

# “多能父亲、无能母子”家庭治疗个案督导

刘丹<sup>1</sup>, 张婕<sup>2</sup>, 孟馥<sup>3</sup>, 陈向一<sup>\*</sup>

(1.清华大学心理咨询中心,北京 100084;2.中南大学湘雅三医院临床心理科,长沙 410013;3.上海东方医院心身医学科,上海 200120)

【摘要】对心理咨询的临床督导是促进家庭治疗师专业能力发展、确保心理咨询服务质量的重要机制。本文描述了家庭治疗中一对一案例报告式督导的主要过程,突出了家庭雕塑技术与“假设-循环-中立”原则在临床督导中的应用,以及家庭治疗的资源取向风格。本案例督导对家庭治疗师的专业能力提升和该家庭系统的变化都起到了积极的作用。

【关键词】督导;家庭治疗;资源取向;家庭雕塑

中图分类号: R395.5 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2013)04-0681-04

## A Family Therapy Supervision Report of “Multifunctional Father, Incapable Mother and Son”

LIU Dan, ZHANG Jie, MENG Fu, CHEN Xiang-yi

Student Counseling Center, Tsinghua University, Beijing 100084, China

【Abstract】Clinical supervision of counseling is a critical mechanism to promote the development of psychotherapist's professional competence and to ensure quality of counseling. This paper describes the main process of supervision, and emphasizes the application of the technology of family sculpture, the principle of “hypothesis -circular question-neutralism” and the style of resource orientation. This case supervision plays a positive role in promotion of psychotherapist's professional competence and change of family system.

【Key words】Supervision; Family therapy; Resource orientation; Family sculpture

督导是作为学员支持、鼓舞、学习的主要源泉而出现的<sup>[1]</sup>。家庭治疗具有专业性强、实践性强的特点,尤其需要临床督导来促进家庭治疗师的专业发展和确保家庭治疗服务质量。早在 20 世纪 60 年代晚期,国外就有对家庭治疗进行督导的文献记载<sup>[2]</sup>。国内各种督导方式都十分缺少,很难确保心理健康服务机构提供服务的专业性<sup>[3]</sup>。国内与督导相关的期刊论文主要集中于现状描述<sup>[4,5]</sup>、思考探讨<sup>[6-10]</sup>、方法介绍<sup>[11-13]</sup>阶段,鲜有督导报告<sup>[14]</sup>。迄今为止,期刊论文中尚无家庭治疗取向的个案督导报告。本文以系统家庭治疗理论为基础,描述了一对一案例报告式督导的主要过程;突出了家庭雕塑技术与“假设-循环-中立”原则在临床督导中的应用及家庭治疗的资源取向风格。

## 1 案例报告

### 1.1 来访原因与咨询设置

索引病人(IP),男,19岁,因沉溺网络小说多门挂科留级重读大一。父亲,47岁,大专学历、职业教师。母亲,38岁,小学学历、家庭妇女。母亲、父亲因IP沉溺网络先后离开家乡前来大学陪读。IP已减少上网行为、能坚持学习,但与同学交往甚少。父亲担心其撒谎、有上网行为、学习不能及格前来学校心理咨询中心求助。咨询设置是家庭治疗、基本1周1次、每

次1.5小时,为免费咨询。进行督导时已进行3次家庭治疗。

### 1.2 初次印象

家庭治疗师对求助者家庭的初次印象:IP坐姿僵硬、面无表情、目光呆滞、语言缓慢、逻辑清晰、衣着洁净。父母衣着朴实、非常客气。父亲给人的印象比较严谨、多少有点刻板。母亲有些腼腆、言语不多。父亲和儿子坐得很近;父亲最先落座;母亲坐在父亲身旁另一侧沙发,最后落座。父亲和IP的距离感觉又远又近:父亲讲话或询问IP时,IP一言不发甚至身体略微躲开;同时父亲说话时会关切的望着IP,在鼓励IP发言时会用手拍儿子的大腿上部靠内侧。结合初次印象与后续资料,为本案例取名为“多能父亲、无能母子”。

