

DOI: 10.12361/2705-0866-05-08-134281

高职院校心理咨询工作中家庭治疗技术的应用探索

高宏洋 唐嘉璘

长春早期教育职业学院, 中国·吉林 长春 130217

【摘要】家庭治疗技术是现阶段针对心理问题人群有效的治疗技术之一, 高职院校心理咨询工作中的相关教育者可以通过应用家庭治疗技术, 借助其独特的心理治疗效果, 积极展开试验, 可以使众多学生在经过特殊家庭治疗及心理干预治疗后, 让其从封闭的心理状态顺利地走出来, 并得到情绪上的平复, 体现家庭治疗技术在心理问题优化中的积极影响。本篇文章主要对高职院校心理咨询工作中家庭治疗技术的应用方法详细探索。相关教育人员在了解家庭治疗技术应用的积极影响后, 需要着重探究家庭治疗技术的不同应用路径, 这样才能使高职院校心理咨询工作水平得到强有力的提高, 并向社会输送一些健康且高素质的人才。

【关键词】高职院校; 心理咨询工作; 家庭治疗技术; 应用探索

Exploration on the Application of Family Therapy Techniques in Psychological Counseling Work in Vocational Colleges

Hongyang Gao, Jialin Tang

Changchun Early Education Vocational College, Changchun 130217, China

[Abstract] Family therapy technology is one of the effective treatment technologies for psychological problem populations at present. Relevant educators in psychological counseling work in vocational colleges can actively conduct experiments by applying family therapy technology and leveraging its unique psychological treatment effects, which can help many students smoothly emerge from a closed psychological state after receiving special family therapy and psychological intervention treatment, And achieve emotional relief, reflecting the positive impact of family therapy techniques in optimizing psychological problems. This article mainly explores in detail the application methods of family therapy technology in psychological counseling work in vocational colleges. After understanding the positive impact of the application of family therapy technology, relevant educational personnel need to focus on exploring the different application paths of family therapy technology, in order to effectively improve the level of psychological counseling work in vocational colleges and provide some healthy and high-quality talents to society.

[Keywords] Vocational colleges; Psychological counseling work; Family therapy techniques; Application exploration

【项目课题】项目名称: 吉林省职业教育与成人教育教学改革研究课题, 类别: 省级, 编号: PX-9222191。

家庭治疗技术最早在西方心理治疗工作方面被验证, 我国将家庭治疗技术引入到心理治疗工作, 会由于理论基础比较欠缺, 因此, 使家庭治疗技术的实际应用成果达不到预期效果, 并影响该技术的大范围推广。高职院校心理咨询工作中的教育工作者对家庭治疗技术探究应用的过程中, 可以通过持续提高个人职业素养, 利用专业理论和实践技能, 针对一些存有心理问题的学生, 对其家庭成员同时进行治疗。采用系团体心理治疗的形式和方法, 提高

心理治疗工作执行的全面性和精准度, 逐渐使家庭治疗方法理论研究基础得到充足, 避免其在我国应用时存在水土不服的应用状况。

1 家庭治疗技术概述

家庭治疗技术被应用的过程中, 应用者首先要将家庭作为社会的功能单位, 并明确家庭中每一个成员的人格和价值观以及社会适应性在家庭的熏陶下逐渐形成, 所以家庭成员之间彼此存在正面或者负面的相互影响, 若负面影

响较大,那么便会体现家庭功能的不良,会使家庭的必要成员因此,受不同程度的影响卷入家庭纠纷,让其逐渐形成一定的情感或者行为障碍,增多其心理问题。所以,技术应用者在应用家庭治疗技术的过程中,可以从患者的家庭成员入手,在明确患者的家属或者周边人群在心理治疗中作用并不逊于一位医生的基础上,正确开展家庭心理治疗,通过与患者家属或者身边人群开展会谈,以协调家庭成员之间关系和促使家庭建立良好环境氛围,合理调节患者的日常生活和学习,或者采取有效的方法增强患者家庭成员或者身边人群对心理治疗知识的了解深度,让其发挥一定的促进作用,同样也可以提高患者在接受治疗过程中的社会适应能力,并让患者在良好的家庭环境中,稳定心性。

