

小组工作的理论与实务

——
附案例教程

陈心洁
编著

中国政法大学社会学院十周年院庆丛书

法
大
学
出
版
社

国政法大学社会学院十周年院庆丛书

小组工作的理论与实务

——附案例教程

陈心洁 编著



中国政法大学出版社

- 声 明
1. 版权所有，侵权必究。
 2. 如有缺页、倒装问题，由出版社负责退换。

图书在版编目（C I P）数据

小组工作的理论与实务：附案例教程/陈心洁编著. —北京：中国政法大学出版社，2015.4

ISBN 978-7-5620-5982-0

I. ①小… II. ①陈… III. ①社会工作 IV. ①C916

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第070092号

出版者 中国政法大学出版社
地 址 北京市海淀区西土城路25号
邮 箱 fadapress@163.com
网 址 <http://www.cuplpress.com> (网络实名：中国政法大学出版社)
电 话 010-58908435(第一编辑部) 58908334(邮购部)
承 印 固安华明印业有限公司
开 本 880mm×1230mm 1/32
印 张 11
字 数 306千字
版 次 2015年4月第1版
印 次 2015年4月第1次印刷
印 数 1~1200册
定 价 41.00元

作者 简介

陈心洁 马来西亚籍华人，台湾中正大学心理学学士，美国惠顿学院临床心理学硕士，美国福勒心理研究学院临床心理学博士，美国南加州大学博士后，美国加州合格执业心理师及督导师（PSY 23014），美国心理协会和马来西亚临床心理协会专业会员，北京布瑞文化中心高级督导师及心理师。

自1998年始，曾在美国南加州大学（USC）、加州大学圣地亚哥分校（UCSD）、Azusa Pacific University辅导中心、帕少迪那城市学院障碍学生服务中心、洛杉矶 Five Acres 儿童收容所、帕沙迪那救世军戒毒康复所、芝加哥问题少年康复中心、台湾高雄荣民医院及马来西亚等地从事心理治疗及心理测验等工作；多次到中国四川、青海玉树、云南昭通地震灾区等地从事心理援助和志愿工作；曾任教于马来西亚吉隆坡精英大学临床心理硕士班。

现为中国政法大学社会学院副教授，社会工作与社会政策系副主任兼院实验室副主任；客座于美国福勒心理研究学院、中央民族大学哲学与宗教系及武汉大学哲学系。主要研究和教学方向为文化心理学、社会工作、心理健康等。

前言

一般而言，在中国高校中“小组工作”是社会工作专业本科生的必修课。本书主要是为了让社工专业的老师和学生们在上这门课时有更多的教材选择，培养学生对社会工作中以小组或团体形式干预的能力。笔者之前在执教“小组工作课”时也常遇到“书到用时方恨少”的窘境。国内现有的相关书籍，原创的版本极少，除了由中国人民大学出版社出版、刘梦老师编写给社工专业的教材，其他的大部分教材内容都是心理学专业团体咨询或治疗教材，多以治疗性和复健性的小组为导向。另外，刘勇老师也编写过许多团体领导的书，但主要是给组织心理学的师生作参考。而有关小组社工的书，一般都偏重于理论，案例又多是国外引进的。虽然笔者之前依赖国外社工的经典教材——Toseland & Rivas 所著的《小组工作导论》第5版的中文版译文教材来制定教学大纲，但发现实践过程中因国内不同的语境和文化结构，一些内容会让同学感到脱节。另外，国内唯一的一本案例教程虽然也是刘梦老师编写的，但缺乏实际操作过程的反思和督导点评，所以当有些新手按图索骥去执行小组时，会因遇到许多未知数（如招募组员的困难）而感到挫败。故本书除了列举成功的案例，也借鉴一些“不完美”的案例，力求使中国文化与小组工作相结合，让同学们在实践中反思、学习。

