整地應用在團體工作中。在John Sharry的用心和創意之下，他檢視了致使焦點解決團體工作有效的治療性因素、謹慎選擇個案和例子做貼切的說明，也帶著讀者從團體計畫開始到最後，透視團體的不同階段。Sharry也提供了幾個可以實際應用的創意活動，對於如何進行團體效果評估，以及如何解決團體中的困難，也都有清楚的論述和探討。如果您有從事團體設計和帶領的工作，相信您也會發現它具有高度的實用性，並能從中受益。

Solution-Focused Groupwork

ISBN 957-702-959-0



00250



9 789577 029591



焦點解決團體工作

Solution-Focused Groupwork

作者◎ *John Sharry*

譯者◎周玉真

國家圖書館出版品預行編目資料

焦點解決團體工作 / John Sharry 作；周玉真譯。

-- 初版. -- 臺北市：心理，2006（民 95）

面：公分. --（焦點解決；2）

參考書目：面

譯自：Solution-focused groupwork

ISBN 978-957-702-959-1（平裝）

1. 團體治療

178.8

95020642

焦點解決 2 焦點解決團體工作

作 者：John Sharry

譯 者：周玉真

執行編輯：林怡倩

總 編 輯：林敬堯

發 行 人：洪有義

出 版 者：心理出版社股份有限公司

社 址：台北市和平東路一段 180 號 7 樓

總 機：(02) 23671490 傳 真：(02) 23671457

郵 撥：19293172 心理出版社股份有限公司

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

網 址：www.psy.com.tw

駐美代表：Lisa Wu Tel：973 546-5845 Fax：973 546-7651

登 記 證：局版北市業字第 1372 號

電腦排版：臻圓打字印刷有限公司

印 刷 者：東瀾彩色印刷有限公司

初版一刷：2006 年 11 月

本書獲有原出版者全球中文出版發行獨家授權，請勿翻印

Copyright©2006 by Psychological Publishing Co., Ltd.

定價：新台幣 250 元 ■有著作權・侵害必究■

ISBN-13 978-957-702-959-1

ISBN-10 957-702-959-0

譯者簡介

周玉真

現職：玄奘大學應用心理學系暨研究所助理教授

中華民國諮商心理師

學歷：國立彰化師範大學輔導與諮商學系教育學博士

經歷：大葉大學共同教學中心助理教授

國立彰化師範大學社區心理諮商及潛能發展中心副研

究員

前 言

這本書奠定了 John Sharry 在愛爾蘭短期治療師的領導地位，也讓他成為焦點解決團體工作的先鋒。這是一本有興趣了解焦點解決治療先前的發展，以及任何對以資源為基礎（resource-based）的團體工作有興趣的人，都應該閱讀的書。所以，對這本書的完成有很深的感謝！Sharry 的語句流暢，能夠用清晰的想法來說明所有複雜的概念，這是一本很好閱讀的書，當然它還有更多的優點！

viii

Steve de Shazer 和 Insoo Kim Berg 是焦點解決治療的創始人，也是最早對焦點解決短期治療相關書籍做評論的學者。他們評論這些書籍像食譜（cook books），並且說過「你無法從一本食譜學到如何做治療」。因為我和我在 Brief Therapy Practice 的同事，都是從 Steve de Shazer 的「食譜」，《短期治療的解決之鑰》（*Keys to Solution in Brief Therapy*）（1985）和《線索：探究短期治療的解決》（*Clues: Investigating Solutions in Brief Therapy*）（1988）自學焦點解決治療的，所以我們想要對 John Sharry 在這個「廚房的」書架上加入創意給與喝采。這本《焦點解決團體工作》是一本秘笈，描述如何循序創立一個焦點解決團體。透過閱讀這本書來進行團體，它可能不是你會經驗過的最好的團體工作，但是如果你按其指引去做，也會有相當接近的美好體驗！