### 1.3 治疗工作

家庭治疗师在3次家庭治疗中开展的工作包括和家庭成员建立关系、澄清来访背景、了解家庭成员关系、对家庭的评估、建立初步假设和修正假设、发现家庭动力的模式、布置家庭作业、促进和巩固家庭细小的变化。对家庭的评估为:家庭所处的生命周期在孩子离家的阶段;家庭结构倾斜;父亲在家庭中有着绝对的权力、母亲依附于配偶。母亲从IP1岁多到12岁(IP初三时)常年在外打工,过年时才回家团聚。父亲一直照料IP学习生活,其中IP小学阶段寄宿、初中住校、高中走读。父亲承载了父母的功能、母亲的功能弱化;家庭沟通不畅,缺乏情感交流;父子关系纠结、母子关系疏离、夫妻关系变形;家庭呈现出大量的资源:父亲坚韧不拔、对孩子充满信心和期待。母亲有独自生活应对困难的经验,接受新事物的能力强。孩子有很强的学习能力,有寄宿、住校等应对变

【基金项目】国家科技支撑计划课题(2009BAI77B05);湖南省研究生科研创新项目(CX2012B104)资助

通讯作者:刘丹, danaliu@mail.tsinghua.edu.cn

\* 深圳南山医院临床心理科

化生活的经验。父子情感深厚是促进彼此改变的动力。夫妻情感亲密有更多相互影响的可能。母子个性与想法接近可以形成相互支持。家庭成员均有较高强度的求助动机。治疗师对家庭动力模式的觉察并得到家庭成员的认可。治疗师对家庭动力模式描述为:“父亲越越权、孩子越退缩;孩子越退缩、父亲越越权。母亲越是无能为力、父子越是纠缠;父子越是纠缠、母亲越是无能为力。”治疗部分逐字稿见后。

#### 1.4 督导目标

3次治疗后,家庭发生了很多的变化。孩子有了笑意、言语增多、学习自觉性提升、和同学的交往增多、与母亲的关系变得更近一些。母亲更加主动表达、表情放松、常有笑意、增加和IP的交流和情感支持。家庭的坐位发生了变化。母亲和父亲坐到一个沙发上,IP单独坐一个沙发,靠母亲更近。父亲也放松了很多,鼓励孩子更多的自我管理,同时也有高度的焦虑,始终希望IP考上博士。督导目标是如何帮助父亲降低焦虑,对孩子有更合理的期待。

## 2 督导过程

督导的目标包括提高下级人员的专业能力,监控被督导者向来访者提供的专业服务的质量<sup>[15]</sup>。家庭治疗督导师的职责在于激发对报告案例的讨论而不是提供全部的干预方法<sup>[16]</sup>。本案例督导采取基于系统家庭治疗理论的个别督导。系统性督导模型强调家庭动力学在督导关系中的重现<sup>[17]</sup>。接受督导的家庭治疗师提交案例报告介绍治疗设置、来访原因、初次印象、家谱图、治疗工作包括部分逐字稿和督导目标。

### 2.1 家庭治疗督导的资源取向

督导的评价过程能提升家庭治疗师的动力、促进其个案处理能力的发展。家庭治疗督导强调资源取向,能强化治疗师的自我效能、促进治疗系统向积极正向的模式转变。督导师及时肯定家庭治疗师在案例报告中呈现的优点,比如治疗师能同时关注家庭系统与个别成员,有效地使得治疗成为对家庭的扰动等。下面通过提供治疗师的部分逐字稿和督导师点评为例进一步呈现家庭治疗督导的资源取向。

治疗师问父亲:“假如父亲看见儿子的情况只着一半的急,只担一半的责任,母亲会怎么办?”[督导点评:提问运用了循环式提问技术与假设性提问技术,促使家庭成员了解彼此间的交互作用,也帮助家庭了解生活的不同可能。]

父亲:“她什么办法都没有。”

母亲插话说:“我可以陪孩子、可以提醒他多和同班同学接触。”

IP用支持的眼神看着母亲说:“我会多和班长联系的。”[督导点评:IP和母亲的关系更为紧密。这既是资源,又是需要关注的地方。]

治疗师问母亲:“如果父亲自己放不下责任,你可以做点什么帮到他?”[督导点评:运用了循环式提问技术和假设性提问技术。同时运用资源取向的视角激发母亲的力量,让母亲看到自己能控制的部分。前后两句治疗师的提问引导父亲思考放下过多承担的功能和角色的可能,引导母亲思考真正回

归到母亲和太太的角色上的可能,以此扰动家庭的功能和结构。]

母亲慢慢的说:“以前觉得他太急,这样不好。可也不知道怎么讲。他一说,就觉得他说的对。以后,我可以更坚持自己的意见些。……”