本书分为两个部分。第一部分，简要介绍小组工作的类别、理论框架与伦理，小组工作的程序与技巧，小组工作的阶段实务（初

期、中期、结束)及小组工作的评估方式;第二部分,结合笔者过去3年执教“小组工作课”的经验,根据学生上课时的体验式教学及对学生能力的评估和督导,整理出9种不同的小组案例教程,5个观察记录报告及1个评估报告。

要特别感谢社会学院2010~2012级的同学们——徐文红、李佳琪、赵婵、易梦阳、陈琳、杨琦宁、张世宇、柏懿娜、李阳、张超、王容、张兆翠、赵莱钰、其美次央、张倩、杨宇亭、次仁拉姆、高曼林、李侠、于雪、张晓晔、董鉴泉、牛有祺、田换林、谷卓然、乔奇奇等人对此书内容的显著贡献。为了保护小组个案及组长的隐私,书中附录的名字、日期及场所等都做了匿名处理。同时,也要感谢那些参与这些小组的成员们和配合的单位机构,让学生们得以顺利完成实践。没有他们的信任和投入,不可能有本书的成形。

此外,笔者在设计此教程时,鼓励上课方式以互动讨论为主,故在每节理论课后都加有“反思和讨论”部分,从而使学生的参与及提问成为学习中的一部分。本书也按教学的顺序和需求编制——教师可以用上半学期来讲解小组工作的理论,下半学期来进行体验式教学。除了课堂评估,学生在一学期内需有至少3次小组模拟和观察的机会,并进行至少3次的小组领导实践。设想是:每小组有3人,其中2位组长、1位观察员,轮流互换角色。笔者也建议利用课堂时间来协助学生们完成小组策划书、记录表、反思及督导实践过程。若上课人数过多,建议由助教来分担教学和督导的任务。有了这些实际在中国操作过的案例模板,读者也可以更有创意地去修订和研发适合不同群体的小组活动,去芜存菁,把小组工作本土化到中国社会。中国本是一个以“群”和“圈子”为导向的社会,人们已经适应在小组中去分享自己的喜怒哀乐,只要社工专业人员懂得运用“陌生人的力量”,调动人际“情理义”,使人际中的

“潜规则”明朗化，相信许多案主在生活中或人际中的矛盾和纠结可以通过小组潜移默化的正向动力来改善。

陈心洁

2015年春于北京昌平东关

目 录

第一章 小组工作绪论	1
第一节 什么是小组工作.....	1
第二节 小组工作的功能和类型.....	8
第二章 小组工作的历史发展和专业伦理	16
第一节 小组工作的西方发展历史	16
第二节 小组工作在中国的发展	19
第三节 小组工作的价值观和伦理	25
第四节 伦理决策案例练习	27
第三章 小组工作的理论与动力发展	36
第一节 小组工作的知识发展来源	36
第二节 小组动力	40
第三节 小组发展阶段	44
第四章 小组的领导	48
第一节 小组领导的理论	48
第二节 小组领导的技巧	51
第三节 个人组长风格	56
第五章 小组成员的角色与多元性	61
第一节 开展多元文化的小组工作的方法	61
第二节 团体中常见的角色	66

第三节 多元文化小组工作实务原则	69
第六章 小组的筹备与策划	72
第一节 设定小组的目标	72
第二节 需求评估 (Needs Assessment)	74
第三节 小组成员的招募和筛选	75
第四节 签订协议	77
第五节 小组空间的安排	78
第六节 策划模拟小组	79
第七节 撰写小组策划书	79
第七章 小组的评估	82
第一节 评估的概述和类型	82
第二节 小组动力的评估	84
第三节 评估的设计	87
第四节 资料的收集与分析	88
第五节 评估报告的撰写	89
第八章 治疗性小组	90
第一节 首次聚会的准备	90
第二节 小组中期的目标与技巧	91
第三节 治疗性小组的专业方法	94
第九章 任务性小组	97
第一节 基本方法	97
第二节 专业方法	102
第十章 结束小组工作	107
第一节 小组后期的特点	107
第二节 小组后期的目标和任务	108
第三节 意外的结束	111