這本書裡有些什麼呢？多年的經驗：Sharry 對他的親職團體

方案進行長期的追蹤記錄，而且對於如何進行有詳盡的說明，有需要者也可以採用。《焦點解決團體工作》是這個經驗的一部分作品，不過裡頭也透過 Sharry 作為一位知識份子的求知慾（intellectual curiosity）而大大地加以擴充。他的靈感和理論基礎，是整理自許多同樣是支持和補充有關資源、能力和長處等論點的著作而來。本書的章節從理論討論到實務描述，都能夠讓讀者享受到智性的刺激，會有一種「有能力做」（do-ability）的感覺，對於一些比較困難的問題，也都提供了答案。因為這是一本好（食譜）書，也會做出一道好料理。

期待 Sharry 的下一本書。

Chris Iveson
Brief Therapy Practice, London

序言

這本書是我作為一位治療師和社會工作者兩個專業工作的交集。治療師是從我在一九九二¹年參加一個焦點解決治療的工作坊開始的，當中有許多新的想法讓我驚奇。就在我接受了許多年的心理動力訓練，認為問題要解決之前，必須要先對它進行了解和分析之後，焦點解決的概念挑戰了這個基本想法，心裡也想著這可能不是真的：不只是它不必然總是問題的焦點，有時也無助於解決問題，甚至會有反效果。焦點解決治療的主要概念很簡單，但卻影響深遠，也讓我開始想要對它有更多的發現。

ix

把焦點解決的概念放到我的實務工作中，就像是「回家」（returning home）。對我而言，焦點解決和我最早接受訓練的個人中心學派原則十分吻合，它們都反映出我對於人有自療（self-healing）能力的基本信念。在一個正向、支持的治療環境裡，案主能夠解決自己大部分的問題，它們也讓我不需要是個專家；因為信任案主是自己生活的專家，讓我得以和他們建立合作的關係。

第二個跑道是讓我寫這本書的原因，那就是我發現了團體工作的力量。團體讓一群人相聚一起，讓他們接觸到別人的支持和創意，這是個別治療所沒有的。許多次，我親眼看到成員是如何被其他人深深地撫觸和協助，而這是身為專業治療師的我無法給與的幫助。我經常覺得我作為一個團體領導者，只是將人們帶到一個團體裡來，然後「離開」，讓他們幫助彼此。我一直對治療

性團體如何比單做個別治療能有更大的療效和改變著迷。

本書嘗試將團體工作和焦點解決治療結合，強調它們在結合時有協同合用的可能性（*synergistic possibilities*）。焦點解決的原則很容易應用到短期團體工作，事實上，焦點解決的潛在力量也透過團體而擴展和增強。在團體當中，成員找到解決問題方法的可能性大為增加，不只是因為他們接觸到自己的能力和資源，也因為有其他成員的能力和資源。焦點解決團體工作的目的，就是要開創一個正向、支持的團體文化，然後利用團體動力與成員一起工作，達成他們個人和團體整體的目標。

本書是為那些使用團體來幫助人們，以及有興趣想要讓他們的團體變得更為正向焦點和短期，以及想要讓團體歷程朝建構解決（*solution building*），而非解決問題（*problem solving*）方向進行的專業工作者寫的。這是一本實務取向的書籍，著重將焦點解決原則實際應用在團體工作中，而不在詳細描述社會建構論和哲學觀。對理論有興趣的讀者，可以再從引文中找一些文獻來閱讀（例如 *de Shazer, 1994; Gergen & McNames, 1992; O'Connell, 1998*）。為了讓這本書容易閱讀和具實用性，我使用了許多案例、對話段落和訓練活動來說明概念和想法，雖然大多數的例子是從我自己在心理衛生中心帶的兒童、家庭和成人團體節錄的，但我確信焦點解決團體工作對其他情境和對象也可以有很大的貢獻。在你閱讀這本書的同時，我鼓勵你將這裡頭的想法，依你自己的工作情況做調整。

我不是在推銷一種團體工作的「新模式」，我對於焦點解決團體工作的原則，與許多其他的正向取向團體工作（那些可能已

經對你成為一位團體領導者產生影響的)，有如此大的一致性感到驚訝。我很尊重傳統的長期和以問題為焦點的治療，特別是 Irvin Yalom 讓人印象深刻的工作模式，但是，在現在愈來愈重視短期、以能力為基礎（strengths-based），以及以資源為焦點（resource-focused）的治療趨勢上，我相信焦點解決團體工作必然會有它的貢獻。我希望在你閱讀這本書的時候，你可以找到新的想法和建議，能夠很快地應用，以補足和擴展你的團體實務工作。

