

焦點解決治療

Handbook of Solution-
Focused Therapy

應用手冊

Handbook of Solution-
Focused Therapy

- 主編者：Bill O'Connell & Stephen Palmer
- 總校閱者：許維素
- 譯者：鄭娛瑋・鐘洞偉
劉威成・許維素



心理出版社

本書為英國應用焦點解決短期治療的實務經驗手冊，書中除了介紹焦點解決短期治療的基礎導論、相關研究與未來展望外，更涉及焦點解決短期治療應用於各種議題、對象或領域上的實戰守則，其包括：研究、團體、伴侶、家族、反應小組、親職教育、心理疾病、性創傷、藥物濫用、大學、中小學、社工、女性、精神疾病等。對想要精進焦點解決短期治療者及期待轉化應用者，是一本不可錯過的精彩好書。

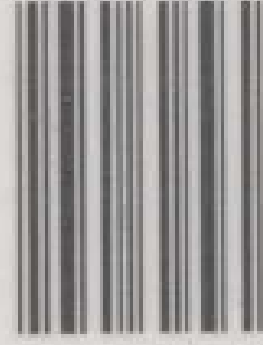
*Handbook of Solution-
Focused Therapy*

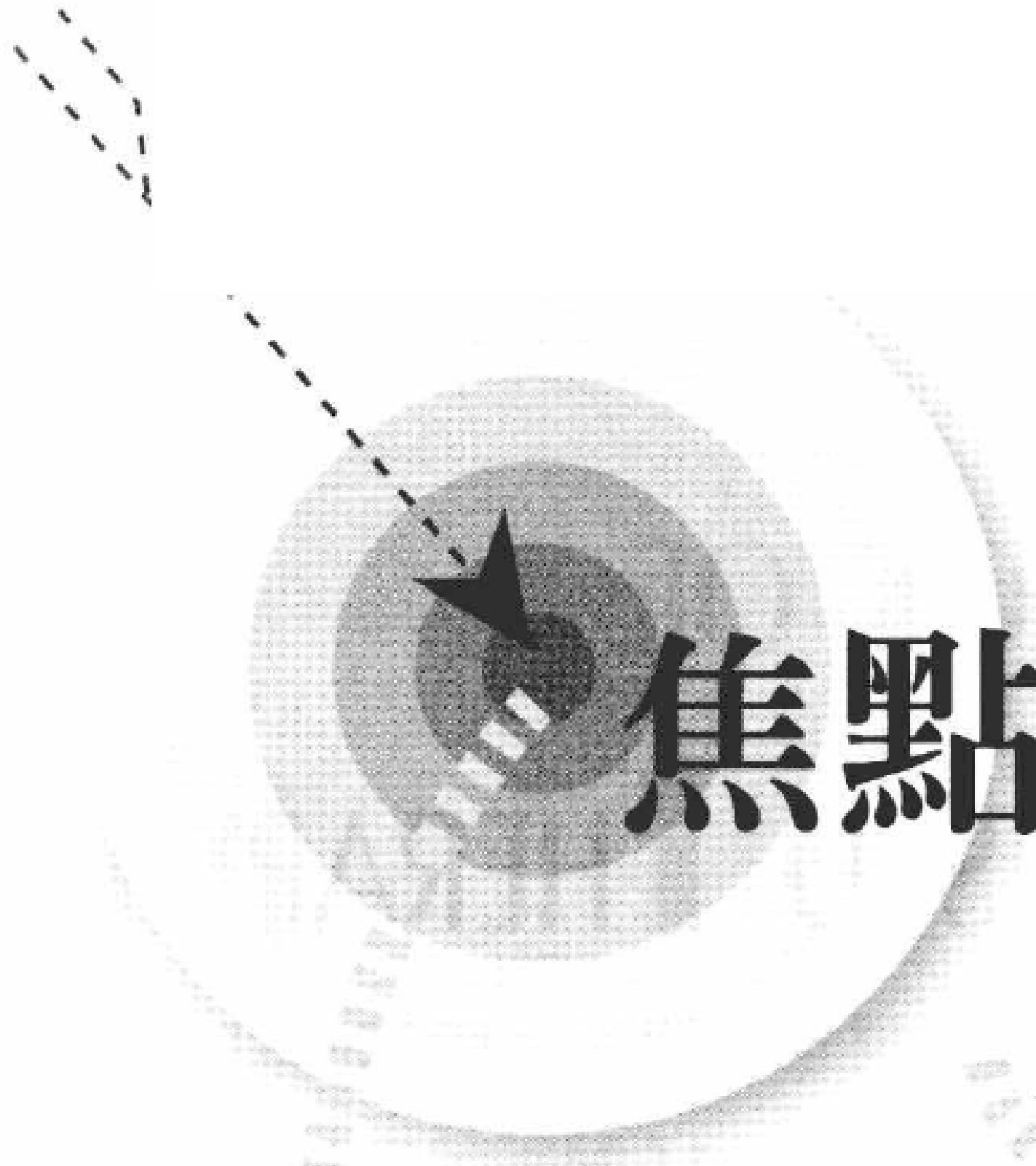
ISBN 978-986-191-208-0



9 789861 912080

0 0 4 0 0





焦點解決治療 應用手冊

● *Handbook of
Solution-Focused
Therapy*

● Bill O'Connell & Stephen Palmer 主編

● 許維素 總校閱

● 鄭娛瑋、鐘洞偉、劉威成、許維素 譯

HANDBOOK OF SOLUTION-FOCUSED THERAPY

edited by
Bill O'Connell
and
Stephen Palmer

English language edition published by Sage Publications of London, Thousand Oaks and New Delhi, Editorial Selection © Bill O'Connell and Stephen Palmer, 2003

