

▶ 新手治疗师 实操必读

家庭治疗技术

ESSENTIAL SKILLS IN FAMILY THERAPY:
FROM THE FIRST INTERVIEW TO TERMINATION (Second edition)

(第二版)

JoEllen Patterson, Lee Williams

【美】Todd M. Edwards, Larry Chamow / 著

Claudia Grauf-Grounds

王雨吟 / 译

 中国轻工业出版社

中国临床心理学杂志

家庭治疗技术

（第2版）

主编 李维榕

副主编 李维榕 李维林 李维新

李维榕 著

北京：人民卫生出版社



新手治疗师实操必读



Essential Skills in Family Therapy:
From the First Interview to Termination
(Second edition)

家庭治疗技术

(第二版)

【美】JoEllen Patterson, Lee Williams, Todd M. Edwards,
Larry Chamow, Claudia Grauf-Grounds 著
王雨吟 译

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭治疗技术: 第二版 / (美) 帕特森 (Patterson, J.)
等著; 王雨吟译. —北京: 中国轻工业出版社, 2012.4
(新手治疗师实操必读)
ISBN 978-7-5019-8585-2

I. ①家… II. ①帕… ②王… III. ①家庭—精神疗
法 IV. ①R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第264143号

版权声明

© 2009 The Guilford Press
A Division of Guilford Publications, Inc.

总策划: 石 铁
策划编辑: 孙蔚雯
责任编辑: 孙蔚雯
责任终审: 杜文勇
责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2012年4月第1版第1次印刷

开 本: 710×1000 1/16 印张: 20.00

字 数: 206千字

书 号: ISBN 978-7-5019-8585-2 定价: 42.00元

著作权合同登记 图字: 01-2011-1270

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65288410

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: wanjianedu@yahoo.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换

110205J6X101ZYW

推荐序

潮 · 溪

一个多世纪以前，心理治疗是一个人和另一个人之间的事情。
半个多世纪以前，心理治疗也成了一个人和一家人之间的事情。
时至今日，会和一个人工作的是多数，会和一家人工作的是少数。
可听一位业界名人说：个人问题绕来绕去，往往还是绕不开家庭。

你可能会说：我知道你想说什么，无非是家庭很重要，家庭治疗很重要之类的……

的确，只要是人，就无法抹去家庭的痕迹——你可以没有配偶，也可以没有孩子，但不可能没有父母，和父母的父母。

甲骨文里，房屋下面摆上野猪用来祭祀，就叫家；

百度百科对家的释义是：家，是温暖的地方，是可以供人遮风挡雨的地方，因为那里，有自己最爱的——亲人；

数十年如一日与家庭一起工作的治疗师可能会说：家，既可能是幸福的源泉，带来无尽的快乐；也可能是万恶的深渊，生出无限的烦恼……

家庭对个人的影响或许如水过石滩，也许无声无息，但我在大连海滩上，不仅看见过被潮水打磨得光洁无比的鹅卵石，也看见过浑身被浸泡敲

II 家庭治疗技术

击得像毛玻璃一样粗糙的玻璃片……

每一天，每个家庭都发生着许多事情。这些事情，或如溪流，或如海潮，影响着、刻画着我们每一个人，也培育着每个人的所谓心理问题和障碍。

如果你有闲暇，或者有志向，愿意了解家庭的奥妙，这本由5位美国人撰写的《家庭治疗技术》便是很好的选择。

如果你是家庭治疗的门外汉或者新兵，那么这本书能指导你从准备初次访谈开始，按照一定的步骤，有章法地对家庭开展工作；如果你是老手或者高手，那么它也能帮助你把多年的感悟分门别类地梳理好，同时为你提供一些新的、可供参考的观点。

难能可贵的是，在第一版4位“老作者”的基础上，第二版又加入了一位“新人”，更加详细地介绍了初始访谈的环节与过程，缩减了第一版对治疗进程的某些步骤相对庞杂的表述，增加了对爽约、耗竭的处理，以及有关应对我们不喜欢的来访者等非常务实的内容，对实际工作有更好的指导性。

译者王雨吟是北京大学临床心理学方向毕业的博士，也是中德班家庭组第三期的优秀成员。她还担任过国际创伤心理治疗连续培训项目的现场翻译，有着很好的专业背景和语言基础，为本书的翻译付出了大量的心血，把作者的思想 and 经验很好地展现给了读者。

或许，本书的作者没有像巴金那样，把《家》里的人物描绘得那么细腻深刻，也没有像著名治疗师卡尔·怀特克（Carl Whitaker）那样，用绘画一般的语言去描述家庭的格局和进程，但这还是不妨碍你怀着欣喜和期待的心情去阅读这本用最直白的语言讲述着对家庭问题的理解和如何做家庭治疗的书。

