

[综述]

团体咨询在物质滥用治疗

童 尧 易春丽*

(北京大学生心理系,北京,100871)

物质滥用是指对药物的使用导致人们难以完成自己的责任和义务,并且带来人际关系以及法律上的问题^[1]。物质滥用已经成为我国重大的公共卫生问题。根据中国国家禁毒委员会办公室发布的2010年中国禁毒报告,截至2009年12月底,全国上网入库的吸毒人员为133.5万人^[2]。从生物-心理-社会的多重模式出发,对物质滥用的巩固治疗和康复措施进行探索,已成为如今物质滥用治疗的新趋向^[3]。在生物治疗基础上对物质滥用者实施心理治疗可以帮助患者抵制使用药物的冲动,正确认识自我,正确处理生活中的压力,获得社会支持,更好地回归社会。而其中的团体咨询更是具有独特的优势和效果越来越广泛地应用于物质滥用的心理治疗过程中。我国的物质滥用团体咨询处于起步阶段,很多方面还需要进一步的规范与完善。学习和研究国外的相关治疗理念和技术,并结合我国的实际情况将其应用于我国物质滥用的心理治疗具有重大的意义。现将国内外相关研究综述如下:

1 团体咨询相关理论

1.1 团体心理咨询

团体咨询也称为团体心理咨询,是在咨询师指导下进行的一种心理咨询形式,它是通过成员间的交互作用,促使个体在相互交往中彼此影响、支持鼓励,从而认识自我与他人,增加社会适应性,促进人格成长的过程。目前,常用于物质滥用的团体心理咨询是由物质滥用的物质滥用者组成治疗小组,在咨询师启发与帮助下,定期集会,采用各种方法,促进物质的戒断和物质滥用者的心理康复。

1.2 团体咨询的理论基础

团体咨询作为心理咨询的一种形式,其理论有关,而较多应用

理论有以下几种:
 1.2.1 精神分析理论
 最早将其应用于团体咨询的团体咨询目的在于使患者意识到自己的问题,使之上升到意识层面,认识并领悟自己行为的根源,从而较好地适应生活。
 1.2.2 阿德勒理论
 阿德勒理论为团体咨询提供了理论依据,团体咨询成员讨论自己的问题,通过团体成员的反馈,克服自卑感,获得自信,从而获得情感上的支持,增强生活的动力。
 1.2.3 人本主义理论
 人本主义理论认为,团体咨询为成员提供了一个安全、温暖、支持性的环境,使成员能够在团体中获得情感上的支持,从而更好地认识自我,实现自我。
 1.2.4 行为主义理论
 行为主义理论认为,团体咨询可以通过成员之间的相互强化,使成员学习到新的行为模式,从而改变不良行为。
 1.2.5 格式塔疗法
 格式塔疗法认为,团体咨询可以帮助成员觉察自己的内在冲突,从而更好地整合自我,实现自我。
 1.2.6 社会学习理论
 社会学习理论认为,团体咨询可以通过成员之间的相互观察和模仿,使成员学习到新的行为模式,从而改变不良行为。
 1.2.7 认知行为理论
 认知行为理论认为,团体咨询可以帮助成员识别和改变不良的认知模式,从而改变不良行为。
 1.2.8 多元文化理论
 多元文化理论认为,团体咨询应该考虑到成员的文化背景,从而更好地帮助成员解决问题。

* 通讯作者: E-mail: chunliyi@pk

112

产生追求
参与者和
出承诺并

团
我

修复
本小
目

健康
提高
方面

。谌丁艳等人的研
社为已
心理治

以
真
犯
度
疗在
效果
性学
专题研
患者生
在治疗

& 用于物

目前

有以下5种

行为团体

防复发团体

艺术治疗、舞

团体咨询模式

同样有着重要

&2! 心理教育团

主要教育物

种类型的团体咨

者讲座提供一些

给戒毒者一些可

如灌输自我意识

助于戒毒的社会资

育团体咨询的目的有

物质依赖的行为,治

目的在于促使戒毒者

整合能够帮助他们戒

们对生活做出更多的

&2 & 技能发展团体

主要目的

能 这些技

如何拒

何控制愤怒

治

治疗

人自己生

的“十二步戒酒法”

