



北京市监狱
BEIJING PRISON

总主编 刘学武

《北京监狱百年历程纪念》文丛

服刑人员团体 心理辅导策略

曹广健◎著



 中国财政经济出版社



北京市监狱
BEIJING PRISON

北京监狱百年历程纪念文丛

总主编 刘学武

服刑人员团体 心理辅导策略

曹广健 著

中国财政经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

服刑人员团体心理辅导策略/曹广健著. —北京: 中国财政经济出版社,
2013. 8

(北京监狱百年历程纪念文丛)

ISBN 978 - 7 - 5095 - 4750 - 2

I. ①服… II. ①曹… III. ①犯罪分子 - 心理辅导 - 研究
IV. ①D916. 7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 191218 号

责任编辑: 周桂元

责任校对: 王 英

封面设计: 逸马文化

版式设计: 董生平

中国财政经济出版社出版

URL: <http://www.cfeph.cn>

E-mail: cfeph@cfeph.cn

(版权所有 翻印必究)

社址: 北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮政编码: 100142

营销中心电话: 88190406 北京财经书店电话: 64033436 84041336

北京财经印刷厂印刷 各地新华书店经销

787 × 1092 毫米 16 开 31 印张 503 000 字

2013 年 10 月第 1 版 2013 年 10 月北京第 1 次印刷

印数: 1—3 000 定价: 54.00 元

ISBN 978 - 7 - 5095 - 4750 - 2/D · 0269

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

本社质量投诉电话: 010 - 88190744

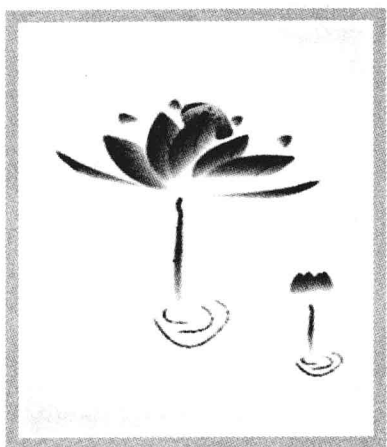
反盗版举报热线: 010 - 88190492, 010 - 88190446

《北京监狱百年历程纪念》文丛编委会

顾 问：孙超美 魏书良 何中栋
 薛梅卿 马志冰

总 主 编：刘学武

编委会成员：刘学武 齐秀山 王炳东
 罗中启 欧阳志工
 孙彦辉 张卫东



总 序

北京市监狱前身为京师模范监狱，由清政府法部于宣统元年奏请筹建，民国元年（1912年）基本完工，1912年11月10日投入使用，至今已有100年的历史。无论从设计意图还是初期运行情况看，它都是中国历史上第一座初具现代化意义的中央监狱。京师模范监狱的建立是中国历史发展的必然结果，也是中西方文化碰撞的直接产物，直观地体现了清末变革由社会到法制，由法制到刑制，由刑制到狱制的过程。北京市监狱从建设到运作的过程，具体且典型地体现了中国刑罚客体由肉体到思想的文明进程。中国现代狱制筚路蓝缕，山林由此开启。

作为中国历史上第一座具有现代化意义的中央监狱，建狱伊始，首任典狱长王元增结合西方狱制与中国国情制定了较为完备的管理制度，实现了监狱教育与社会国民教育序列的接轨；逐步形成个人教诲、类别教诲、集合教诲以及特别集合教诲的监狱教诲体系，传统文化教诲得到系统强化，还开创了多元化的教育教



海载体，如创办监狱出版物、社会宗教团体介入、名人演讲、开展音乐体育活动等。这些教育理念与实际做法，凸显了中国近代新式监狱趋向人本化的法治理念，“京师狱制，始焕然一新”。自此，中国监狱“去数千年来桎梏縲拽之苦，实施教养感化之法”。作为中央模范监狱，民国北京政府时期成为全国监狱官员的法定实习场所，故而它倡导的“施以感化，导以作业”的治狱思想，在全国新式监狱传播。