治疗师问母亲:“原来你不坚持自己的意见,先生就要多负责。先生多操的心是在替你为儿子担心。你怎样可以表达对儿子的关心?”[督导点评:紧扣关系的视角进一步揭示了家庭中夫妻子系统的互动模式。提问引导母亲思考自己的角色和功能的如何变化。]

母亲说:“每天陪儿子散步。嗯,让他自己的事情自己做。问问他学习怎么安排的。……”

治疗师问IP:“你猜妈妈这样做,父亲会对你放心些么?”[督导点评:运用了循环提问技术和假设性提问技术,帮助家庭成员思考变化的可能。]

IP点点头。

治疗师问IP:“我发现你好厉害,可以让父母都对你这么用心。通常14岁左右的孩子才有这样的本事。我忘了,你多大了?”[督导点评:正面的语言揭示IP的心理行为特点与实际年龄的不匹配,既维护了咨访关系,又促进了IP的思考。特别是问IP多大了,对青年早期的IP往往会激发其改变的愿望。]

IP有些羞怯又挺直身体说:“19岁了。我,主动讲讲学习的进度,还有,接下来的学习计划,复习的情况,告诉爸爸。爸爸就会不担心了。妈妈也就好了。”

治疗师对IP:“那对你父亲说说你最近的学习情况,毕竟要考试了嘛。”[督导点评:促进IP和其父亲在咨询现场尝试新的交流方式,帮助家庭从细微处变化,进一步改变家庭的沟通方式。]

IP对父亲说(有些不习惯地):“……”

父亲专注的听。

治疗师问父亲:“你听到儿子这样的进度,有什么感受,对你的孩子直接讲讲?”[督导点评:继续促进建立有效的沟通,同时也帮助父子建立亲密的关系。]

父亲对IP:“放心一些。儿子最近不错。但是要持之以恒,还要考虑将来。”

治疗师问IP:“以前你在家这样讲自己的学习情况么,你看父亲听到以后放心很多?”[督导点评:帮助家庭成员注意到采用新的沟通方式后IP父亲现场的变化,促进这种变化的进一步增强。]

IP:“不讲。这个星期有讲一点。”

治疗师对IP:“原来你故意让他们着急啊,父亲还总上当。”[督导点评:运用软化症状的技术,让家庭成员感受到对问题的可控性。同时治疗师幽默轻松的方式也是对家庭乐观面对困境的有效示例。]

全家人笑。

治疗师问父亲:“假如走出咨询室,你的担心就降低了一半,接下来的几天你会做些什么不同的事情?”[督导点评:运用了指向未来的假设性提问,帮助家庭成员关注困境消失

时,自己不同的表现。]

父亲微笑着说:“我会去书店看看书。四处走走。以前,我很喜欢钓鱼的,但是……”

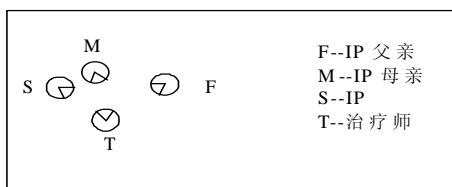
治疗师问父亲:“明天你会做些什么只对自己好,完全不像你以前那样负责任的事情。比如去钓一天的鱼,或者去给自己买个很昂贵很好吃的蛋糕,全部吃掉。不给其他人吃,但是要告诉他们有多好吃。可以么?”[督导点评:扰动父亲的行为模式,讨论父亲具体行为的变化促使其越来越轻松、越来越放权,从而促进 IP 的独立和主动。这也是调整家庭角色,让父亲退回到父亲和丈夫的角色,给自己的太太更多的成长和担当的空间。同时治疗师夸张的说法激发父亲对不同的行为的想象能力,也让家庭成员感受到可控的力量。]

母亲和 IP 笑起来。

父亲也笑着说:“那我会不做饭。等他妈妈做完事回来做,以前都是我先做好的。”

## 2.2 家庭治疗督导的反馈作用

家庭治疗督导既关注治疗师的优势和资源又关注其在治疗中的困难和愿望;促使治疗师有更强的自我觉察能力、及时改善专业服务中存在的不足。从家庭治疗师提出的督导目标,督导师发现治疗师更像家庭中 IP 的代言人,决定探索家庭治疗师在咨询中保持中立的状态。督导师采用了家庭雕塑的技术,帮助治疗师觉察自身在治疗系统中的位置以及对家庭的影响。家庭雕塑是指家庭成员在空间上的身体排列,每个人所处的位置由担当“指导者”的家庭中某一成员来决定;产生的场景代表了那个成员对家庭关系所持有的象征性想法<sup>[18]</sup>。督导中使用家庭雕塑技术可以帮助治疗师觉察内心对家庭关系的理解、觉察自身与不同的家庭成员之间的关系。