曾经听人讨论甚至争论，心理治疗究竟是科学还是艺术。或许，无论说它是反映本质和规律的知识体系，还是说它是减轻负担、美化生活的创作，都有道理。

说心理治疗是科学的论据在于有一系列的相关内容被列为大学、研究

机构的研讨课题，还有无数的研究人员在用各种科学的或显得很科学的方法“捣鼓”它。而说它是艺术的同仁们，无论是属于学院派、实战派，还是江湖派、混沌派，都会特别看重心理世界、人际互动以及治疗师本人在此过程中极具个性的经验、灵感和创造力的部分。

反对“非此即彼”，提倡“不分彼此”或“彼此兼顾”、“无可无不可”逻辑的系统式家庭治疗师们肯定会说心理治疗既是科学，又是艺术。用科学的精神去探究，用艺术的精致去创造，或许也是学好家庭治疗的蹊径吧。

有人说，家庭是一笔永远也算不清的“糊涂账”。如果你试图弄明白其中的奥妙，欢迎你加入我们的行列。

但无论算得清还是算不清，家庭还是会像人类一样，生生不息地繁衍下去，一如海边的潮、山间的溪，或奔腾呼啸，或静静流淌……

盛晓春

2011年11月22日



译者序

近年来，越来越多的临床工作者开始对家庭治疗感兴趣，并愿意学习和在实践中运用该种方式干预来访者。此时，一本包含明确指导原则的相关书籍会是想要在家庭治疗领域有深入发展的临床工作者的迫切需求。本书正是这样一本能够满足人们需求的书籍。

本书结构非常清晰，是按照咨询的时间进程编排内容的。这能够使读者对于整个咨询过程中每一个步骤中需要注意的事项有清晰而具有框架性的认识。从初始访谈前的接触开始，到初始访谈、评估测评、治疗计划的制订、具体干预实施，直至结束，作者都给予了清晰地阐述。本书作者还对不同类型的来访者进行了独立的阐述：如何对夫妻开展工作，如何对有孩子的家庭开展工作，如何对有心理病患的家庭进行工作。家庭治疗师不仅能够从阅读这些章节中获益，还可在遇到特定类型的来访者时着重阅读相应章节，此时将会有更大的收获。除此之外，作者在本书的开篇就对新手治疗师将会遇到的挑战和问题进行了阐述。这部分内容在许多书籍中都未曾得到重视，然而，我相信大量新手家庭治疗师都能够从这部分内容中获益良多。这也反映出本书确实是作者在家庭治疗培训和督导过程中总结

而来的，因为它非常贴合新手家庭治疗师的需要。

本书采用生物—心理—社会的理论框架，从而具有较强的指导意义。随着多学科的研究不断发展，对于各种心理障碍的理解越来越全面和多元化。另外，临床工作的工作特质也决定了临床工作者不可能脱离各相关环节闭门造车。作为一名有心理学受训背景的临床工作者，我了解许多心理学临床工作者较易陷入过度看重心理学因素的误区，而忽视了其他大量有贡献的生物、社会因素，从而大大减弱了治疗的效力。本书所坚持的生物—心理—社会的理论框架，能够减少临床工作者进入误区的几率。此外，本书还强调临床工作者与其他专业人员的合作，例如与医生、学校咨询师、保健人员等合作，充分体现了系统式的思考模式。

本书内容丰富但阐述非常精练，同时又极具指导性。例如有关预检表、知情同意书等，作者都给出了具体的示例和解释，对临床工作者开展实践工作很有帮助。对于与本书主题不太相符但又非常重要的主题，例如各类精神科药物的使用、常见心理障碍的诊断标准，作者给予了简要的回顾，以使读者对这些内容有大致了解，同时又不占用过多篇幅。

书中所涵盖的家庭治疗相关知识丰富而多彩，使我在翻译的过程中也在不断学习，并不时反思自己的治疗过程。每读一遍都会有新的收获。正因如此，我非常希望能够将书中的内容尽可能准确而通顺地展现给读者。然而，翻译中一定还有很多疏漏和不足，请读者多多指正。

最后，我要感谢在翻译过程中给予我很多支持和帮助的家人及朋友。感谢北京大学心理学系的易春丽讲师，是你引领我走上家庭治疗的道路，并在翻译过程中给予了我许多专业知识上的帮助。感谢北京大学心理学系博士生杨寅和硕士生牟文婷，在接到本书翻译工作的时候正是我为博士论文焦头烂额的时刻，是你们给我的鼓励和支持使我能够顶住压力同时完成两份工作。感谢我的至交好友，加拿大维尔福瑞德劳瑞尔大学商学院讲师战宇杰、美国弗吉尼亚大学心理学系博士生胡月琴、南京大学商学院营销系讲师黄韞慧以及自由证券研究者刘皓，感谢你们在生活上给予我的支持和关心。感谢我的母亲应黎女士，感谢您对我生活的照顾和工作的督促，