新中国成立后，人民政府接管了原民国时期的北京监狱，用全新的纪律规范罪犯的改造行为，使监狱管理工作步入了新的轨道，劳动改造成绩斐然。20世纪五六十年代，监狱轻工业技术达到国内尖端水平，部分产品产值位于全市前列，如袜厂曾为全市最大的织袜企业，创立的“金双马牌”商标被评为北京市著名商标；制造的棉纤维聚氯乙烯鞋底填补了北京市塑料棉鞋底的空白，产量曾一度占全市同类产品总产量半数以上。改革开放后，随着社会经济体制的变革，尤其是《中华人民共和国监狱法》颁布后，监狱对罪犯实行“惩罚与改造相结合、教育与劳动相结合”的方针，监企逐步分离，注重发挥劳动的教育作用，注重组织管理，生产劳动成为教育改造的载体之一。

1988年，北京在全国率先开展监狱工作社会化建设——与北京市18个区县签订“帮教安置协议”，开启“监狱—地方区县”社会帮教模式的探索，打造出闻名全国的“北京模式”，北京市监狱是其主要“试验场”之一，特别是1994年《中华人民共和国监狱法》颁布实施后，监狱管理工作进一步朝社会化、科学化、法制化发展，1995年被评为市级现代化文明监狱，1996年被司法部命名为全国首批五个“部级现代化文明监狱”之一。进入21世纪，尤其是近几年来，北京市监狱根据时代发展要求，积极响应市局党委号召，注重狱政管理精细化建设，打造监管安全长效机制，形成了自己独特的做法，如逐步完善安全防范机制、矛盾化解机制、科学分类机制、计分考核机制、分级处遇机制、诉求解



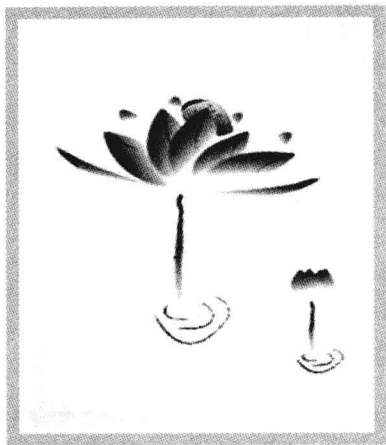
答机制等系列制度，以引导罪犯树立正确的服刑观，强化行为养成。

对改造手段的探索，北京市监狱一直努力走在前头。2005年10月监狱成立心理矫治室，将心理咨询与矫治的科学方法引入监狱，与相关院校合作开展服刑人员心理矫治研究，使监狱的心理矫治工作走在了全国同行前列。自2012年8月起，监狱在心理矫治工作中创新性地引进“内视观想”疗法，为参与活动的罪犯提供了一个“重走人生路”的机会，让参与者以成年人的眼光重新审视自己从出生到现在的人生经历，对自我进行客观全面的评价，发现并寻找科学改造的目标和方法，为提升罪犯的感恩和换位思考能力，为其在狱内安心改造起到良好的推动作用。2012年10月，司法部领导到监狱调研时对此项活动给予充分肯定，并强调要扩大罪犯的参与范围，及时总结好的经验。

“规其监狱之实况，可测其国度之文野。”监狱的管理状况能反映一个国家或地区的文明程度，监狱的文明进步是社会文明进步的具体体现。100年来，虽然名称和隶属关系多次变更，但监狱把握潮流、争创一流的文化传承一直没有变。在北京市监狱建成100年之际，监狱组织力量编撰了这套丛书，是一件非常有意义的事情。100年来，北京市监狱积淀的厚重监狱文化，我们监狱理论和实务工作者有义务认真研究，继承下来、发展下去，提高监狱工作质量，提升法治建设水平，为中国特色社会主义法制建设作出更大贡献。

北京市监狱管理局党委书记、局长 **孙超美**

2013年8月



序

本书作者曹广健是一位年轻、英俊的监狱警官，质朴沉静、谦虚好学，这是他给我留下的深刻印象。他曾经跟我系统学习过团体心理咨询的理论与技巧，多年来一直在努力探索监狱服刑人员的心理矫治。夏日的一天，他忽然告诉我写了一本书，想请我作序。有感于他和他的战友们在—个特殊的领域辛勤地耕耘和实践，为一群特殊的人进行心理矫治和服务，佩服和感动油然而生，我欣然答应了。