附录一 团体心理治疗在青少年司法社区矫正中的探索·····	113
附录二 ASGW 小组心理治疗伦理指南·····	128
附录三 小组工作计划书案例·····	130
案例一 青年学习互助小组工作计划书·····	130
案例二 快乐生活夕阳红——AD 敬老院老人 社交小组工作计划书·····	134
案例三 幸福的距离——异地恋信心增强小组工作计划书 ···	141
案例四 社交 ING——人际交往互助小组工作计划书·····	159
案例五 工人实践学习型小组工作计划书·····	169
案例六 缘聚法大——交流生情感支持小组工作计划书·····	175
案例七 自然美——健康计划成长小组工作计划书·····	195
案例八 BM 小学互助学习小组工作计划书 ·····	215
案例九 “美美与共” 少数民族大学生自我成长 小组工作计划书·····	239
附录四 小组活动观察报告案例·····	264
案例一 “自然美” 健康计划小组第一次活动 观察报告·····	264
案例二 幸福的距离——异地恋信心增强小组 第一次活动观察报告·····	274
案例三 “美美与共” 多元文化小组第三次活动 观察报告·····	281
案例四 “缘聚法大” 交流生情感支持小组第四次 活动观察报告·····	297
案例五 BM 小学学习互助小组第四次小组活动 观察报告·····	303
附录五 BM 小学学习互助小组总结评估报告 ·····	322



第一章

小组工作绪论

本章基本内容：简明扼要地从宏观角度介绍小组工作实务的焦点、价值观、定义、分类和形成的生命周期等，使读者对小组工作实务有一个框架性的了解。

第一节 什么是小组工作

一、小组即“微观的社会”

小组是一群人，它可以让参与的人在群体里面透过社会化的过程，获得社会的认同并且在成员互动过程中，得到改变、动力和影响别人的能力。而这个群体的力量就像是社会的力量，它能将个人的经验转化为社会的经验，在群体当中体验到新的行为模式，然后将习得的新的行为带到小组外，与社会中的他人建立新的行为模式，所以我们称小组为“微观的社会”。虽然人数有限，但小组成员会无意识或有意识地把社会中的一些体制、机制和阶层关系带到小组里；反之，成员也可以将在小组中习得的新的交流、互动的模式带到宏观的社会中去。一个在个案工作中无法改变的行为，可以通过小组去被塑造，所以个案工作和小组工作是互补的介入方式；社工师可以让受助者在小组中练习新的社会化行为，然后得到组内认同。因此，小组工作是社会工作领域中非常重要的技巧和干预的

模式。

美国社工协会的定义 (ASGW, 1990): “小组工作是指以小组的形式来提供协助并且完成任务的广泛的专业实践。它是指由一位受过专业训练的社工师将团体治疗的技巧运用到互相依赖的一群人中, 帮助他们达到共同的目标; 这些目标可以是个人取向, 人际取向或者是任务取向的。” (A broad professional practice that refers to the giving of help or the accomplishment of tasks in a group setting. It involves the application of group therapy and process by a capable professional practitioner to assist an interdependent collection of people to reach their mutual goals, which may be personal, interpersonal, or task-related in nature.)

这是美国社会工作协会的定义, 它也是比较多元, 也比较宽泛的。以下则是另一些学者的个别定义:

Konopka (1972): “小组工作是社会工作的方法之一。透过有目的的小组经验, 有效地提高个人的社会功能, 并协助每个人更有效地处理个人、小组与社区问题。” (引自何洁云, 2002)

海伦·诺森 (Helen Northen): “社会工作实践将小组既当做过程, 也当做手段。它通过小组成员的支持, 改善他们的态度、人际关系和应付实际生存环境的能力。这种方法强调通过小组过程及小组动力去影响案主的态度和行为。小组成员解决问题的能力 and 潜力透过成员间的分享、相互分担和互相支持而发挥出来。当然, 这还需要小组工作者按照既定的目标进行指导。” (引自何洁云, 2002)