并未发展为十二步戒

疗程进行中需要逐步做到戒毒者自己承认问题存

信仰和感知

生求助愿望,公开客观的自我评

日

译

十

步

步

步

步

步

步

步

步

步

步

); (2) 团体中成员间相关的方式(人际间动力); (3) 团体作为一个整体如何运作(整体动力) [25]。

每一种团体模型都有其独特之处, 适宜于某一特定人群, 因为每一种团体的目标, 主要特点, 领导者性格和所需技能以及应用的专业技术均有所不同。表 1 从 9 个方面显示了 5 种主要物质滥用团体模型的特点。

表 1 5 种主要物质滥用团体模型的特点 [25]

时间(min)	空间安排	领导者培训
15 - 90	马蹄形或圆形	基本训练
45 - 90	马蹄形或圆形	基本训练及专业训练
60 - 90	圆形	专业训练
75 - 90	圆形	专业训练及面向过程训练
90 - 120	圆形	专业训练及面向过程训练

非线性的过程, 治疗方案的选择应该一视同仁。对戒毒者的评价依赖于通过访谈确定其社会关系水平, 戒毒的动机, 稳定性, 康复参与团体咨询成功戒毒的期望度。不适合参与团体咨询的戒毒者不宜参与团体咨询, 包括: (1) 缺乏动机; (2) 不能遵守团体协议, 泄露团体成员信息; (3) 对团体治疗师难堪; (4) 倾向于放弃治疗或者逃避; (5) 处于生活危机剧痛中; (6) 无能力参与治疗中自觉严重内心不适 [22, 27]。

团体治疗师的基本要求和治疗注意

基本要求

国外的物质依赖的团体咨询师也来自不同的背景、经历和受教育情况, 但都经过特殊的训练, 包括心理咨询师的培训, 大学心理系教师, 甚至是成功戒毒者。

在挑选和分配团体成员, 为每个成员制定目标和康复计划, 并在整个过程中发挥领导和协调作用 [15]。

注意事项

戒毒者在物质依赖的团体咨询中, 并非是在需要澄清误会或者纠正错误, 而是导致领导者为中心的治疗, 这会导致成员感到不适。

的一个部分 治疗过
自我。

特

(2

程

们对

现自

表现

(2&2 (

对戒毒

毒者都

(2&20 治

坏性行为

病、迟到等

隐私泄露等

(2&21 复杂

依赖者都同

归 涉及刑事

早期

中期

晚期/维持期

空白: 基本在此阶段不适

02! 治疗早期

治疗早期主要内
成一致的协议(主要引
立一个安全的情感环

此阶段药物滥用和
戒毒行为很矛盾,僵化
能力。因此早期对
毒者的抵抗。因此
治疗,因此
准备了

及其交通费用的帮助)等
这个团体来讲,
一般

体成员相互作用,重

问题的解决。在治
稳定去面对冲突和
者去面对他们康复
重要。一些戒毒者往

内在
的过程

一个良好的人际关系或

对于戒毒者来说康复是一个持续
段没有结束,对于

将是一个终身的

1 团体咨询疗效

关于团体咨询的疗效目前仍缺乏大量的研究,但这一方法仍然广泛应用于心理治疗^[33]。对 80 个物质滥用研究发现,接受团体咨询的物质滥用者比在个人治疗中感知到的有利情感宣泄、凝聚力和人际学 Scheidlinger 和 Reid 的研究中,团体咨询优于个体治疗。Kashner 的研究认为,凝聚力随着时间越长,成员的预后越好。Kanas 认为,抑郁、焦虑、孤独、自我障碍、精神障碍的人,无论是不是物质滥用者,团体咨询都优于个体治疗^[42]。人的研究也表明,团体咨询对于伴随双向情感障碍的物质滥用者效果更好^[43]。Fisher 等人认为,团体咨询对于伴有人格障碍的物质滥用者效果更好。研究认为,焦点解决咨询对物质滥用者有显著疗效^[45]。Cooney 等人认为,团体咨询和人际关系进程团体咨询对于严重精神病态的人有较好的疗效。人际关系进程团体咨询则对于认知扭曲的人有较好的疗效。