2 家庭治疗技术的三个基本设想

家庭治疗技术的其中一个基本设想为针对患者家庭成员进行团体心理治疗,这样便可以通过矫正共有心理病态人员的问题,精准改善和整合家庭的功能,以此,让家庭在发展的过程中产生治疗性,通过促使家庭中各个成员之间的和睦相爱,让家庭发展朝着正确的方向前行。家庭治疗技术的另一种基本设想为患者存在心理问题,多数取决于家庭本身,家庭本身是病人或病人,所以,会让患者同样拥有类似的症状,家庭治疗技术应用者需要依据实际情况对患者每一个家庭成员开展相应的心理治疗,这样才能解除病根,减少家庭问题。家庭治疗技术的最后一种基本设想为患者应避免卷入家庭成员的不同纠纷,而应该采取有效的方法在家庭内部适当的调节人际关系,促进家庭成员的谅解,避免家庭结构成为病态情感结构,家庭治疗技术应用者可以采用应用性较强的治疗方法,如婚姻治疗或者行为矫正治疗,以及实验和结构家庭治疗等,促进家庭成员之间彼此从思想感情上的交流,可以在短时间内达到预期的心理治疗效果,满足家庭成员内每一个人的发展所需。

3 家庭治疗技术的基本原则

高职院校心理咨询工作中的工作人员在运用家庭治疗技术的过程中,若想使该技术发挥更好的应用效果,并确保大部分学生身心健康,需要在应用家庭治疗技术时遵循相应的原则,这样才能借助家庭治疗技术疏导家庭矛盾,避免高职院校中存在性多存有心理问题的学生。以下几点便是对家庭治疗技术基本原则的列举。(1)尊重道德原则。一个家庭是由不同成员所组成的,而主要包含的成员便是父亲和母亲以及父母在充满爱的环境中孕育的孩子,高职

院校心理咨询工作中的相关工作人员,针对存在心理问题的学生开展治疗时,要明确家庭成员之间的关系是以感情作为基础的,所以在开展家庭治疗工作时,并不能单单执行说理,该方法并无较强的说服力,若说理不当,还会加重家庭矛盾,让学生的心理问题越来越严重。所以,教育工作者可以在开展家庭治疗技术的过程中遵循尊重道德的原则,这样才能通过促进与学生家庭成员之间感情上的交流,找到影响家庭和睦和致使家庭出现裂痕的种种原因,这样才能在采取有效方法疏导家庭矛盾时,避免对家庭中某一成员进行单方面的谴责,而是借助道德理念和正确的道德观点对家庭中每一个成员的思想进行纠正,采取柔和的方法进行调理,这样才能避免家庭成员之间各个成员陷入到争吵,促进学生的家庭和睦,解决家庭之间多样化的矛盾,让学生在后续发展的过程中从根本上减少心理问题。(2)减少缺点原则。高职院校心理咨询工作中的家庭治疗技术应用人员,需要在实施家庭治疗工作的过程中,明确针对家庭中其中一个成员进行一味地谴责,那么便会揪住该家庭中这一成员的缺点不放,因此会加剧矛盾的生成,无法构建和谐友爱的家庭环境,影响学生的后续发展。所以,家庭技术应用者可以在开展家庭治疗工作时,尝试淡化家庭成员的缺点,并在协调家庭成员之间生活方式的过程中,采取有效的方法强化家庭成员身上的优点,这样才能在将家庭治疗应用到临床心理咨询过程中的基础上,让家庭治疗技术发挥最大的应用功效,给予学生健康的生活环境。(3)自愿接受原则。若教育工作者在开展家庭治疗技术的过程中,患者或者家庭环境中的一些成员不愿意接受家庭治疗,那么高职院校相关工作者开展的心理治疗工作并无较强的执行意义,反而会由于强制性执行,让家庭中某些成员和存在心理问题的学生存在叛逆行为,增多纠纷。所以,高职院校相关工作者在开展家庭治疗工作之前,需要在将家庭治疗应用到临床心理咨询与治疗的基础上,首先正确调节存在心理问题的学生的心理,通过疏导其情绪或者采用鼓励的方式,增强学生在日常学习和生活中的信心,让存在心理问题的学生和高职院校心理治疗人员产生良好的情感共鸣,有助于后续家庭治疗工作的顺利开展。另外,相关教育工作者也需要在开展家庭治疗工作之前针对学生家庭中每一个成员加强情感交流,确保学生家庭中每一个成员都愿意自主的接受家庭治疗,这样才能使家庭治疗工作得到切实的落实,给予对应学生一定的心理帮助。(4)性格差异化原则。在一个家庭大环境中,不同家庭成员都有不同的性格特点,高职院校心理咨

询工作中的人员在开展家庭治疗工作的过程中,要根据学生所属家庭不同成员的性格特点和行为以及爱好和能力,开展差异化的引导工作,让其重视彼此之间的关系,这样便可以使家庭治疗工作发挥最大的促进作用,并引导学生在接受治疗的过程中,从不同视角看待生活和学习中存在的问题,并用积极的思维模式解读自己,激发自身,发挥更好的潜力。