章節瀏覽

本書分為三個部分。第一部分是描述焦點解決團體工作的背景、發展和原則。第一章是談這個取向是如何從傳統的團體治療中產生，特別是談到它的效果，以及使其產生力量的一群治療性因素。第二章列出了七個焦點解決治療的應用原則，並且針對它們如何在團體工作應用做討論，特別適合尚未熟悉焦點解決，以及想要知道應用原則實例的讀者。第三章是談焦點解決團體的動力，描述領導者如何引發這些動力來幫助成員達成目標。本章也針對如何在團體情境中擴展應用焦點解決的原則做詳盡描述，由此達成焦點解決團體的重點。

xi

第二部分的重點是一個焦點解決團體的發展週期，說明領導者如何從團體的開始到結束做計畫和催化。第四章提出設計和計畫團體的原則，包括引發成員參與的動機、選擇和評估成員，以及為成員做準備。第五章簡述了焦點解決團體的結構，第一次、中間階段，以及回顧團體的結構各有不同，文中也提出三個團體計畫來說明這些概念。

第三部分是談團體過程中的一些特殊議題。第六章提出一個在每一次團體使用的團體評估模式，讓領導者可以從成員的進步情形得到回饋，並且用來調整接下來的團體計畫。第七章是談應用焦點解決的方式處理「挑戰」或「抗拒」的成員（他們挑戰領導者，並且似乎讓團體停止，無法前進）。最後，第八章則是介紹五種富有創意的團體活動，可以用來提振已漸疲軟的團體能量，以及動員成員建構解決方法的資源。

用字說明

為了避免在使用他／她或他的／她的時的細瑣，在談到案主和治療師時，都是用複數。在特殊的案例上，則輪流（alternate）使用男性和女性的成員和領導者。治療師和催化者在本書互為使用，是指任何使用團體工作的專業工作者。

譯者註：原文的治療師和催化者交替使用，相對的，案主和成員也是經常交替。為了避免閱讀上的混淆，中文譯文多以「領導者」和「成員」來指稱。

備註

1. 這個工作坊是由 Cynthia Maynard 和 Gill Wyse 兩人帶領，他們是在倫敦的 Brief Therapy Practice 接受焦點解決治療訓練的。

致謝

這本書的撰寫和完成，有許多人一路幫我，很高興可以在這裡向他們致謝。

xii

首先，我要感謝我在 Metanoia Institute 和 Middlesex University 的所有同事，他們幫助我撰寫這本書，其中一部分成為我的博士論文，特別是 Jenfier Elton Wilson, Derek Portwood, Kate Fromant 和 Gordon Stobart。我特別受惠於我的指導教授 Michael Carroll，他堅定的信念和實際的支持，使得這個計畫得以產生，也要謝謝 Sage 的 Alison Poyner，以及短期治療系列的編輯 Stephen Palmer 和 Gladeana McMahon，他們幫助我草擬這本書的計畫，也提供有用的意見。

感謝我在 Brief Therapy Group 的伙伴 Brendan Madden 和 Melissa Darmody，他們對這本書的貢獻無可計數，他們是真正的創新者，也是短期治療界的大師。

我也受惠於我在 Master Hospital 的所有同事，他們對這個計畫的支持，特別是我的協同領導者們，其中 Jean Forbes 對我們的團體工作帶來了平衡、幽默和敏銳的反思。我也要對 Carol Fitzpatrick 表達感激，他是第一個帶領我進入團體工作的人，他的觀察鼓舞了父母加能方案（Parent Plus Programmes）的發展。

也謝謝 Institute for the Study of Therapeutic Change 的 Scott Miller，以及倫敦 Brief Therapy Practice 的 Chris Iveson，他們是我短