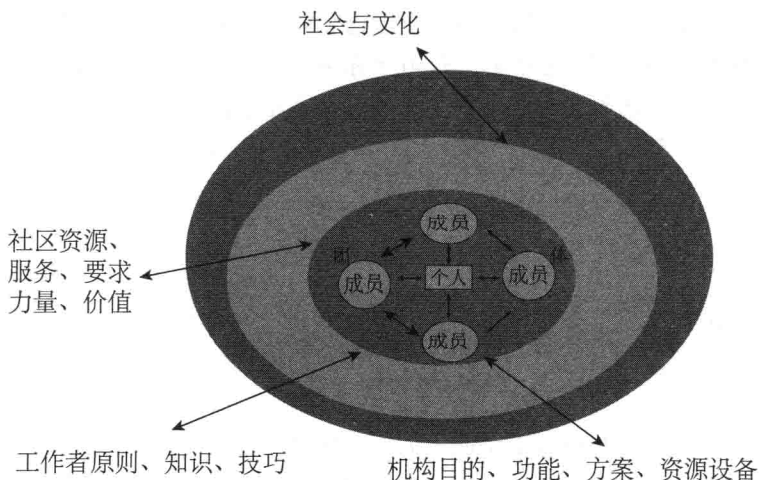
Toseland & Rivas (2005): “在小型的治疗性和任务性小组中开展的, 以满足社会情感需要、完成某些特定任务为宗旨, 以目标为导向的活动。这个活动是在一个社会服务系统内进行的, 针对个体组员和全体小组而开展。”

国内民国初期的社会学者就曾引进社会工作干预, 包括小组工作。前辈言心哲曾述 (2012): “团体工作富有社会及教育的意义, 通常是利用闲暇时间, 在团体领袖指导之下, 协助个人获得知识与

技能，发展个人人格与社会化态度的经验。此类团体活动之参加，多是出于自愿，其主要目标在于增进个人的社会适应能力，提高个人的社会发展。”这样定义是由于在 40 年代时西方的小组工作也正处于萌芽的阶段，对小组工作的定义主要是以个人的社会化为目的，而且强调“闲暇”时间的前提。所以随着西方社工领域的发展和不断修改，国内的学者也开始扩充其对小组工作的认识和定义（参见本书第二章）。向飞、杨晖、张博超（2007）提到小组工作是社会工作的基本方法之一，在参与式、助人自助的理念下，由小组成员与小组工作者根据小组活动的目的，对小组活动进行策划，通过活动过程中的互动达到经验分享，思维改变，并且拥有执行动力的目的。杨荣（2003）指出小组工作是通过有目标的团体互动过程和团体经验分享来协调个人、团体和社区之间的相互关系，促进个人成长和团体的发展，使他们都能达到功能增强的目的，从而在社会生活与发展中扮演积极的角色。而范斌（2003）则特别提到了小组工作可以帮助小组成员获得互助的合作资源以及良性成长能力或社会化能力。

虽然国内外对小组工作的认知大同小异，但在仔细比较下发现，一般中国的学者比较注重小组中个人的发展和人格的成长，而美国的社会工作学者则把小组的领域扩大到任务性的目标，即一群人聚在一起完成一个特定的社会任务，而不仅局限在小组中个人的成长。因此，这个定义在文化上还是有一些国情上的差异。综合各个学者的定义，本书对小组工作采用的视角是以国内的社会工作的需求为本，强调教育性、治疗性的社会工作小组，但也将其中一章提到任务性的小组。这主要是因为国内的社工体制仍然处于民政体系之下，对任务小组的重视程度和运用与国外不同。并且在中国的文化中，一般执行任务的团体并不是建立在开放式平等讨论与民主的价值体系上；领导也会期望组员以顺从、效忠与合作的态度来完成任务。阶级性（hierarchy）的权利分布来自儒家文化的影响。在国内的任务性小组里，每个人的角色、功能和权利相对比较稳定，界限也比较清楚（君君，臣臣，父父，子子）。这些将在第七

