

Einführung  
in die  
systemische  
Familienmedizin

# 系统性家庭医学 心理治疗概论

[德] 苏珊娜·阿尔特迈耶

著

乐竞文 译

[德] 阿斯坎·亨德里施克

在治疗中纳入

生物 - 心理 - 社会背景

医疗、临床心理及社会心理服务工作者的

系统性操作指南



中国出版集团有限公司



世界图书出版公司

Einführung  
in die  
systemische  
Familienmedizin

# 系统性家庭医学 心理治疗概论

[德] 苏珊娜·阿尔特迈耶

[德] 阿斯坎·亨德里施克

著

乐竞文

译



中国出版集团有限公司



世界图书出版公司

北京 广州 上海 西安

图书在版编目 ( CIP ) 数据

系统性家庭医学心理治疗概论 / (德) 苏珊娜·阿尔特迈耶, (德) 阿斯坎·亨德里施克著; 乐竞文译. —北京: 世界图书出版有限公司北京分公司, 2023.10

ISBN 978-7-5232-0748-2

I . ①系… II . ①苏… ②阿… ③乐… III . ①集体心理治疗—研究 IV . ① R459.9

中国国家版本馆 CIP 数据核字 (2023) 第 163259 号

Authorized translation from the German language edition, entitled Einführung in die systemische Familienmedizin by Susanne Altmeyer and Askan Hendrichske.

© 2022, Carl-Auer-Systeme Verlag GmbH, Heidelberg, Germany.

Chinese simplified language edition published by Beijing World Publishing Corporation by Copyright © 2023.

All rights reserved.

---

书 名 系统性家庭医学心理治疗概论  
XITONGXING JIATING YIXUE XINLI ZHILIAO GAILUN

著 者 [德] 苏珊娜·阿尔特迈耶 [德] 阿斯坎·亨德里施克  
译 者 乐竞文  
责任编辑 詹燕徽  
装帧设计 蚂蚁字坊

出版发行 世界图书出版有限公司北京分公司  
地 址 北京市东城区朝内大街 137 号  
邮 编 100010  
电 话 010-64038355 (发行) 64033507 (总编室)  
网 址 <http://www.wpcbj.com.cn>  
邮 箱 [wpcbjst@vip.163.com](mailto:wpcbjst@vip.163.com)  
销 售 新华书店  
印 刷 三河市国英印务有限公司  
开 本 880 mm × 1230 mm 1/32  
印 张 6.375  
字 数 94 千字  
版 次 2023 年 10 月第 1 版  
印 次 2023 年 10 月第 1 次印刷  
版权登记 01-2022-5921  
国际书号 ISBN 978-7-5232-0748-2  
定 价 59.00 元

---

版权所有 翻印必究  
(如发现印装质量问题, 请与本公司联系调换)

## 译者序

我们在长期的临床心理工作中发现，当某个家庭成员患上慢性、严重、不可逆和不可治愈的疾病时，当意外事故带来严重伤害和残疾时，当新生儿被诊断出带有严重缺陷时，甚至当老人重病乃至不治时，很多家庭因为这些前所未有的复杂的生物-心理-社会交互状况，陷入了极大的困境。而且，在这种境遇中，患者及其家庭成员做出的很多判断和反应，都使他们深陷更加严重的危机，包括：对患者的过度治疗造成其病情不稳定，或使家庭陷入经济困境；全力与疾病斗争无果后陷入抑郁崩溃；相互指责，家庭关系恶化；刻意回避现状，导致彼此疏远；甚至因无法面对压力而轻生……

在一次查找德语家庭心理治疗的资料时，我发现了本书。作者在系统性家庭医学心理治疗的框架下，清晰

地介绍了概念，详细探讨了干预措施，甚至具体地列举了谈话技巧。这真是一本浅显易学又有具体抓手的实用型指导手册！

如果各位同行在临床心理治疗实践、心理干预、医疗工作以及其他与病患相关的工作中，能够对作者的态度和方法加以借鉴，将新的知识与自己原有的知识储备深度结合，扩展和丰富自己原有的经验系统，就定会收获令人期待的丰硕成果。