附图 治疗系统雕塑

治疗师摆出的治疗系统的雕塑平面图如上图所示,其中圆圈的锐角扇形代表治疗系统成员的目光朝向。督导师邀请治疗师观察治疗系统的雕塑并进行描述。治疗师在描述时,突然发现:自己离 IP 父亲的距离相对离 IP 和 IP 母亲的距离更远;而且自己的目光更多的关注 IP 和 IP 的母亲。督导师紧扣系统家庭治疗的治疗原则“假设-循环-中立”,帮助家庭治疗师提升个案处理能力。下面描述部分督导逐字稿呈现督导在经验式学习的作用。

督导师:对父亲保持高度焦虑,你会形成怎样新的假设?

治疗师:父亲的焦虑是对 IP 和母亲快速变化的一种平衡。

督导师:还有其他的假设么?

治疗师:治疗师越是离 IP 和 IP 母亲近,父亲的焦虑就越

严重;父亲的焦虑越严重,治疗师就越离 IP 和 IP 母亲近——形成一个倾斜的平衡。

督导师:很好,再说 3 个。

治疗师:父亲的焦虑是未了心愿的表达;还有父亲的焦虑帮助现在的家庭传承了家族的文化;父亲的焦虑是对其太太的呼唤。

……

督导师:上面的假设中你觉得哪个会对你有帮助?

治疗师:第二个,和我自己的关系。我内心里不那么中立,靠 IP 和 IP 母亲更近。

督导师:基于第二个假设,你下次咨询可以做点什么不同的?

治疗师:可以首先从位置上变化,更靠近父亲一些。可以在共情和建立关系上多做一些。可以试着调动 IP 和 IP 母亲的力量来支持父亲。

督导师:你打算具体怎么做?

治疗师:我可以慢一点,细致一点,更多的关注父亲。可以问母亲是怎么理解父亲对 IP 的期待?问 IP,父亲的期待对家庭有什么意义?问父亲,IP 和母亲的话是否让他觉得被理解?从情绪上深度地呼应他。通过问话,找出焦虑的好处。慢一点,等到关系足够好的时候也许可以用悖论处方。

督导师:那现在怎么看希望父亲“对孩子有更合理的期待”?

治疗师:我明白了。父亲目前对孩子的期待本来就有合理的一面。可以详尽的和家庭来探讨这部分。而我之前关注父亲对孩子的期待不切实际的部分太多了。

……

## 3 结 果

### 3.1 治疗师的反馈

临床心理督导在促进治疗师专业化发展有着重要的作用;还会影响治疗师训练的效果<sup>[19]</sup>。督导结束后治疗师及时反馈了督导感受。治疗师认为督导对自我觉察和案例操作都有积极的帮助;尤其家庭督导的资源取向的风格更能激发持续的发展动力。

### 3.2 家庭的反馈

后续治疗中治疗师保持中立不断检验和修正假设,重视对父亲的加入和链接。第四次治疗时最大的变化是 IP 父亲开始放松、在咨询室中常有笑意。第四次治疗中围绕父亲的期待扰动家庭的重要信念——学习是最重要的,同时促进母亲功能的发挥形成家庭新的平衡,来帮助 IP 更好的适应。

本案例一共进行了 6 次家庭治疗。咨询结束 3 个月时进行了回访。家庭模式从旧有的方式变化为“儿子越独立、母亲越担当、父亲越放权;父亲越放权、母亲越担当、儿子越独立。”家庭的子系统界限进行了重建。夫妻关系更加平等和亲密。家庭的氛围越来越轻松、重要的信念有了调整:家庭从高度关注 IP 学习到能一起打球、看雪景和照相等。IP 学习状态改善,期末考试成绩良好;同伴交往增加。

## 4 讨 论

家庭治疗督导是更为直接主动、资源取向、合作倾向的督导形式。对于提升治疗师的胜任能力而言,最重要的机制可能是临床督导<sup>[20]</sup>。此案例督导以系统家庭治疗理论为基础、使用家庭雕塑的技术以“假设-循环-中立”为核心进行督导。案例督导中不仅帮助了家庭治疗师觉察自己在家庭治疗中的中立程度,还对咨询起到示范作用。督导过程体现了资源取向的视角,充分调动和训练家庭治疗师的自我觉察能力和临床治疗技术。家庭治疗师和家庭的反馈展现了督导的积极效果。