Chapters 1 and 16 © Bill O'Connell
Chapter 2 © Alasdair Macdonald
Chapter 3 © Pat Hoskisson
Chapter 4 © Guy Shennan
Chapter 5 © John Sharry
Chapter 6 © Chris Iveson
Chapter 7 © Tom Dodd
Chapter 8 © Nigel White

Chapter 9 © Harvey Ratner
Chapter 10 © John Wheeler
Chapter 11 © Jane Lethem
Chapter 12 © Melissa Darmody
Chapter 13 © Paul Hanton
Chapter 14 © Dave Hawkes
Chapter 15 © Harry Norman

焦點解決治療應用手冊／ Bill O'Connell, Stephen Palmer 主編；

鄭嫻瑋等譯．--初版．--臺北市：心理, 2009.03

面； 公分．--（焦點解決；7）

含參考書目及索引

譯自：Handbook of solution-focused therapy

ISBN 978-986-191-208-0（平裝）

1. 心理治療 2. 心理諮商

178.8

97021290

焦點解決 7 焦點解決治療應用手冊

主 編 者：Bill O'Connell、Stephen Palmer

總校閱者：許維素

譯 者：鄭嫻瑋、鐘洞偉、劉威成、許維素

執行編輯：李 晶

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：東縉彩色印刷有限公司

初版一刷：2009 年 3 月

本書獲有原出版者全球繁體中文版出版發行獨家授權，請勿翻印

Copyright © 2009 by Psychological Publishing Co., Ltd.