非常感谢世界图书出版公司的大力支持！詹燕徽编辑在我提出翻译出版此书的时候热情地回应了我，并在翻译、校对过程中多次与我耐心沟通。感谢本书的两位原作者在我翻译过程中对专业问题的答疑解惑。感谢首都医科大学杨凤池教授和亚洲家庭治疗学会主席田村毅教授为本书撰写推荐语。

在这里我还想感谢翻译期间与我对话过的很多心理学、家庭教育、临床医学、特殊儿童教育机构以及养老和安宁疗护行业的同事和朋友，他们在听我提及本书内

容时，都给予了积极的反馈。他们的热忱期待成为我在日常繁忙的讲课和口译工作之余，坚持完成本书翻译工作的巨大动力！

谢谢大家！

2023年9月29日

乐竞文

于北京丽舍公寓

## 前 言

本书适用于与患者和他们的家人打交道并希望更多地了解疾病和家庭之间相互作用的医生、医学院学生和其他领域的工作人员。阿斯坎·亨德里施克（Askan Hendrichke）先生最初是一名家庭医生，苏珊娜·阿尔特迈耶（Susanne Altmeyer）女士是一名神经科医生。两人都在临床心身学领域工作多年，目睹家庭、职业和社会背景对健康与疾病的发展和存续的影响。以患有身体疾病（主要是心血管疾病、中风、癌症和关节炎）的人为研究对象的52项调查研究（共计将近9 000名研究对象）的数据分析结果表明：将家庭成员纳入治疗，对患者及其家人的身心健康都有显著的积极影响（Hartmann, Bänzner, Wild, & Herzog, 2010）。大量研究已经证实，家庭和社会环境中的主要相关者在许多

方面都对患者的健康和疾病有强大的影响力（Rolland, 1994; McDaniel, Hepworth & Doherty, 1997; Sydow et al., 2007）。

在本书中，我们提到的治疗师（专业助人者）通常指家庭医生，有时也指心理治疗师。我们对“治疗”一词原始含义的理解来自希腊语“θεραπεία”（服务、服侍、提供服务、照顾患者），它在医学中指治疗疾病和创伤的措施。治疗师的目标是治愈、消除或减轻症状，帮助患者恢复身体或心理功能。在这种情况下，“therapia”（治疗）极少是真正的心理治疗，往往只是陪伴或指导。然而，从系统性的观点来看，治疗师有必要考虑到个体的整个生物-心理-社会背景，这包括一个人内部和外部的系统。

本书首先介绍了系统性家庭医学心理治疗的基本概念，然后列出谈话技巧和干预措施，并探讨了系统性家庭医学心理治疗中“合作”的意义。接下来，本书讨论了在生命周期不同阶段（建立家庭的阶段、子女未成年

的阶段、子女处于青春期的阶段)疾病的影响与干预,继而探讨了系统性心理治疗如何应用于伴侣患病、家庭成员患有慢性疾病等特殊情况,以及家庭中的死亡和由此引发的悲伤等问题。

为了揭示疾病发生、防治的不同背景和疾病所导致的复杂的生物-心理-社会交互作用,本书引用了大量来自临床实践的案例。本书中的很多案例都是我们及我们的同事在临床工作中亲身经历的,还有一些来自我们所参与的巴林特小组,以及我们自1992年以来开展的家庭治疗培训小组的工作。为了保护案例中患者的个人隐私,我们对其姓名和一些数据进行了修改,如与任何人有任何相似之处,纯属巧合。

最后,我们要感谢在过去25年中每一个陪伴我们走过系统性(家庭)治疗道路的人。无论是信任我们、对我们倾诉的患者,还是支持鼓励我们的同事、朋友或老师,没有他们就没有这本书的诞生。除了埃克哈特·斯图尔姆(Eckardt Sturm)这位杰出的家庭医生之外,