使我能够如期完成这项工作。

王雨岑
中山大学心理学系

原序一

Patterson、Williams、Edwards、Chamow 以及 Grauf-Grounds 再次做到了！1998 年，在我给本书的第一版写序言时，我曾预测它将会成为“新手治疗师的基本指导用书”。我有信心，随着新版的再次面世，本书在过去十年里所获得的赞誉将会响彻至少下个十年。本书的卓越之处在于，作者在有限的篇幅里详尽而敏锐地阐述了新手治疗师在平日的临床工作中将会遇到的问题。如今，要描述这本修订版，还需加上“最新的”一词，因为此版本中加入了在我和我的同事看来可谓是“珍宝”的有关培训的文献。

作者延续并进一步发扬了第一版的优点。第一，作者采取的理论框架是生物—心理—社会模型。尽管本书主要讲述了如何学习系统式治疗并且介绍了系统模式的强大力量，但是它同时也非常重视与其他各类学科的对话，以使新手治疗师能够熟悉其他学科中与心理健康相关的知识。作者没有将家庭治疗定位为孤立的“无所不治”的治疗方法，并且也没有像某些对系统式治疗极尽溢美之词的表述那样显得狂妄自大。与第一版相同，第二版也关注于 DSM 诊断和心理疾病；然而，新版更新了有关精神病性障碍、心境障碍、焦虑、物质滥用的重要信息，同时在躯体化障碍和冲动控制障碍等主题上增加了新的内容。此外，本书中还包括循证研究支持的药物、

X 家庭治疗技术

基因和神经科学等新章节。值得赞赏的地方在于，通过本书，新手治疗师能够在更广阔的医疗健康领域的背景下学习系统式治疗。

第二，本书囊括了大量极为宝贵的培训材料，包括知情同意书；信息透露原则；评估自杀风险、物质滥用、暴力、警告义务等；药理学和转介的基本知识。同时本书还包括了极为有价值的图表和明细列表，非常有助于促进读者的学习。

第三，本书按照时间进程编排内容，从对于做治疗的最初想法（包括处理焦虑和自信心问题），到初始访谈、治疗中间阶段，直至治疗结束。本书还包括了个案转诊指导原则以及来访者转诊需要的拓展讨论，同时还提及了离开的治疗师和接手的治疗师需处理的问题。我之前从未看到过关于这些问题的讨论，并且发现本书中的讨论对于有经验的治疗师或督导师而言也是非常有帮助的。

第四，将自身作为治疗师的问题曾被多数人认为不必要对新手治疗师进行讲述，但是本书对该问题予以了足够的重视。在新版中，治疗师发展的主题在第一章中就得到了强调并贯穿于全书。本书中包含的类似重点还包括治疗师的倦怠、治疗师对于实施干预的抵触，以及如何应对我们不喜欢的来访者等。

第五，作为一名一般因素研究者，本书中最贴近我心的地方在于其采取了一种整合的观点。无论你属于哪种理论取向，你都可以从本书中获益，因为作者所关注的概念化和干预涉及家庭治疗领域的多个主要模型。例如，第五章，“建立治疗焦点”，其所阐述的个案概念化的角度是非常具有整合性的。第六章中则包含“系统家庭治疗师独特的干预方式”，强调所有系统式治疗师都会用到的实践技巧，而无论其所秉持的是何种理论取向。第八章提到的夫妻治疗的七大原则，在我看来，在各种治疗方式中，如问题解决、客体关系或情绪聚焦等，都极为有用。我相信作者的这一策略是非常明智的，因为尽管多数家庭治疗模型所使用的措辞不同，各有一套自己的语言系统和具体技术，但是它们所强调的改变机制是相似的。特别是，尽管宣称有各种不同的模型，但是至今为止没有实证研究证实某一种家庭治

疗模型的疗效会优于其他模型。

第六，本书阐述了重要的有关培训的问题，例如督导在新手治疗师成长过程中所扮演的角色。新版强调了拥有多个督导师所带来的挑战，以及受训者与督导师不匹配时所产生的问题。内容丰富的第十章讲述了有关于在治疗中受困的情况，学生能够从中学习如何基于现代科技进行针对来访者问题的文献检索，如何评估网络资源，以及如何评价实证研究的效度。本书自始至终都在强调前沿的主题，例如如何进行动机访谈，以及如何匹配来访者的改变阶段和具体的干预技术。