3 团体咨询在物质滥用治疗的优点及面临的挑战
 团体咨询用于物质滥用治疗的优点^[20,30]。团体咨询可以为戒毒者在戒毒过程中提供社会支持,减轻压力。治疗开始后,随着团体成员之间的支持和相互牵制,成员可以获得个人成长和团体认同就实现团体的目标,由此能促进个体更好地实现个人各方面的成长。

态心理学[M]. 北京:北京人民教育出版社,2006: 325
 中国禁毒报告[R]. 北京:中国禁毒委员会办公室,2010
 Preventing relapse in substance abuse: a biopsychosocial approach[M]. New York: Guilford Press, 1996: 2-84, 111
 团体咨询的理论与实践[M]. 北京:清华大学出版社,1996: 2-84, 111
 森,郝伟. 在戒毒治疗中的应用[J]. 国外医学精神病学分册,2006, 33(4): 205-208
 团体咨询在戒毒治疗中的应用[J]. 上海社会科学院出版社,2006: 122-125
 团体咨询在戒毒治疗中的应用[J]. 云南师范大学,2002
 团体咨询在戒毒治疗中的应用[J]. 心理科学,1998, 21(1): 1-4
 团体咨询在戒毒治疗中的应用[J]. 台北:台湾桂冠出版社,2006