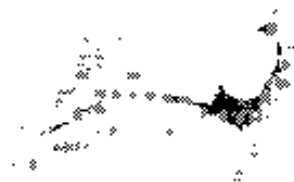
定價：新台幣 400 元 ■ 有著作權・侵害必究 ■

ISBN 978-986-191-208-0

向

我的母親、父親，所有教導過我的人，
以及我的姊妹 Maureen、兄弟 Maurice 和 Bob，
獻上愛與感謝。

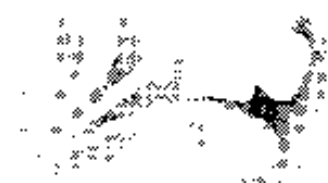
Bill O'Connell



向

Kate、Kevin 及他們的未來，獻上我所有的愛。

Stephen Palmer



主編簡介

Bill O'Connell 是英國伯明罕大學諮商課程的資深講師，並在焦點解決短期治療（*Solution-Focused Brief Therapy*）的 MA 課程中擔任教職。他也是焦點解決方案（*Focus on Solutions*）部門的主管，這個部門是一個專門從事焦點解決取向訓練與顧問的單位。**Bill O'Connell** 擁有超過二十年的諮商、訓練及督導經驗，並且具有諮商師執照，也是「英國諮商與心理治療協會」（*British Association for Counselling and Psychotherapy*）的會員。在焦點解決取向的訓練方面，他曾訓練過數以百計的學員。他是《焦點解決治療》（*Solution-Focused Therapy*）（*Sage, 1998*）及《焦點解決壓力諮商》（*Solution-Focused Stress Counselling*）（連載中，2001）兩本書的作者，也撰寫《諮商與心理治療入門》（*Introduction to Counselling and Psychotherapy*）（*Sage, 2000*）和《諮商——BACP 讀本》（*Counselling — the BACP Reader*）（*Sage, 2001*）中有關焦點解決短期治療章節，同時也發表過此一取向的文章。

Stephen Palmer 教授是英國倫敦「壓力管理中心」（*Centre for Stress Management*）及倫敦「工作教練中心」（*Centre for Coaching*）的主管。他是市立大學（*City University*）的心理學榮譽教授，也是米德賽科思大學（*Middlesex University*）「以工作為基

礎的學習夥伴之國際中心」(National Centre for Work Based Learning Partnerships)中，「以工作為基礎的學習及壓力管理」(Work Based Learning and Stress Management)的客座教授。他擔任「工作教練協會」(Association for Coaching)的榮譽會長，也是「健康促進與教育協會」(Institute of Health Promotion and Education)和英國「國際壓力管理協會」(International Stress Management Association)的會員及榮譽副會長，及「理情行為治療協會」(Association for Rational Emotive Behaviour Therapy)的主席，與「英國諮商與心理治療協會」的會員。Palmer 著作或編輯的書籍超過二十五本，寫過至少一百篇的文章。他也編輯了一些系列書籍，包括：「壓力諮商」(Stress Counselling，連載中)及「短期治療」(Brief Therapies) (Sage)。他是《國際健康促進與教育期刊》(*International Journal of Health Promotion and Education*)的主編、《理情行為治療》(*Rational Emotive Behaviour Therapist*)的共同編輯，以及《心理學與心理治療：理論、研究與實務》(*Psychology and Psychotherapy: theory, research and practice*)的副編輯。他是一位有執照的心理學家(諮商與健康)，也是UKCP認可的心理治療師(CBT及REBT)。在2000年5月，由於Palmer「對英國諮商心理學的傑出專業與科學貢獻」，「英國心理協會」的諮商心理學部(British Psychological Society, Division of Counselling Psychology)頒給他「年度諮商心理學獎」(Annual Counselling Psychology Award)。他是心理諮商界一位頂尖的傳播者。

作者群

Melissa Darmody 博士之前曾在都柏林的強暴危機中心工作，目前則是全職的個人實務工作者。她是「都柏林短期治療團體」（Dublin Brief Therapy Group）的成員。她與人共同編寫了《成為解決方案之指引：一種以優勢為引導基礎的短期治療》（*Becoming a Solution Detective: a strengths-based guide to brief therapy*）一書（BT Press, 2002）。

Tom Dodd 在 1991 年取得心理健康護士的執照，也曾在公家及私人部門發展並提供積極外展服務。他是《心理健康實務》（*Mental Health Practice*）的編輯顧問與書評者，也是 REST 團隊的主席及臨床督導（其為在中西部鄉鎮提供私人心理健康照護的單位）。他是英格蘭「國際心理健康協會計畫」（Programmes at the National Institute for Mental Health）的代表執行長。他常在國內大力發表演說，宣導有關積極外展（Assertive Outreach）和重度心理疾病的議題。

Paul Hanton 曾在倫敦從事藥物與酒癮的治療工作，並在南約克夏工作十一年以上的時間；目前則在南約克夏班士利（Barnsley）的「聯合物質濫用治療委託管理」（Joint Commissioning Manager for Substance Misuse Treatment）單位任職，其工作內容包括了健