在很多人的印象中，监狱是国家机器，是刑罚执行机关，说白了就是监禁罪犯的场所，是让犯罪之人劳动改造的地方，似乎与精神世界、学术研究不沾边。但当我打开厚厚的《服刑人员团体心理辅导策略》书稿时，看到的是无数鲜活却可能自此沉沦的生命不仅在完成法律匡正的旅途，更在进行心灵救赎的跋涉，这是一个多么艰难的、大墙外的人实在难以透视的时空。我不禁向正处于人生冬天的群体投去关怀的目光，对每一天与他们面对的



警官们心生敬意，对不辞辛苦帮助他们的高校师生们由衷赞赏，对成长起来的监狱心理矫治队伍充满期待。

近年来，由于专业工作的需要，我有机会走进监狱，培训从事心理矫治工作的监狱心理咨询师。我觉得监狱与司法机构对服刑人员进行心理干预有两个层面，在社会层面需要给予服刑人员心理矫治预防再犯罪；从个人层面看，许多服刑人员常常来自不利的生活环境，心理问题比较普遍，心理矫治需求大。心理矫治有利于促进服刑人员遵从社会规范，并提高他们的社会适应能力，矫治不良行为。由于服刑人员集中生活、改造，非常适合应用团体心理辅导和治疗技能。服刑人员无论是入监适应，还是出狱准备，有许多相似的困扰和问题。怎样有效地应用团体工作，开展心理健康教育、心理问题调适、心理疾病矫治，是一个亟待探索的课题。

通读本书，感到有几个突出特点：一是方案丰富，系统性强。每一个方案既有心理学理论的阐述，又结合了服刑人员特殊人群的实际情况。通过对服刑人员普遍存在的心理问题的分析，在确定团体心理辅导的目标后，提出了较为完善而详尽的团体干预方案，最后对团体干预实践进行评估。这些方案条理清楚，内容丰富，体例系统。二是寓教于乐，实操性强。本书包含的活动主题非常丰富，有“生命的释站”、“舞动新生”、“生命中的他和她”、“我们回家的路”、“同在屋檐下”、“我的未来”、“爱…家”、“寻找真实的自己”、“希望在我心中”等。这些主题基本涵盖了服刑人员在服刑生活中可能遇到的所有心理问题，具有现实性和针对性，容易调动服刑人员参与的积极性。活动设计所呈现出的寓教于乐的特质，使团体心理辅导深入人心，既充满趣味，又能达到帮助服刑人员自我成长的效果。三是探索实践，指导性强。近年来，团体心理辅导在监狱的广泛应用，为监狱心理矫治工作开创了新的形式。如果说本书为监狱心理学实践探索提供了有益的示范，是监狱心理矫治工作理论研究和应用提高的代表作，我认为



是不为过的，在监狱心理矫治领域如此地求真务实、脚踏实地、开拓创新、大胆尝试，是非常难能可贵的。

改革开放带来了我国心理学发展的春天。伴随着时代的前进和全球化的进程，越来越多的心理学理论流派和心理干预方法引进国内。与此同时，心理学的应用和服务社会越来越为人们所期盼。如何应用心理学解决现实问题，既是教学科研单位的社会责任，也是各类基层一线努力的目标。社会需要才是学术研究和应用实践前进的最大动力和创造的最大源泉。北京市监狱管理局近年打造专家型干警队伍就是其中代表，亦让心理学人深感欣慰。曹广健是全国司法行政系统部级、局级的专家型干警，这本书就是他和他的团队多年的心血和成果的充分体现和展示。我愿意向同行和社会推荐这本书，也期待有更多的类似作品问世。