4 高职院校心理咨询工作中家庭治疗技术的应用方法

4.1 把握治疗要诀

高职院校心理咨询工作中的高素质工作者在应用家庭治疗技术的过程中,需要在把握治疗要诀时,真正做到能与存在心理问题的学生的家人相接合,真正做到能以圈内人和圈外人的不同眼光看待学生的心理问题和学生家庭环境存在的消极影响,真正做到尊重家庭里原有权威阶层及领导者等,让家庭治疗技术在实际应用的过程中具有较大的指导功能,借助家庭治疗技术,提高高职院校心理咨询工作执行的综合水平,让更多学生健康成长。例如,教育工作者与存在心理问题的学生家庭成员进行交流时,要以普通和平等以及充满亲近感的行为接触其家庭成员,这样既可以做到与学生家庭成员强化接合的目的,还可以使自身成为圈内人,采取更为精准的方式协调其家庭关系,让学生在良好的家庭氛围中健康成长。另外,由于教育工作者本身是圈外人,若单方面以圈外人的眼光看待学生的家庭问题,那么并不能高效率解决学生的家庭问题,甚至会影响其教学指导的判断性。所以,教师也需要在把握家庭治疗要诀的过程中,以圈内人和圈外人的双重眼光看待学生的家庭问题,这样既可以真切的了解学生家庭环境,家人的实际状况,而且还能体会各自的处境,并用圈外人的眼光分析其情景,得出精准判断,做出正确的心理指导。当然,教育工作者在尊重家庭里也有权威阶级及领导者的过程中,要确保在不冒犯其威严的基础上,向该类人员适当进言,若发现该的人员在听取理论教学的过程中,存在应的反感情绪,那么就不要再继续向家庭成员疏导一些心理教育知识,我是需要通过转换心理教育知识的输出形式,有试探性的调节家庭关系,提高家庭治疗工作开展的质量和效果。

4.2 优化治疗模式

家庭治疗技术在实际运用的过程中,由于其所参照的主要理论不同,所以教育工作者对其进行调整时,要依据实际情况优化治疗模式,这样才能使家庭治疗技术在心理咨询工作中发挥最大的应用功效,促进家庭行为改善。例如,以系统家庭治疗模式为例,教学工作可以将学生家庭看作系统整体,并借助自身较强的教学经验和实践技能,找出家庭内

相互关系的格局,采取有效的方法对家庭进行一定的干预,借此改变引起个人精神症状的家庭关系,调整学生的心理问题。另外,以结构性家庭治疗模式为例,教育工作者也可以在执行家庭治疗工作的过程中,通过注重家庭结构并使用各种各样的具体方法纠正家庭结构上存在的相关问题,可以发挥家庭形象塑造引导技巧的作用,帮助存在心理问题学生的家庭成员了解各自的角色,并通过对成员之间自我界限划分的更加清晰,明确治疗重性,有效的促进家庭功能,同样也可以解决学生在校中存在的各项心理问题,让学生变得更加阳光。当然,以行为家庭治疗模式为例,教育工作者还可以在应用该模式的过程中,通过观察不同家庭成员之间的行为表现,为改善目标和进度,通过建立具体行为的方法,运用学习原则给予家庭环境中每一个成员适当的嘉奖和惩罚,这样既可以 let 家庭成员在接受正确引导的过程中,使每一个成员的家庭行为得到精准改善,还可以促使家庭构建和谐友爱的关系,在减少纠纷和家庭矛盾的基础上,避免学生出现相应的心理问题。有关家庭治疗工作中涉及到的治疗模式还包含策略性家庭治疗模式和分析性家庭治疗模式,高职院校心理咨询工作中的相关教育人员可以依据实际情况选择合理的治疗模式,并对治疗模式实施优化,提高心理咨询工作执行的效率,保障高职愿意交大部分学生的心理健康。

5 结语

总之,高职院校心理咨询工作中的教育者,在教学新时期,运用全新的教学观念优化心理问题纠正工作,除了可以借助相应的心理咨询活动缓解高职院校学生存在的心理问题,还可以确保学生在保障身心健康的基础上,顺利完成大学学习学业。教师在运用家庭治疗技术的过程中,可以借助家庭治疗技术的应用特点和相关优势,把控家庭环境和成员之间的调控要点,选择合适的家庭治疗模式,借此完善高职院校心理咨询体系,让高职院校心理教育工作在后续执行的过程中更有意义,更有效率。

参考文献:

- [1] 雷敬斌. 原生家庭视角下的高职学生心理健康教育[J]. 家庭科技, 2021 (09)
- [2] 罗潇. 牵手原生家庭, 助力儿童成长[J]. 今日教育, 2020 (06)
- [3] 李铭. 例谈父母心理亚健康对孩子心理成长的影响[J]. 中小学心理健康教育, 2017 (10)

作者简介:

高宏洋 (1988.5-), 男, 汉族, 吉林长春人, 助教, 硕士学位, 专业: 农村区域发展, 研究方向: 心理学。