康與社會照護。目前他正在伯明罕大學進行焦點解決治療 MA 課程的研究工作。Paul 曾是「藥物區青少年好習慣單位顧問團體」（DrugScope Young People's Good Practice Unit Advisory Group）的成員，並擔任「北部青少年藥物工作者公會」（Northern Young People's Drug Workers' Forum）的主席。

Dave Hawkes 是受過訓練持有執照的心理衛生護士，他即將完成倫敦肯辛頓諮詢中心（Kensington Consultation Centre）的系統治療訓練。他於 1992 年在美國密爾瓦基市接受 Steve de Shazer 的訓練。在他回國後，乃於所承辦服務的成人心理健康案件運用此一模式。1993 年，因為他在 NHS（國家衛生局）推動焦點解決短期治療，而獲頒「女王護理協會獎」（Queens' Nursing Institute Award）。而他是《焦點解決治療：健康照護專業手冊》（*Solution Focused Therapy: a handbook for health care professionals*）（Butterworth-Heinemann, 1998）一書的主要作者。Dave Hawkes 在 2000 年完成了心理健康的 MA 學位，並且在英格蘭科技大學（Anglia Polytechnic University）擔任心理健康的講師。

Pat Hoskisson 是一位心理健康單位的諮商師，擁有豐富的初級照護團體帶領經驗。她一開始是將焦點解決團體諮商方式運用至社區心理團體的某些工作中。現在，除了團體工作外，她也進行一對一的個別諮商，並投入運用焦點解決取向訓練其他的心理健康工作者。

Chris Iveson 是倫敦「短期治療實務」（Brief Therapy Practice）

機構的創始成員，他大量將焦點解決取向運用在夫妻諮商工作上。他是家族治療協會的成員，也是《他們的生活？與老人工作》（*Whose Life? Working with Older People*）（2001）一書的作者，以及《從問題到解決》（*Problem to Solution*）（1999）的協同作者。這兩本書都已由 BT 出版社出版。

Jane Lethem 倫敦「短期治療實務」機構的成員，也是《走向眼淚或走向行動：女性與兒童焦點解決短期治療》（*Moved to Tears, Moved to Action: solution focused brief therapy with women and children*）（BT Press, 1994）一書的作者。目前的工作是倫敦帕金塞診所（Parkside Clinic）的臨床心理學顧問。

Alasdair Macdonald 博士是精神科榮譽顧問醫生。他是「歐洲短期治療協會」（European Brief Therapy Association）研究團體的指導者。他的出版品相當廣泛，包括焦點解決治療的論文。他最近的工作角色是焦點解決模式訓練員及管理顧問的自由工作者。

Harry Norman 為許多團體單位，例如，波士頓大學、「全國健康信託及相關團體」（National Health Trusts and Related），提供密集的焦點解決短期治療及解決方案技巧建立課程的相關訓練。他也將焦點解決概念運用到團隊的建立與發展，以及心理健康及商業的行動學習機制上。他持有應用心理學的學位，是 UKCP 認可的心理治療師，也持有 NLP 的高級證書。他在《治療關係 NLP 的世界》（*Rapport, NLP World*）和《脈絡》（*Context*）也有出版相關文章。

Harvey Ratner 是倫敦「短期治療實務」機構的創始成員之一。他除了訓練、督導及治療外，也擔任中學的諮商師。他曾寫過幾篇焦點解決短期治療的文章及章節，並且是《從問題到解決》（BT Press, 1999）一書的另一位作者。他是一位經由 UKCP 認可的合格家族治療師。

John Sharry 博士是都柏林的馬爾米瑞爾可亞醫院（Mater Misericordiae Hospital）兒童及家族精神病理學部的主任社工師。他同時也是「都柏林短期治療團體」的成員，這個團體會舉行一些短期治療模式的會議與訓練。他是《焦點解決團體》（*Solution-Focused Groupwork*）（2001）一書的作者，本書由 Sage 出版；他也是《成為解決方案之指引：一種以優勢為引導基礎的短期治療》（2002）一書的共同作者，本書由 BT 出版社出版。