章中加以阐述。



二、小组工作的特征（与个案工作的不同）

在助人关系中，个案工作者主要帮助的是那些在工业化过程中被严重削弱的弱势群体，他们通常提供资源和服务促使受助对象成为有活力的、勤奋的公民，以帮助服务对象康复。而小组工作者的重点是强调组员的能力，而不是关注组员的不足之处，助人的过程被看成是相互分享的关系。小组工作者和组员针对大家共同关心的话题采取集体行动，一旦确定问题，则组员之间相互支持，并且工作者需要在社会需求之间进行协调（Schjwartz, 1981）。在个案工作中，社工师较多依据心理动力学理论和视角，强调的是提供具体的资源，而小组工作者依据的是小组活动来激发组员的行动。各种类型的小组活动成为组员实现自己的目标的主要载体，其中工作者会帮助组员发展领导力，把握未来的发展。另外，小组并不是生活在真空之中，而是与周围的环境发生着密切的关系，与赞助机构之间也有相互影响。

所以，小组工作的特征有：强调组员之间的关系体系，建立安

全和信任的氛围，让组员在互动的过程中，通过彼此分享、分担、支持、教育、治疗等小组动力，带来态度和行为的改变。同时，小组工作不仅有明确的目标，还有明确的过程和阶段。重视当下的过程的动力，使之成为改变组员的方法、手段。个案工作强调的是通过自我的成长、自助能力的加强达到治疗效果，而由于小组工作更强调互助的过程、共同的互动、共享权利和共同的决策（Richmond, 1917），所以我们对小组工作者提出了特别要求和训练，甚至比个案工作者要求得更为严谨。个案工作者只需要专注于在一对一的关系中，调动对方资源；而小组工作更需要顾全大局，掌握小组成员中每个人的心理动态和过程，及时地为小组的氛围把脉，并且能够调动小组的能量。所以，小组工作相较个案工作更为艰巨，需要更长时间的督导、磨练和体验。小组工作者也需要更多的人生智慧的累积和自信，这样才能在小组当中游刃有余，建立起小组的凝聚力。

三、小组实务焦点

小组实务的焦点在于把小组当做一个单元或整体来进行干预，所以工作人员需要有一个通才的视角，明确小组动力和环境之间的互动，同时关注小组成员的反应及小组的动力，评估小组的环境来决定应该让组员适应环境还是应该改变环境。组长要懂得扮演不同的角色，有时需要做一个治疗师，有时需要成为一个倡导者。所以组长需要不同的技能来拟定出小组的计划，具有建立团队的能力和一定的领导力。虽然很多大学生稍微内向，但是可以通过后天的训练和实践来取得这方面的技巧和自信。由于中国是一个熟人圈的社会，每个中国的学生在学习社工专业之前就已经具备了适应不同圈子技巧，和与不同圈子打交道的技巧，或者带领自然小组的一些技巧。社工初学者只要适时地发觉自己在不同圈子内扮演的角色和影响力，就可以很快地增进自己在这方面的驾驭能力，在学习小组工作过程中更为轻松和得心应手。另外，在判断小组成员的需求时，组长需要先评估自己的能力，做力所能及的事情。如果服务对象是农民工的话，需要在现有体制下判断这一群体的诉求，以及自己有

能力去倡导的资源。如果组长不扮演倡导的角色，而只是单纯的聆听与疏导，那长期下来，小组成员或许会感到更加无力和无奈。诸如此类的智慧需要小组组长通过督导和实习的过程，学习识别现实环境中的资源和可塑性。小组工作的目标不仅是改变一个人，改变小组，有时也可以通过小组的努力改变不良的社会环境。所以小组工作者一定要能从宏观的视角去看待小组带来的影响力。