是为序！

中国心理卫生协会团体心理辅导与治疗专业委员会主任委员

中国心理学会临床与咨询心理学分会副理事长

清华大学心理学系

樊富珉 教授

2013年6月



前言

毋庸置疑，服刑人员是心理疾病的高发群体。这个群体中的许多人都经历过审讯、判决、家庭破裂等一系列心理应激事件，这种打击一般都会诱发抑郁情绪并由此带来万念俱灰、情绪低落、精神崩溃等问题。加之服刑人员面对长期服刑的现实，脱离社会、活动空间狭小、承受着方方面面的心理压力，如果没有良好的自我调节能力，极易促使原本不健康的心理出现更加严重的症状，这无疑为监管安全事故埋下隐患。作为监狱心理矫治工作者，这是我们长期面对的情况和工作的重点。心理创伤、拘禁型人格障碍、反社会人格障碍、抑郁症、焦虑症等心理人格问题是服刑人员群体中常见的类型化心理障碍，是制约服刑人员改造质量提高的重要因素，是服刑人员重新犯罪的温床。

自20世纪80年代在监狱系统开展服刑人员心理矫治工作以来，对改造服刑人员越来越发挥着重要的作用。有人认为心理矫治工作应当成为改造服刑人员的第四大手段。随着心理学在监狱



各个领域的延伸与应用，监狱管教人员越来越感到责任的重大、任务的艰巨。自 2000 年以来，在各级领导和相关专家学者的关怀指导下，我们注重实践、勇于创新，通过边干边学、边学边干，积极构建服刑人员心理矫治体系。特别是从 2006 年开始，我们大胆地在服刑人员群体中开展团体心理辅导，至今已经有 1000 余名存在各类心理问题的服刑人员接受了团体心理辅导。这种心理辅导受到了普遍欢迎和赞誉，这是我们继续开展此项工作巨大的精神动力。实践中也达到了良好的心理矫治效果，并形成了针对不同类型服刑人员的团体策略。从而萌发了我将多年来的实践成果整理归纳的想法，便于不断总结、积累经验、接受专家与同行的指点。

另外，近年来我所在的团队有四人接受了内观的训练，并有一人接受了内观导师的培训。我们认为内观体验活动对于监狱服刑人员具有很强的适用性。几年的实践应用，内观体验在服刑人员群体中发挥了正能量，各类服刑人员群体通过内观体验都取得了良好效果，报名参加的服刑人员络绎不绝，也使我们体验到了前所未有的成就感。内观体验的操作过程虽然一周内多数时间是每人独处，但也需要接受团体内观，形式更像团体心理辅导。因此，本书最后一节将内观体验在监狱的理论、操作流程以及经验效果进行简要介绍，希望得到同行们的指正。

本书的初衷是对监狱服刑人员“团体心理辅导”的经验和成功方法加以总结，并细化和完善，便于监狱不断完善服刑人员“团体心理辅导”在心理矫治工作过程中的基本规则，确立“团体心理辅导”在监狱心理矫治中的学术定义，为在监狱中应用和推广“团体心理辅导”提供一个切实可行的实操蓝本。

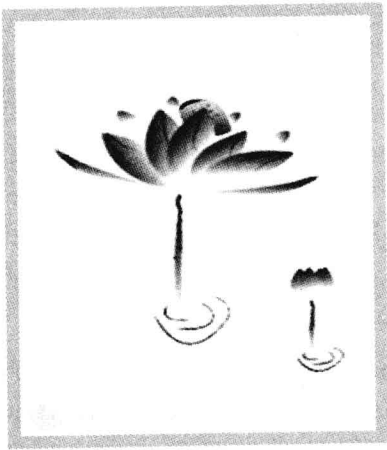
由于本人学术方面的欠缺，难免有不足和疏漏，欢迎同行和学界指导和批评。监狱心理矫治是一个新兴的学科，理论创新是我们每一个监狱心理工作者义不容辞的责任，在这一领域还有较大的提升空间。只有重视学术研究、善于理论总结，才能使我们



在业务上不断进步。时代的迅猛发展和司法改革的前进步伐，对监狱心理矫治工作提出了更高的要求，心理矫治必将在监狱的文明进步中承担重任。我们将一如既往地紧紧围绕着以监管安全为中心，以降低重新犯罪率为根本，顺应时代潮流，坚持专业精神，牢记使命，恪尽职守，解放思想，求真务实，力争在监狱心理矫治理论领域再出新成果、再做新贡献。

