

医学心理学第十一节 家庭疗法 PDF转换可能丢失图片或格式
，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/492/2021_2022__E5_8C_BB_E5_AD_A6_E5_BF_83_E7_c67_492814.htm 家庭疗法是集体心理治疗中的一种形式，近年来愈来愈被人们所关注。家庭是社会群体的基本单位，家庭成员之间的关系如何不仅影响着各成员的心身健康，而且也影响着他们所工作、学习或生活的社会环境的安宁。家庭中的一个成员出了问题，发生心理障碍，往往需要从整个家庭的角度来了解问题的根源和性质，才能做出有效的处理和治理。在中国，一个孩子成长为一个社会人，具有什么个性特征和人际行为更是深刻地打上了家庭的烙印。孩子如有心理行为上的障碍往往需要得到家庭父母和其他成员的配合才能妥善地解决。所以家庭疗法一般是治疗者与当事人及其家庭中主要成员一起进行谈话、示范或讨论。治疗不一定仅局限在医院门诊心理治疗室，治疗者到当事人家中。与其家人来往，成为他们家庭中的一位朋友，往往能收到更好的治疗效果。家庭发生病理现象一般分为三类：一类是与家庭的发展有关的障碍。便如夫妻没有孩子前与有了孩子后双方心理上的准备和感情分配发生问题；双亲在婴幼儿时期的教养方式以及孩子进入学龄期后的教育方式上发生分歧；孩子长大成人，在交友、恋爱、结婚、选择职业上父母与子女间产生的问题；孩子离家后父母重新恢复老两口夫妻生活以及子女定期或不定期重聚所产生的情感问题。另一类是家庭成员之间的关系所引起的障碍；例如父亲或母亲与孩子之间引起的所谓亲子三角关系的冲突，即一方训斥，另一方袒护；如为多子女家庭，则兄弟、兄妹之间所

引起的关系障碍，以及由于父母对他们各有好恶而加深这种障碍；如果家庭是三贷堂，则由于祖父母与父母对子女管教方式的冲突所引起的家庭关系障碍更为复杂。第三类是整个家庭作为一个团体发生了障碍，家庭是一个特殊的小社会团体，有它自己的组织和家法。家长式的统治，父亲专断、一言堂，或者母亲蛮横不讲理，家庭成员之间无法自由交流思想。或者相反，子女成为家中小霸王，父母听之任之，无能管教。父母没有好榜样，酗酒、赌博或经常吵架、斗殴，上行下效，子女行为也发生障碍。这三类病理现象都是家庭疗法的适应症。一般是常见的是当事人（主要是孩子）与家庭某成员（主要是父亲或母亲）的关系发生了问题，以致彼此之间一谈就崩，无法进行沟通。现举某家庭为例介绍家庭疗法的具体步骤如下：该家庭由父母及一初中二年级13岁男孩组成。该初中学生自认为长大，是中学生了，应有自己独立行动的自由，对父母一直把他当作不懂事的小学生，假日或课余时间与同学外出游玩或做其他业余活动感到极为气愤，母亲对他要求很严，为了使门门功课达到优等，放学后必须回家做功课，不完成作业不能看电视，而且还须由母亲指定看哪些电视节目。家中一切事情皆由母亲说了算。父亲在科研机构工作，整日忙于业务，不理家务，也很少管孩子的事。儿子为了反抗，故意不遵守母命，每日放学很迟回家，在家中也不做功课，并坚持要看他所喜爱的电视。为此经常与母亲强词夺理，以致发展到后来，只要母亲一开口，就认为是训斥他而争吵起来，父亲对母子间的争吵因不明缘由经常站在母亲一边教育其子，也引起孩子的反感。尤其是孩子的学习成绩下降，初中一年级时，门门功课都是优秀，而现

