

家族治療階段

by 華家二班 邱美華 2009.06

(引用 Michael P. Nichols, Richard C. Schwartz 著，2002，p159~p170)

- 第一通電話:主要是獲得儘可能得到的資料，安排家庭的成員進行諮商，聆聽對問題發生原因的描述，近而揣摩此次的臨床治療者是否有問題是無法在當下解決
- 初次晤談:與家庭建立關係，電話溝通後需做一個暫時性的假設，聆聽每一位成員的意見，理解其家庭脈絡
- 治療初期:界定問題主要的衝突來源，鼓勵成員看清自己所扮演的每一個角色，以其脫離其掌控力求每一位成員有能力求改變
- 治療中期:協助家庭成員的自我表述，治療者鼓勵家中的成員交談互動扮演旁觀者的角色，適時介入鼓勵他們的談話之中促使談話過程順利，避免過於主導和控制,增加個人的責任感及成員之間的信賴
- 結案:家族成員是否以解決此問題或者達到成效，改善所面臨的問題已達成結案的目的所在

Bowen 式家庭系統治療

- 家庭生命週期階段(Duvall，1957，p211~p212)

階段	發展性任務
1.已婚夫妻沒有孩子	建立一個雙方都滿意的婚姻。 對懷孕及升格為父母有所準備。 適應親族網絡。
2.幼兒家庭（最大的孩子三十個月）	懷孕、順應及鼓勵孩子成長。 建立一個親子皆滿意的家庭環境。
3.有學齡前孩子的家庭（最大的孩子兩歲半到六歲）	以模擬、促進成長的方式去適應學齡前孩子的迫切需求與興趣。 適應精力耗盡、缺乏隱私的生活。
4.最大孩子六歲到十二歲的家庭	融入有就學的家庭社群。 鼓舞孩子之學習上成就。
5.有青春期孩子的家庭（最大孩子十三到二十歲）	自由與責任間取得平衡。 奠定後父母時期的興趣與生涯規劃。
6.孩子開始離家的家庭（從第一個孩子離去到最小孩子離家期間）	以適當習慣的儀節及協助讓孩子有更自主的空間。 家庭給予支持的基石。
7.中年父母（空巢至退休期間）	重行建立婚姻關係。 維持多代間的親族關係。
8.高齡家庭成員（退休至配偶死亡）	適應喪親的悲痛及獨立生活。 結束家庭性的家庭型態，或是調整為高齡家庭。 適應退休後的生活。

- 理論:調節自己如何與他人產生關係情感，在情感及思考上做分化，因此分化程度傳承在每一代之間的類基因模式，取得情感及思考之間的平衡，可以做出理性的回應，不至於情感混亂，情感上的重要關係，也易受到周遭人的影響，(Bowen, 1966, 1978)
- 目標:減輕焦慮，強化自己在家庭系統的改變，營造可以讓自我生長的环境，認為問題是在系統而非個人，經由改變與其他人的關係，達到所要達成的目的，想要造成個人的改變須針對特定細節做清楚描述(cf.,Ford&Urban,1963)
- 技巧:讓人沉澱下來，減輕因為反應所產生的焦慮，衡量個人在人際關係之間所參與的角色

經驗性家族治療

- 理論:認為提供治療家庭有用的體驗
- 目標:成長不是穩定性減輕症狀，擴增生活經驗降低依賴性，個人成長需要藉著家庭的整合來完成
- 技巧:認為只有人的因素，沒有所謂的技巧，所以治療者的人格特質對其影響很大例如:治療者具有活力，其他家庭成員也會受到其治療者的特質影響，而變的有活力。另一種技巧為角色扮演，鼓勵他們想像在一個情境當中，去了解其應對問題時該如何，怎麼解決此問題，融入其角色當中，感受當時的情緒(Kempler, 1968)

心理分析家族治療

- 理論:認知和解讀潛意識衝動，發現基本需求及恐懼，為何不能以成熟的方式與他人產生互動關係
- 目標:將家庭成員從潛意識限制中釋放，視他人為個人開展彼此關係，不會使個人遠離家庭，而是聚集家中成員協助如何展開獨立性，改變目標行為(Skynner, 1981)
- 技巧:聆聽、同理心、詮釋、維持中立性，進行晤談時，治療者表達同理態度，同理他們的感受，讓他們能夠開啟心防，與你侃侃而談，患者若是表現出抗拒時才加以詮釋，也須顧及到患者間的立場，治療者保持中立角色

結構性家族治療

- 理論:協助修正家庭功能，讓家庭成員都能有解決問題的能力，提出清楚的結構，使家庭成員間互動變的有次序，認為治療工作啟動已具有的解決問題能力(simon, 1995)

- 目標:進行結構性改變，預設家庭具有解決問題的的能力，且應受尊重，治療者協助修正家庭功能，讓成員間維持互相扶持的狀態，父母此時應擔任主導者，引領小孩子進行，並不是與小孩子們平等，治療者協助父母成為一個有效的系統發揮功能
- 技巧:治療者此時必須發掘和創造不一樣的家庭互動，不能夠忽略特定背景脈絡，治療者要能叫出家庭每個人的名字，成員不是患者的組合，他們也會覺得愧疚及焦慮，立場為抗拒不是合作，首先要解除他們的負面態度，待家族成員都傳達出接納及理解態度，才能達到目標，聆聽每一位成員所表達的想法

認知行為家族治療

- 理論:根本態度的改變,促使行為改變,動機和刺激的呈現
- 目標:改變特定的行為模式,著重於人際關係的建立而非個人的關係而已，會以各家庭的狀況訂做一套療法，以特別的設計技巧處理，取代良好行為，減少惡行增加善行，著眼於人際關係而不是以某人為中心，教導有效的溝通及問題解決技巧
- 技巧:假設問題在整個家庭，簡單的方法和策略卻成了治療者本身的缺點，普遍使用操作制約法，幾乎不治療整個家庭，而是以個人為中心為治療，未能將整個家庭納入治療

結語

家族治療是一種深入了解其家族之間問題的治療方式，但也有其缺點的所在，並不是每一個都可以深入的理解之中，靠的是治療者及家族成員之間的協助過程來完成，找出適合的治療方式