从督导的角度看,此案例督导还存在一定的不足。在案例督导的过程中没有充分的探讨治疗师本人和自身家庭的关系,尤其是其和父亲的关系;而是更多从案例本身进行督导。其次,督导未能强调治疗师还需关注 IP 作为成年人的力量。从研究的角度看,此案例督导对督导过程和督导效果的研究都存在不足。未来的研究或可采用量化或质性研究对督导过程和效果进行更加深入的研究。(致谢:本案例督导发表得到求助者与其家庭知情同意,在此感谢求助者与其家庭的支持。)

### 参 考 文 献

- John Karter. 如何成为心理治疗师——成长的漫漫长路. 胡玫,译. 上海:上海科学出版社,2006. 83-83
- Liddle HA, Becker D, Diamond GM. Family therapy supervision. In Watkins CE Jr., et al. Hand book of psychotherapy supervision. New York: John Wiley, 1997. 23
- 张智丰,易春丽,钱铭怡,等. 医疗与教育领域心理健康服务机构管理情况比较. 中国临床心理学杂志,2009,17(6): 773-776
- 赵静波,季建林,程文红,等. 心理督导师的从业基本状况及其伦理行为. 中国心理卫生杂志,2009,10(23):690-705
- 梁毅,陈红,王泉川. 中国心理健康服务从业者的督导现状及相关因素. 中国心理卫生杂志,2009,10(23):685-689
- 王骞. 心理治疗工作中同伴团体督导的现状与思考. 科教文汇,2009,27:68
- 孙菊霞,徐光兴. 学校心理治疗师专业培训与督导研究. 华北水利水电学院学报(社科版),2009,10:8-11
- 黄衡玉. 心理咨询中督导者的能力. 中国心理卫生杂志,2006,5(20):345-347
- 李娟. 学校心理咨询督导制度的建立与完善. 青少年研究,2004,2:21-22
- 李林英. 心理治疗与咨询中临床督导工作的探讨. 中国临床心理学杂志,2004,12(1):96-99
- 金琼,李晓驰. 家谱图在家庭咨询、心理治疗培训和督导中的应用. 安徽医科大学学报,2011,46(6):604-607
- 安芹. 小组督导形式的实践性探索. 中国心理卫生杂志,2004,7(18):517-518
- 朱建军. 应用心理意象进行心理治疗师训练和督导的方法. 中国心理卫生杂志,2007,7:502-504
- 贾晓明,安芹. 循环督导理论的团体督导实践与探索. 中国心理卫生杂志,2005,2(13):240-243
- 伯纳德,古德伊尔,著. 临床心理督导纲要. 王择青,等译. 北京:中国轻工业出版社,2005. 112-112
- Wheeler D, Avis JM, Miller LA, Chaney S. Rethinking family therapy education and supervision: A feminist model. Journal of Psychotherapy and the Family, 1986, 4(1): 53-71
- 徐青,杨阳. 心理治疗临床督导理论模型综述. 中国临床心理学杂志,2006,4(14):421-423
- Irene G, Herbert G, 著. 家庭治疗概论. 李正云,等译. 西安:陕西师范大学出版社,2006. 383-383
- Beidas RS, Kendall PC. Training therapists in evidence-based practice: A critical review of studies from a systems-contextual perspective. Clinical Psychology, 2010, 17(1): 1-30
- Stoltenberg CD. Enhancing professional competence through developmental approaches to supervision. American Psychologist, 2005, 60(8): 857-864

(收稿日期:2013-02-07)

(上接第 689 页)

- Carmody J, Baer RA. Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. Journal of Behavioral Medicine, 2008, 31(1): 23-33
- 石贞艳. 正念禅修团体对大学生心理健康的影响. 硕士论文. 曲阜:曲阜师范大学,2011

- Zindel VS, Williams JMG, Teasdale JD. 刘兴华,等译. 抑郁症的内在认知疗法. 第一版. 北京:世界图书出版公司, 2008. 120-125
- Siegel RD. 李迎潮,李梦潮,等译. 正念之道:每天解脱一点点. 第一版. 北京:中国轻工业出版社,2011. 98

(收稿日期:2012-12-21)