四、小组工作的生命周期

一般小组工作的阶段，按学者的理论而异，有的学者把它扩展为7个周期，有的学者则较为简洁地将之分为3个周期。我们一般认同的是有6个阶段，即策划期、初期、形成性评估期、中期、评估期和结束期。从策划期到结束期，每个阶段有不同的目的和任务。在策划阶段，工作者主要负责招募、筛选，还有前期的需求评估，并且需要协调各方的资源，如机构、受助者的资源，调查民意。小组的策划书获得有关单位的认可和赞助后，才开始缜密地、严谨地推动接下来的工作。在工作初期，焦点多放在建立小组成员的关系上，形成健康的小组的互动，建立小组的规范（norm）和文化，使小组成员认同初期的个人目标和团体目标。组长在初期阶段也可以收集每个成员的资料，形成初步印象。小组中期，通常为小组的风暴期和工作期。当小组成员之间的关系逐渐地密切时，小组差异、个人差异就会凸显出来，风暴期（storm）即是指小组成员互相磨合的过程。冲突的阶段通常给小组成员一个成长的机会，把小组成员最真实的一面呈现出来，让大家学习冲突解决及忍受焦虑的能力，从而更真实地进行沟通及理解彼此之间的差异，达到进一步的共识。如果顺利度过风暴期，小组将进入有效的工作期，即大家更用心，更卖力地朝小组工作的目标迈进。小组成员群策群力，分工合作，并且建立深刻的关系，这是小组工作期的特征，也是小组工作过程中的高峰期；此时小组成员相对比较稳定，能彼此谅解。在达成小组成员各自的目标之后，组长在下一个阶段可以进行一个简短的评估，看看小组是否已经圆满地完成了它的共同目标，准备进入结束期。最后的结束期包括总结性的评估，让小组成员自

评或者通过他评的方式来总结经验、肯定自己的付出。同时组长也开始准备组员分离的过程，这个阶段小组的目标转为如何顺利地完成告别。组长此时会重点处理并缓解离别带来的小组焦虑，并且稳定组员习得的技巧。

一般小组需要有8次以上的聚会和稳定的成员组成，才能看到这样有序的生命周期历程。按照不同性质的小组而定，有的小组可以是长久的，比如互助小组可以持续到1年，甚至是3年都有可能；而一些教育性或任务性的小组可能相对较短，不一定会经过这6个阶段。但是组长必须做好心理准备，在不同的阶段运用不同的技巧达到目标，从初期的主动到后期的被动，做出灵活的应变。

五、小组工作的益处

基于以上理由，小组工作其实对于改变个人或社会都有各种益处，在国外它已成为一个低本高效的介入方式。例如，机构的社工师可以在1个小时内同时对一群人进行干预，这比一对一的个案工作看起来更能节约劳动力，同时它让小组成员也有一个“正常化”（normalization）的过程。通过看到其他人的共性，让这些在社会上被边缘化的个人找到认同感。比如吸毒小组，他们可以在这个小团体中找到和自己一样的人，感到被接纳、包容。当羞耻感被消除时，本身就给他们带来治愈。好的小组工作能提供小组成员一种“家”的归属感，而这种感觉尤其对青少年群体特别重要，所以在中学校园里推广小组工作也是一个有效的介入方式。

小组也提供了一个练习沟通技巧的场所。除了可以直接练习新习得的社交技巧外，小组成员也可以通过观察的方式去模仿，在潜移默化中被影响。小组活动可以有多元化的教育方式，去建设成员的能力。比如在生涯规划这类小组当中，当某个组员提到自己的职业规划或者求职过程中遇到的困难时，其他组员也会受到触动和启发，从而得到动力去开始为自己的人生铺垫。同时小组成员之间也可以分享、提供不同的观点和资源，这也是个案师在个案工作中达不到的效果。比如在放松训练或者减压小组中，组长可以鼓励组员通过脑力激荡（brainstorming）的方式发掘不同的减压的方法，找