- [10] Jacobs MH. 团体咨询的策略与方法[M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2000: 2-35, 462-463
- [11] 杨世红, 周妍. 心理咨询的理论与实践[M]. 昆明: 云南大学出版社, 2009: 267-269
- [12] Michael Nystul. 心理咨询入门: 艺术与科学的视角[M]. 北京: 高等教育出版社, 2007: 355
- [13] 陈智. 心理咨询: 实用咨询技巧与心理个案分析[M]. 成都: 四川大学出版社, 2006: 381
- [14] 樊富珉. 心理咨询学[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2006: 170-171
- [15] Zimbleg S. Practical approaches to alcoholism psychotherapy[M]. New York: Plenum Press, 1985: 73, 78
- [16] 樊富珉. 我国团体心理咨询的发展: 回顾与展望[J]. 清华大学学报(哲学社会科学版), 2005, 20(6): 62-70
- [17] 范文勇. 心理治疗方法在戒毒工作中的具体应用[J]. 心理与健康, 2008, 6: 34-35
- [18] 廖飞. 团体心理辅导对男性戒毒者的应用研究[D]. 湖南师范大学, 2010
- [19] 谏丁艳, 刘芳, 彭月华. 以结构化提问为导向的戒毒患者认知行为团体心理治疗策略初探[J]. 中国药物依赖性杂志, 2010, 19(5): 379-382
- [20] 张希范, 袁俏芸, 李凌. 心理治疗在戒毒中的应用和体会[J]. 中国药物滥用防治杂志, 2007, 5: 286-290
- [21] 贾伟. 团体咨询对美沙酮维持治疗患者生活质量的影响[C]. 第十届全国药物依赖性学术会议, 2008: 84
- [22] U. S. Department of health and human services. substance abuse treatment: group therapy - treatment improvement protocol (TIP) series 41[M]. Rochville: DHHS Publication No(SMA), 2005: 9, 43-46
- [23] Dombeck M. Group and individual therapy formats for alcohol and substance abuse [OL]. 2005-10-24. http://www.mentalhelp.net/poc/view_doc.php?type=doc&id=8094&cn=14
- [24] Carroll K, Onken L. Behavioral therapies for drug abuse[J]. Am J Psychiatry, 2005, 162(8): 1454-1455
- [25] Brook D, Spitz H. The group therapy of substance abuse [M]. New York: The Haworth Medical Press, 2002: 477, 480
- [26] Hasin DS, Grant BF. AA and other helpseeking for alcohol problems: former drinkers in the us general population [J]. J Subst Abuse, 1995, 7: 281-292
- [27] Weiss RD, Griffin ML, Najavist LM, et al. Self-help activities in cocaine dependent patients entering treatment: results from the NIDA collaborative cocaine treatment study [J]. Drug Alcohol Depend, 1996, 43(1-2): 79-86
- [28] Dombeck M. Alcohol and substance abuse 12 step programs (AA/NA/CA/MA) and other peer support groups [OL]. 2005-10-24. http://www.mentalhelp.net/poc/view_doc.php?type=doc&id=8094&cn=14
- [29] Weiss RD, Griffin ML. The effect of 12-step self-help group attendance and participation on drug use outcomes among cocaine-dependent patients [J]. Drug Alcohol Depend, 2005, 77: 177-184
- [30] 钱铭怡. 心理咨询与心理治疗[M]. 北京: 北京大学出版社, 1994: 167-275
- [31] Beck A, Wright E. Cognitive therapy of substance abuse [M]. New York: The Guilford Press, 2001: 354
- [32] Madden JS, Walker R, Kenyon W. Alcoholism and drug dependence: a multidisciplinary approach [M]. New York: Plenum Press, 1977: 310-311
- [33] 姜佐宁. 药物成瘾: 临床特征与现代治疗[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2003: 609
- [34] Prochaska JO, Diclemente CC. The transtheoretical approach: crossing traditional boundaries of therapy [M]. Malabar: Krieger Publishing Company, 1984: 204
- [35] Margolis RD, Zweben JE. Treating patients with alcohol and other drug problems: an integrated approach [M]. Washington DC: American Psychological Association, 1998, 358
- [36] Velasquez M, Maurer G, Crouch C, et al. Group treatment for substance abuse: a stage-of-change therapy manual [M]. New York: The Guilford Press, 2001: 222
- [37] Anglin DM, Hser Y. Treatment of drug abuse [M]. Chicago: The University of Chicago Press, 1990: 13, 393-460
- [38] Ahmed S, Abolmagd S, Rakhaw M, et al. Therapeutic factors in group psychotherapy: a study of egyptian drug addicts [J]. J Groups Addict Recovery, 2010, 5(3-4): 194-213
- [39] Scheidlinger S. The group psychotherapy movement at the millennium: some historical perspectives [J]. Int J Group Psychother, 2000, 50(3): 315-339
- [40] Toseland RW, Siporin M. When to recommend group treatment: a review of the clinical and the research literature [J]. Int J Group Psychother, 1986, 36(2): 171-201
- [41] Leshner AI. Introduction to the special issue: the national institute on drug abuse's (NIDA's) drug abuse treatment outcome study (DATOS) [J]. Psychol Addict Behav, 1997, 11(4): 211-215
- [42] Pattison E, Kaufman E. Alcoholism and group psychotherapy [M]. Encyclopedic Handbook of Alcoholism, New York: Gardner

Press ,1982 ,1011 – 1021

- [43] Weiss RD ,Griffin ML ,Greenfield SF ,et al. Group therapy for patients with bipolar disorder and substance dependence: results of a pilot study [J]. *J Clin Psychiatry* ,2000 ,61(5) : 361 – 367
- [44] Fisher MS Sr ,Bentley KJ. Two group therapy models for clients with a dual diagnosis of substance abuse and personality disorder [J]. *Psychiatr Serv* ,1996 ,47: 1244 – 1250
- [45] Smock SA ,Trepper TS ,Wetchler JL ,et al. Solution – focused group therapy for level 1 substance abusers [J]. *J Marital Fam Ther* ,2008 ,34(1) : 107 – 120
- [46] Cooney NL ,Kadden RM ,Litt MD ,et al. Matching alcoholics to coping skills or interactional therapies: two – year follow – up results [J]. *J Consult Clin Psychol* ,1991 ,59(4) : 598 – 601
- [47] Brown S ,Yalom ID. Interactional group therapy with alcoholics [J]. *J Stud Alcohol* ,1977 ,38(3) : 426 – 456
- [48] Flores P ,Carruth B. Group psychotherapy with addicted populations: an integration of twelve – step and psychodynamic theory [M]. New York: Routledge ,1996: 680
- [49] Kaminer Y. Ch