Guy Shennan 是一位英國社工師，也是一位焦點解決實務工作的自由訓練師／諮詢人員。他一開始是在政府單位的兒童與家庭社會工作中採用焦點解決取向工作。在過去四年中，他在一所兒童福利慈善機構，對家庭開始執行早期介入服務；最近則回到政府單位的社會工作行列。他的著作涉及服務使用者對學生社會工作者的評估，及兒童保護實務工作的系統實務等主題的文章。

John Wheeler 是一位具有二十年經驗的社工師，在一家兒童心理健康機構，針對兒童與家庭提供服務。他具有家族治療的 MA 學位，獲頒「社會工作先進獎」（Advanced Award in Social Work），也是 UKCP 認可的系統取向心理治療師。他發表過許多

焦點解決治療的文章。在過去七年內，他也提供了許多專業團體有關焦點解決取向的訓練。

Nigel White 過去曾是一位高等教育的諮商師，並有超過十年的實務經驗。他曾受過認知分析治療的訓練。在他所服務的當事人中，有 90% 是採用焦點解決治療的。

總校閱者簡介

◎ 許維素

◎ 學歷 國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士

◎ 現職 國立台灣師範大學教育心理與輔導學系副教授
國立台灣師範大學學生輔導中心兼任輔導老師

◎ 經歷 國立暨南國際大學輔導與諮商研究所副教授兼
家庭教育中心主任
國立暨南國際大學教育學程助理教授兼行政組長
國立台北護理學院學生輔導中心老師及共同
科兼任講師
台灣省立羅東高中輔導老師
台北縣文山高中英文教師、輔導老師

譯者簡介

鄭嫻瑋（前言、第一章～第五章、索引、附錄）

國立暨南國際大學輔導與諮商研究所博士生 **學歷**

國立高雄大學專任心理諮商師 **經歷**

鍾洞偉（第六章～第十章）

國立台灣大學職能治療學系學士 **學歷**

國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士班

敦仁醫院職能治療科主任 **經歷**

劉威成（第十一章～第十六章）

靜宜大學青少年兒童福利系學士 **學歷**

國立暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士

家扶基金會附設台北縣私立大同育幼院社會工作師 **現職**

許維素（第一章、第二章、第六章、第九章、第十五章）

請參閱總校閱者簡介

謝辭

如同過往，我最感謝的仍是我的家人；感謝他們無私的鼓勵與支持。特別要謝謝我的妻子 **Moira**，在這艱困的兩年當中，她正與一場意外事件勇敢地奮戰著；雖然如此，但她還是在背後支持我，讓我抱持著正向的想法、有著美味的三餐、一杯茶和許多的愛！也謝謝我的女兒 **Donnamarie**、**Joanne** 和 **Katrina**，總是讓我因作為一位作者和他們的父親而感到自豪。感謝 **Cynthia** 及 **John** 的慷慨與仁慈。感謝伯明罕大學所有的同事，**Selly Oak**、**Maureen** 的支持與幽默、**Maggie** 多年來無盡的關愛，感謝 **Marian** 協助手稿的進行，更特別感謝 **Janet** 對我過去八年的包容忍耐（退休愉快，**Janet**！）。此外，也感謝 **Gerry** 的友誼、關於這本書的討論、精神上的支持與高爾夫球。感謝 **Sage** 出版社的 **Alison Poyner** 很有耐心地等待手稿。也相當感謝我的共同編輯 **Stephen Palmer** 鼓勵我撰寫有關焦點解決工作。最後，感謝多年來我許多的學生、當事人及工作坊的參與者，謝謝你們對我在生活和治療的教導。

Bill O'Connell

我很高興地說，撰寫本書《焦點解決治療應用手冊》（SFT）（*Handbook of Solution-Focused Therapy*）一書是多麼有價值的工作。閱讀和編輯本書都是很好的專業發展進程。感謝所有的作者們對這項工程的支持。六年前當我認識 Bill O'Connell 時，我從未想到，我們竟然可以編輯與完成英國的第一本焦點解決治療的手冊。感謝 Bill。

Stephen Palmer