北京市监狱 曹广健

2013年5月



目 录

第一章 服刑人员心理	(1)
第一节 服刑人员常见的心理问题	(2)
一、服刑人员心理问题的基本特点	(3)
二、服刑人员心理问题的常见表现	(5)
第二节 服刑人员人格障碍	(8)
一、反社会人格障碍的临床特征及研究进展	(9)
二、服刑人员与反社会人格障碍的临床研究与脑科学研究	(13)
第三节 服刑人员创伤心理诊断和评估	(22)
一、创伤后应激障碍发生率	(24)



二、创伤后应激障碍与共情关系	(25)
三、童年期创伤经历诊断	(26)
第二章 团体心理辅导理论	(29)
第一节 团体心理辅导基本知识	(30)
一、团体心理辅导的概念	(30)
二、团体心理辅导的定义	(31)
三、团体心理辅导的特点	(31)
四、团体心理辅导的局限性	(33)
五、服刑人员团体心理辅导的原则	(35)
六、团体心理辅导的理论分类	(37)
第二节 团体心理辅导主要理论流派	(40)
一、理性情绪理论 (REBT)	(40)
二、人本主义理论	(44)
三、萨提亚家庭治疗理论	(45)
四、格式塔理论 (完形理论)	(46)
五、意义治疗理论	(48)
六、交互作用分析理论 (TA)	(50)
七、放松疗法及技术	(51)
八、存在主义疗法	(52)
九、音乐疗法理论	(53)
第三节 狱内团体心理辅导适应症状	(54)
一、团体心理辅导对服刑人员心理干预的适用性	(54)
二、监狱中较适合接受团体心理辅导的情况	(56)
第四节 狱内团体心理辅导注意事项	(60)
一、建立良好的团体心理辅导关系	(60)
二、促进积极的心理变化	(61)
三、人格改造的可能性	(62)
四、团体心理辅导的优势	(63)
第五节 狱内团体心理辅导的效果评定	(64)
一、自我评定	(65)
二、观察评定	(66)



三、心理测量工具评定	(66)
第三章 团体心理辅导实践	(69)
第一节 自我成长	(70)
一、生命之花朵朵开	(72)
二、寻找真实的自己	(81)
三、家……不远	(89)
四、太阳照常升起	(95)
五、倾听心的声音，关注自我成长	(108)
六、彩虹希望，炫色明天	(113)
七、沟通与分享	(121)
八、火柴点亮你我	(130)
九、生命的秘密花园	(136)
十、迈向明天	(143)
十一、生命的旅程	(151)
十二、我们在一起成长	(161)
十三、生命之光	(173)
十四、生命的驿站	(181)
十五、同在屋檐下	(193)
十六、树之旅	(205)
第二节 人际交往	(211)
一、舞动新生	(213)
二、人生从冬天开始	(219)
三、学会与人沟通	(226)
四、生命中的他和她	(241)
五、我们是一家人	(247)
第三节 家庭情感	(263)
一、爱·家	(265)
二、望极天涯是我家	(269)
三、与爱相伴	(279)
四、我爱我家	(288)
五、家 = 父亲、母亲和我	(297)



六、让爱穿越高墙，点燃心中希望	(306)
第四节 社会适应	(311)
一、我的情绪，我做主	(313)
二、做情绪的主人	(324)
三、排除情绪的困扰	(332)
四、五彩心情我做主	(344)
五、此心安处是吾乡	(347)
六、我们回家的路	(357)
七、我的生活	(367)
八、寻找回来的世界	(372)
九、心灵麦乐迪	(385)
第四章 内观体验与实践	(391)
第一节 内观的机理与发展	(392)
一、内观的机理	(392)
二、内观理论精髓	(393)
三、内观的特点	(395)
四、监狱中的内观	(397)
五、内观与循证矫正	(404)
第二节 内观实施与体验	(408)
一、内观操作流程	(408)
二、体验者的感想	(415)
附录 对服刑人员反社会人格障碍的团体干预	(453)
参考文献	(471)
后 记	(473)