在没有任何一门课是优秀，甚至还有1~2门课刚刚及格。母亲为此感到很忧虑，不知应怎样教育孩子。因为孩子与父母都感到很痛苦，不知如何改善彼此之间的关系。当治疗者了解家庭中母子的紧张关系后，便邀请家庭全体成员来门诊心理治疗室，举行家庭讨论会。这一疗法克服了过去传统的治疗方法的缺陷，即对家庭各成员分别进行咨询，而没有坐在一起进行面对面的讨论，因此效果不大。家庭治法需要两名治疗者，并且都与家庭各成员所熟悉。一名主持家庭讨论会，另一名躲在幕后，在另一间房里通过特殊通话仪器将要谈话的内容发给各家庭成员。该房间装有单向玻璃或闭路电视可以看到治疗室家庭讨论会的全过程。在治疗室内，4把木柄沙发围成一圈，儿子右边是母亲，左边是父亲，对面是治疗者。每人皆在耳后戴上一精致小巧的电子收听器，通过它可听到另一治疗者的提示，但父母与儿子彼此都不知道对方带有此种收听器。主持家庭讨论会的治疗者的耳后也戴有收听器，可以听到另一治疗者和儿子的谈话。家庭讨论会开始，主持会议的治疗者首先与儿子谈话。治疗者：今天请你和你的爸爸妈妈一起来这里举行一个家庭讨论会。你们一家只有三口人，是一个小家庭。天下做父母的谁不疼爱自己的孩子呢？做孩子的也多么希望能得到父母的受啊！你说是吗？（这时孩子从收听器中传来了另一治疗者的批示，要他作出点头表示同意举动）儿子：嗯（点头）治疗者：可是当你们一家坐在一起的时候，一谈话就崩，就要吵架，根本不可能相互交流思想和感情，这是多么使人难过的事啊！儿子：嗯（点头）。（通过另一治疗者的批示作出点头的举动。以下儿子的回答和都是由幕后治疗者的指导下作出的）。治疗者：

为什么会发生这样使人痛苦的事呢？我认为双方都有责任。你感到妈妈把你当作小孩子，管得太严，使你感到不自由。可是你是否想到，她也是为你好啊！希望你用功读书，将来成为一个有用的人才，象你爸爸那样，你说是吗？儿子：嗯（点头）。治疗者：当然你妈妈对你的看法也是不全面的，她忘了你已经是个13岁的少年，已经会管理自己了。你在班上是个好孩子，既聪明又肯帮助人，同学都喜欢接近你，希望你课余时间，多与你在一起活动。听说你和同学有很多活动计划是吗？儿子：我喜欢和同学一起做功课，一起玩，我们有很多活动计划，譬如我们班上组织了一个小足球队，打算放学后到离校较远的××体育场去练球，每周两次。又譬如上上星期日我们打算骑自行车去西山旅游，可是妈妈不同意，这些计划也就都泡汤了！治疗者：你应该好好跟妈妈讲嘛！足球是锻炼身体；到郊外旅游，既增强体质又开阔眼界增长知识，我想妈妈是会同意你去的。儿子：妈妈把我当作小孩子，根本不听我讲的话，总是唠叨：你的心思野了，成绩不如前了，你不作完功课什么地方都不准去，你门门功课如考不到优秀，就好好地跟我呆在家里。治疗者：那你为什么不照妈妈的话做呢？你的学习又不是不好，做作业对你来说不是一件困难事……儿子：妈妈根本不把我当作人，连看电视的自由都没有。她总以为她的想法是对的、总认为我讲的没有道理，所以我就偏偏不照她的话去做。治疗者与儿子的谈话就这样一步步深入地展开了。在旁听他谈的父母发现儿子与第三者谈知很正常，很有分寸，情绪反应很适当，并且摆事实讲道理，说出了他藏在心头的话。在儿子与治疗者的谈话中父母逐渐认识到他的孩子已经长大了，特别是母亲