期治療的導師，他們的文章和工作坊對我有很大的鼓舞，我特別感激他們對於應該寫這本書的樂觀，以及對於我可以完成的信念。

還有我的許多朋友也對這本書提供他們的幫助。感謝 Ratna-bandu 告訴我佛陀的故事，Ann Marie Madden 提供我團體工作的例子，Conor Owens 幫助我作為一個敘事治療師的思考，以及我博士班的同伴 Gary McDarby 和 Phil de Chazal，他們對我「每日千字」成就的欣賞（特別是 Phil 同意讓我「偷用」他的版面設計）。謝謝 Geraldine White 幫助我「像個藝術家」（be artistic），對我的生命有特別的啟發。

xiii

我要謝謝我的家人，特別是我的父母和兄弟姐妹，其中我的兄弟 Tom 對我的鼓勵，讓我感受到極大的幸福，我也想提到我的姪子和姪女，他們讓我的生活充滿喜悅，謝謝 Daniel，雖然他只有八歲，卻是我最大的評論者，他也開始在寫他的書了。

最後，我想謝謝與我做過個別和團體治療的數以百計的家庭、成人和小孩，他們成功的對付逆境總是鼓舞著我，他們教我怎麼把實務工作做到最好，在這本書裡面的許多案例，都在告訴我們他們有很棒的才能和技巧，可以找到生活中的解決。

譯者序

與這本書相遇就是在二〇〇一年，剛出版不久，當時我正要進行一個焦點解決團體的國科會研究，正茫然於不知如何進行歷程和效果評估的時候，這本書第五章的表格讓我如遇救星、如獲至寶。實際採用的經驗相當良好，不僅讓評估和資料蒐集的工作可以切實操作，也確實讓團體能一直持續地維持在焦點解決的架構和脈絡當中。

我很喜歡 Sharry 在序言說的，將焦點解決的概念應用在自己的實務工作中，像是回家，我也有同樣的深刻感受。從事諮商實務工作多年，對焦點解決治療的應用，從刻意操作特殊語句開始，到現在深度地吸納它正向觀待人事物的眼光，我體認到什麼叫真誠一致，什麼是無條件的關懷和接納，什麼叫做面對的是案主這個人而不是問題。當我能用正向角度看待自己和他人的同時，與人相遇成了一種美善力量的傳遞，這也是一種生命奇蹟。

這些年來，台灣持續有焦點解決短期治療的研習和工作坊開辦，相信已有許多先進和後輩都已對它有相當的認識，或者它也成了您個人的應用取向，也從個別諮商實務工作中體認它的效用。這本焦點解決團體工作，將焦點解決治療的概念和技巧，完整地應用在團體工作中，並且在 Sharry 的用心和創意之下，有非常清楚的介紹和說明，如果您有從事團體設計和帶領的工作，相信也會發現它具有高度的實用性。

翻譯這本書的工程其實早在研究進行時已經開始，但之後因為生活中的繁忙，以及工作環境與角色的二度變動而延宕許久，也因為個人文字能力的疏淺，經常琢磨再三，所以遲至今時才完成。在趕著交稿的這半年，感謝徒兒宗儀當起快遞生，陸續將我的稿件帶回台北給雯娟，這位未曾謀面的快打女子，聽說是要透過打字來治療她偶爾會有的沮喪。宗儀和雯娟，謝謝妳們。也謝謝林總編輯敬堯先生，多次捎來提醒交稿和問候的電子信件，又得二話不說地接受我延遲的要求。最後，則要謝謝林怡倩編輯的協助，讓這本譯書終於要美美的出來了。

得要定稿了，不然一定會陸續琢磨下去的，文字定有疏漏，也請您指正。

周玉真

2006.4.18 於玄奘大學

CONTENTS

譯者簡介	ii
前言	iii
序言	v
致謝	ix
譯者序	xi

第一部分 基礎和背景

第一章 團體工作和焦點解決短期治療	3
第二章 焦點解決團體工作的原則	25
第三章 焦點解決團體的動力	71

第二部分 焦點解決團體的發展週期

第四章 著手團體的開始：設計、準備和引發動機	99
第五章 焦點解決團體工作的階段	137

第三部分 團體過程的處理—保持團體是在焦點解決

第六章 評估團體：確保團體仍在焦點解決當中	165
第七章 處理團體中的困難	183
第八章 促進團體歷程的創意活動	209
參考文獻	227
索引	235

(正文頁邊數字係原文書旁碼，供索引檢索之用)

第一部分

基礎和背景