正如我在第一版的前言中所言，“阅读和消化本书能够在极大程度上帮助新手治疗师，让他们感觉像是有一位睿智而慈祥的督导师在与其并肩前行。”除了这些形容外，我还想要补充一点，即“值得信赖”。我在家庭治疗的教学领域工作了36年，并且是一本杂志的编辑，毋庸置疑，我已是这个领域的专家，我能够分清某个作者是否可信。我对于本书的作者团队非常信赖，我相信，你也同样会信任他们。如果你是个有经验的治疗师或督导师，你会说“真希望是我写的这本书”。如果你是本书的目标读者——新手治疗师，那么你可能会说“《家庭治疗技术》给予了我力量，使我能够为来访者提供最好的服务。”

Douglas H. Sprenkle 博士

美国普渡大学儿童发展与家庭研究系教授

原序二

大约十年前，我们为美国圣地亚哥大学的学生撰写了《家庭治疗技术》一书。虽然我们也希望其他家庭治疗领域的学生能够从书中找到有用的信息，但是我们最初写这本书时还是将它视为我们与自己学生的私人通信。我们的信件试图解答学生最常提出的问题，同时回答一些我们认为他们想要问的问题。例如，我们的学生总会报告在开始临床工作的头几个月中觉得自己不合格；其他学生则会出现对于忠诚度的担心；若是自己觉得个体治疗的模型很有价值，那么自己是否还能成为家庭治疗师？随着受训过程的推进，他们的问题变得越来越复杂。例如，他们开始困惑于如何平衡个体、夫妻和家庭评估；他们要如何考虑精神科药物对来访者的影响，以及他们可以如何与内科医生合作。

我们培训项目中的优势和弱势都在于圣地亚哥大学没有自己的临床培训中心。因此，从开始临床工作的第一天起，我们的学生就是在社区背景下接待来访者的，而这类机构更注重权宜的和成本获益比较高的治疗方法。此外，我们的学生还需要与各类专业人员协同合作，包括医生、律师、学校咨询师、教师以及其他心理健康专业人员。在努力让学生自然而然地融入治疗师这一角色的过程中，我们也发现社区临床中心对于治疗结果的关

XIV 家庭治疗技术

注也逐渐改变了圣地亚哥大学培训项目的重点，开始更为关注哪些有作用，而非治疗模式的起源。

圣地亚哥大学的同事们共同发展了一些指导培训项目的核心信念。遵循 George Engel 所倡导的原则，我们相信生理—心理—社会的观点能够指引我们的工作，同时将重点放在系统式思考之上。此外，我们认为我们的主要目标是帮助个体的来访者和他们的家庭，并且我们对所有能够帮助我们达成这个目标的理念、程序、治疗和模型都保持开放的态度。最后，无论具体的治疗方法如何，我们相信治疗师若是能够使得家庭成员互相照顾，那么来访者就必定能够由此获得力量。这些原则在这十余年中一直指导着我们的工作。

《家庭治疗技术》一书反映出了圣地亚哥大学培训项目对于学生的关注、它实用主义的治疗方法、它对于多学科观点的关注、以及它对于家庭对来访者的影响力的尊敬。自从第一版成书以来，这些信念一直指引着我们，同时我们也在逐步改进。作为第二版，本书反映出了开始塑造我们教学和临床工作的新的影响力。我们试着阐述大量新的对我们的工作产生了显著影响的信息。但是我们发现在一本书中放入所有的新信息将过于繁冗。因此，我们撰写了另外两本书来进一步阐述本书中的核心信念：第一本是由 Patterson、Albala、McCahill 和 Edwards（2006 年）所著的《治疗师的精神药理学指导手册》（*The Therapist's Guide to Psychopharmacology*），该书讨论了与生理医生协同治疗的策略并强调了家庭在医学决策和治疗参与上的重要性；另一本是即将出版的《基本技巧》（*Essential Skills*），我们正在制订一本手册以为新手治疗师提供更为详尽的评估指导，这本即将面世的书将会阐述和拓展本书第四章中所涉及的评估相关的理念。

在过去的十年里，我们得知来自美国和其他国家的学生都认为本书非常清晰实用，这使我们感到十分振奋。我们的目标是将我们所学到的许多理念和模型浓缩成精炼而具有实用性的指导原则。我们希望《家庭治疗技术》第二版能够实现这个目标。