感到她在家里对儿子确实有点独断专行，不改正自己的态度是无法与儿子进行谈话的。于是治疗者开始转向父母，与他们进行对话。治疗者：严同志，你看明理（儿子名）这孩子谈得多么好啊！你看他的谈吐很象一个大人，很懂事嘛！为什么你们一谈话就会崩呢？母亲：过去我确实把他当作一个不想学好的孩子，我没有把他的话放在心上，（母亲也是按收听器传来的另一治疗者的指导表达谈话的内容）。治疗者：你应该谈到，他不仅是属于你们这个家庭的孩子，也是属于国家属于社会的一个未来人才。他在学校里和同学关系很好，已经在学校这样一个小社会里尝到了甜头，学习知识，掌握本领，学会怎样认识社会，怎样按学校要求做一个德智体美劳全面发展的人，难道他和同学在这样一个小社会里一起活动不对吗？母亲：我总担心他在外面以坏人引诱，容易学坏。我一想到这事就心惊肉跳，所以我总希望他下课后就回家里专心做功课。我没有意识到他已经长大了，已经懂得是非了，他需要有集体的社会活动，我把关在家里实在也够闷的。但我发现他成绩下降，不好好读书，使我担忧，我更不敢让他到外面去活动了。治疗者：家庭的一切都由你操持，你已习惯于命令别人听你的指挥。如果你是明理，听别人告诫你，这也不准、那也不准，你心中又是什么滋味？你如果把明理当作一个朋友，推心置腹地谈谈你对他的担忧，他会和你一谈就崩吗？母亲：我想和如果真正能象今天这样谈谈，是不会谈崩的。治疗者：当然明理也应该明白，妈妈习惯于发施令，连爸爸都得听她的，怎么会听儿子的申诉呢？不能因为妈妈不听你的，你也就反其道而行之，故给她好脸，她要你往东你偏往西，在学校里把当天功课作完了，迟迟

回家故意不讲。考试的题明明都会作，故意少答一题，不求优秀成绩来气气你妈妈。这种作法就是耍小孩子脾气，是不成熟的表现，叫人家怎能放心得下？你已经是能管得住自己的大孩子了。做事应该合乎道理。母亲：也不能怪明理，是我不了解实情，错怪了他。治疗者：（对父亲）老胡同志，你整日勤勤恳恳地扑在工作上，在科研上作出成绩，为孩子树立了榜样，是值得我们学习的。老严包揽一切家务，不使你分心，让你集中精力工作，但是不能因此就放弃了教育孩子的责任，把重担搁在老严一个的身上。当明理与妈妈争吵的时候，如果你拿出作科研的精神，先弄清争吵的原因究竟是为了什么，从表面现象去发现问题的实质，就能作出实是求是公平的判断，你说是吗？父亲：我对待孩子的教育确实犯了马大哈的错误，我相信自己的孩子是好的，对他的所作所为当作是件小事，只要批评批评就够了，所以也不想去深入了解，我没有尽到责任（父亲也是接收听器传来的另一治疗者的指导表达谈话的内容）。当治疗者与父母亲谈话时，坐在一旁的儿子听到母亲的自我批语，很是感动；父母确实是爱自己的，认识到自己采取反抗的作法是不能解决问题的，也是一种不成熟的行为。这时由治疗者引导开始进行父母儿子三人之间的对话，话题是在一个健康正常的家庭中父母与子女应该用怎样的态度和方式相互交流思想与感情。通过这样的家庭讨论，初步建立了父母与子女的正常对话和沟通。家庭疗法一般分上述三个阶段进行：第一阶段治疗者与当事人（儿子交谈，其他家庭成员（如父母）在旁边静听，不插嘴。这样的谈话能使家人感到震动，为什么当事人能与第三者进行正常的交谈，反思自己在家庭谈话中的态度和方式

，认识到自己的问题所在。第二阶段治疗者与其他家庭人员交谈，使当事人了解到其家人的作法也不是按自己所想象的那样没有道理，反思自己所采取的对策也是没有道理的。第三阶段在治疗者的主持下开始家人间彼此对话，不追究过去责任或弄清谁是谁非，而是向前看，用一个新的话题、谈论如何在家中建立正常的对话气氛、父母、子女应该采取什么样的态度才能使自己家庭变成一个可爱的、亲切的、充满欢乐的家。这一家庭疗法视问题的严重程度，一般举行1~5次的讨论会就收到满意的效果。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com