还应该提到与我们一起在德国亚琛联合诊所“身心时间”项目组中工作的恩斯特·佩佐尔德（Ernst Petzold）和弗里德贝尔格·克罗格（Friedebert Kröger），以及我们的美国朋友和同事苏珊·麦克丹尼尔（Susan McDanie）、比尔·多尔蒂（Bill Doherty）、马卡兰·贝尔德（Macaran Baird）、约翰·罗兰（John Rolland）和彼得·斯坦格拉斯（Peter Steinglass）——感谢他们通过跨越大洋两岸的长期讨论提出了许多创新的想法，这些想法都在这本书中得到了体现。通过本书对系统性家庭医学心理治疗的介绍，我们希望为大家呈现出不同的护理模式和概念，这些模式和概念可以成为现代医学中恩格尔（Engel, 1977）的生物-心理-社会模式的路标。特别感谢卡尔-奥尔出版社的弗里茨·B. 西蒙（Fritz B. Simon），是他推动了本书的完成。

苏珊娜·阿尔特迈耶，阿斯坎·亨德里施克

# 目 录

## CONTENTS

前言 01

### / 第一章

## 系统性家庭医学心理治疗的基本概念

第一节 历史发展	004
第二节 基本假设	009
第三节 疾病的特定要求	012
第四节 疾病的阶段	014
第五节 疾病是家庭的创伤	016
第六节 家庭认同	018
第七节 疾病归因	020
第八节 家庭周期	023
第九节 家庭与压力	026
第十节 家庭与复原能力	028
第十一节 家庭和家庭故事	029
第十二节 健康本源	030
第十三节 总结	032

**/ 第二章**

---

**谈话技巧与干预**

第一节	基本原则	037
第二节	咨询与治疗程序	042
第三节	病史	044
第四节	诊断的传达	046
第五节	信息和心理咨询	047
第六节	处理防御态度和负罪感	048
第七节	促进沟通	049
第八节	保持沟通	050
第九节	损失视角	052
第十节	平衡的应对	054
第十一节	有益的比喻	055
第十二节	家庭雕塑和家庭轮盘（小物件技术）	057
第十三节	资源表	059
第十四节	时间线	065
第十五节	家谱图	066
第十六节	多家庭对话团体	073
第十七节	联结	075
第十八节	总结	075

---

**/ 第三章****系统性家庭医学心理治疗中的合作**

第一节	合作如何成功?	081
第二节	并发性生物-心理-社会 问题中的合作	082
第三节	机构层面的合作	085

---

**/ 第四章****生命周期中的疾病与残疾**

第一节	建立家庭的阶段	094
第二节	子女未成年的阶段	105
第三节	子女处于青春期的阶段	116
第四节	伴侣关系中的疾病	129
第五节	慢性疾病	146
第六节	家庭和伴侣关系中的死亡与悲伤	166
	<b>结束语</b>	<b>179</b>
	<b>参考文献</b>	<b>183</b>

# ONE

第一章

---

## 系统性家庭医学 心理治疗的基本概念



每个来到世上的人都有双重国籍：

一个是健康王国的，一个是疾病王国的。

虽然我们都更喜欢使用健康王国的护照，但迟早，至少会有一段时间，我们每个人都不得不承认自己是那个疾病王国的公民。

苏珊·桑塔格，1981

美国记者和作家苏珊·桑塔格的这段话会唤起大多数人对因患上疾病而感觉不适的情境与经历的联想或回忆。疾病这种普遍现象是人类的存在体验之一，同时是人们在健康时期通常会回避、忌讳或难以想象的一种情况。在那个令人不适的“疾病王国”里（借用苏珊·桑塔格的比喻），人们最初既不能理解也不能掌握疾病的

语言，不知道疾病的起点和终点，更不知道那里的交通系统或其他规则。在那里，人们经常感到无助，只能任凭摆布；自己周围的社会环境和家庭也会随之陷入同一境地，而这些正是支持和帮助的重要来源。系统性家庭医学心理治疗将关注点从患者个体扩展至他们的背景。下面将介绍这种治疗理念的相关基础知识。

## 第一节 历史发展

“患者拥有家人”是Macy项目主任H. Richardson（1945）结题报告的标题。Macy项目是20世纪30年代发起于纽约的一项关于家庭保健的研究。报告的开头是这样的：

确定患者拥有家人就像确定一个生病的器官是人体的一部分——这两个发现似乎都显而易见，也