万千心理图书目录

代号	书 目	著、译者	定价(元)
心理治疗精选读物			
X685	直视骄阳——征服死亡恐惧	Yalom I. D.著 张亚译	19.80
X849	日常生活的心理治疗	Ole Dreier著 冯墨女译	45.00
X902	心理治疗师之路(第四版)	Jeffrey A. Kottler著 林石南等译	48.00
X866	打破心理治疗师心中的禁忌	K.S. Pope等 宫学萍译	26.00
X862	我的情绪我做主	David W. McMillan著 聂晶等译	35.00
X889	中日灾后心理援助案例集	陶新华 吴薇莉 主编	32.00
X605	日益亲近	Irvin D. Yalom等著 童慧琦译	36.00
X341	给心理治疗师的礼物	Yalom, I. D.著 张怡玲译	15.00
X766	“现在全明白了!” ——你我他的自我认识之路	William J. Stockton 著 李辉 殷芳 李孟潮等译	38.00
X872	聚焦取向心理治疗	Campbell Purton著 罗希译	28.00
X682	由心咨询——心理治疗中的超个人范式	米杉著 倪男奇译	36.00
X640	生活分析的心理咨询:理论与技法	松原达哉 著 樊富珉 吉沅洪译	30.00
X527	罗杰斯心理治疗 ——经典个案及专家点评	Barry A. Farber等编 郑钢等译	36.00
X313	《道德经》与心理治疗	G. J. Johanson等著 张新立译	10.00
X047	弗兰克尔:意义与人生	W. B. Gould著 常晓玲等译	18.00
心理治疗精选读物合计			452.80
心理咨询与治疗导论			
X808	心理咨询与治疗经典案例(新版)	Corey, G.著 谭晨译	36.00
X830	心理咨询与治疗的理论及实践(新版)	Corey, G.著 谭晨译	45.00
X720	心理咨询师的问诊策略(新版)	S. Cormier等著 张建新等译	78.00
X631	心理诊断和治疗手册 ——给心理治疗师的指南	Sharon L. Johnson著 卢宁等译校	62.00
X642	实用心理咨询与助人技术	R. Nelson-Jones著 江光荣等译	52.00
X634	心理治疗师培训教程	Bernard D. Beitman等著 刘盈等译	40.00

X120	心理咨询面谈技术	Rita Sommers F.著 陈祉妍等译	30.00
X705	精神科临床诊断	Morrison J.著 李欢欢 石川译	32.00
X340	心理障碍临床手册 (第三版)	Barlow, D.H.主编 刘兴华等译	78.00
X453	临床心理督导纲要 (第三版)	Janine M. Bernard等著 王择青等译	56.00
X457	心理治疗个案研究 (第四版)	D. Wedding等著 王旭梅等译	22.00
X498	心理热线实用手册	贾晓明主编	35.00
X415	短程心理治疗实践	Sol L. Garfield著 章晓云译	16.00
X042	心理咨询与治疗的理论及案例(上下)	Richard S. Sharf著 胡佩诚等译	50.00
心理咨询与治疗导论合计			632.00
心理学专业主干课教材			
X572	心理学导论 (第11版)	Dennis Coon等著 郑钢等译	98.00
X742	认知神经科学——关于心智的生物学	Michael S. Gazzaniga等著 周晓林 高定国等译	180.00
X832	人格心理学 (2010年版)	Jerry M. Burger著 陈会昌等译	48.00
X531	社会心理学 (第五版·中文第二版)	Elliot Aronson等著 侯玉波等译	58.00
X733	发展心理学 (2009年新版, 第八版)	D. R. Shaffer等著 邹泓等译	70.00
X790	心理统计学	邵志芳 著	45.00
X656	行为科学统计 (第七版)	F. J. Gravetter等著 王爱民等译	85.00
X470	实验心理学教程	R. A. Smith等著 郭秀艳等译	40.00
X787	心理学研究方法	A. N. Evans等著 周海燕译	48.00
X468	心理学研究手册	F. T. L. Leong等编 周晓林等译	40.00
X704	心理测量	McIntire S. A.等著 骆方 孙晓敏译	56.00
X567	生理心理学 (第六版)	Neil R. Carlson著 苏彦捷等译	60.00
X466	认知心理学 (第三版)	R. J. Sternberg著 杨炳钧等译 黄希庭审校	55.00
X655	教育心理学 (第十版)	Anita Woolfolk著 何先友等译 莫雷审校	68.00
X501	异常心理学 (第四版)	David H. Barlow等著 杨霞等译	80.00
心理学专业主干课教材合计			1031.00
心理学专业选修课教材			
X749	当代积极心理学	刘翔平 著	32.00
X898	工业与组织心理学	Michael G. Aamodt著 丁丹等译	65.00