

焦点解决建构危机儿童家校安全网络

卢宁艳¹ 黄晴熠¹ 倪然²

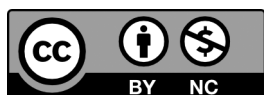
1. 浙江理工大学心理学系, 杭州;
2. 杭州市基础教育研究室附属学校, 杭州

摘要 | 小学心理咨询师面对的是儿童, 但解决儿童的心理问题绝不仅仅是咨询师一个人的工作, 而是需要家庭和学校的共同努力。全方位个案管理以承认当事人的能力为基础, 建设以当事人为中心的个案团队。就算是针对儿童, SFBT 咨询师仍以当事人为专家角色, 以当事人的立场为中心, 帮助当事人挖掘哪些系统、资源能够协助他们达到自己的目标, 设计以当事人为专家角色的方案, 构建以当事人为中心的充分的安全网络。本研究中的当事人为轻度危机个案, 我们用焦点解决技术激发当事人内在优势以及可利用的外部资源, 通过与当事人的面谈基础上, 用来访者信息表和咨询反馈表, 将家长和班主任纳入个案团队, 建立起儿童危机个案全方位的家校联合安全支持网络。通过 5 次咨询, 来访者危机解除, 亲子关系明显提升, 班主任效能感提升。

关键词 | 焦点解决短期咨询; 儿童危机个案; 家校安全网络

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 基本情况

男孩, 8 周岁, 三年级学生, 独生子女。来自工薪家庭, 与父母同住, 父亲工作非常忙, 主要由妈妈照顾生活学习。学业成绩中等偏上, 师生关系及同学关系尚可, 在学校里有几位好朋友, 但更多的时间自娱自乐, 习惯于自己一个人玩耍。身体健康, 学校统一进行的开学心理测试未检出异常。母亲也曾带孩子多次就诊, 未得到任何心理及精神方面的诊断。

2 个案来源

因妈妈反映, 孩子在家和妈妈发生争执后尝试跳楼, 由家长和老师共同建议进行校内免费心理辅导,

作者简介: 卢宁艳, 浙江理工大学心理学系, 讲师, 国家二级心理咨询师(擅长焦点解决短期咨询), 研究方向: 积极心理学, E-mail: lny@zstu.edu.cn; 黄晴熠, 浙江理工大学心理学系, 在读研究生, 国家三级心理咨询师(擅长焦点解决短期咨), 研究方向: 吸引力相关研究, E-mail: 806953974@qq.com; 倪然, 杭州市基础教育研究室附属学校, 心理辅导站站长, 中小学教师心理健康教育初级 C 证, E-mail: 814068292@qq.com.

文章引用: 卢宁艳, 黄晴熠, 倪然. 焦点解决建构危机儿童家校安全网络 [J]. 心理咨询理论与实践, 2021, 3 (10): 698-703. <https://doi.org/10.35534/tppc.0310087>

尝试跳楼行为后第二天开始首次晤谈。

2.1 妈妈对来访者来谈问题的描述及期待

前一晚因为写作业的问题，孩子与妈妈发生争执，双方情绪失控，妈妈出现打骂行为，儿子出现企图跳楼行为。儿子平时也经常会因为学习、睡觉等问题，与妈妈发生争执导致其情绪失控。妈妈反映儿子作业拖沓抵触，喜欢捉弄同学，反抗父母。

妈妈希望能够缓解来访者的压力，并且希望能够在咨询后更好的控制自己的情绪，减少发脾气的次数与攻击行为。

2.2 班主任对来访者来谈问题的描述及期待

在此之前，班主任并未觉得孩子有非常明显的异常行为表现。在学校表现良好，成绩中等偏上，老师评价来访者非常聪明，思维很活跃，但是在课堂上小动作比较多。喜欢沉浸在自己的世界里，自得其乐。偶尔被老师批评时会有较为强硬的反抗。班主任希望评估孩子自杀的危险性。

2.3 来访者对问题的描述及期待

个案对前一天的跳楼行为能进行清晰的描述，表示妈妈的行为让自己实在无法忍受才冲动想跳楼。同时也担心自己的脾气会越来越大难以控制，希望得到心理老师的帮助。

3 问题形成脉络

从小，爸爸工作很忙，妈妈在孩子的教育上倾注了大量心血，学习了很多教育相关的知识和课程，在上学之前，亲子关系良好。但自从上学后，在妈妈眼里，孩子在生活、学习上都充满了问题，甚至带着孩子去多家医院就诊，却从未得到任何诊断。

妈妈严格按照各种学习班上学到的要求对孩子进行严格教育，尤其是在学习上对孩子以否定、批评和严格要求为主，甚至每次跟老师沟通时也都是诉说孩子的缺点和毛病。母亲的教育方式和孩子产生很大的冲突，发生冲突时双方都有很强烈的情绪反应，都很难控制自己的情绪。

孩子将自己的情绪失控外归因，认为自己的情绪主要受到妈妈情绪的影响，在学校很少情绪失控是因为同学们脾气都很好，不会主动惹自己生气。孩子的担心主要在于，自己以后的脾气会越来越大，会伤害到自己、同学，以及与同学的关系。

4 咨询目标

咨询全程的重点为危机评估和危机干预，在首次咨询及随后的每次咨询中，均首先按照北大徐凯文^[1]的自杀自伤评估表对当事人进行危险性评估，首次晤谈的危机评分如下：自伤自杀计划为0分，以往相关自伤自杀经历1分，目前现实压力1分，目前支持资源0分，临床诊断0分，总分2分，属于可以回家，报告督导，观察随访。

在危机评估基础之上，与来访者以家校协商咨询目标，包括以下三个：

(1) 在对当事人危机评估和干预的基础上，从当事人、家庭和学校三个方面建立以当事人为中心的安全网络。

(2) 改善亲子关系，希望和妈妈的争吵能够更少一些，两个人之间和谐相处的情况更多一些。

(3) 寻找到控制情绪的方法，希望能够较好控制自己的情绪，减少自己发脾气的次数，在想要发脾气的时候能够冷静下来，寻找到更加合适的方法来表达自己的情绪。

5 来访者的优势分析

虽然来访者认为，自己的情绪来自外界的刺激，但来访者有很强的动机想要改善自己的情绪以及情绪表达方式。希望通过自己的努力改善和妈妈的关系，减少冲突。

5.1 正向资源

(1) 对于三年级小朋友来说，来访者思维敏捷，善于观察，充满好奇心。在父母、老师以及同学面前都敢于维护且表达自己的观点和想法。

(2) 与同学相处融洽，有自己的好朋友，在学校内外都能一起玩耍互相陪伴，悄悄话会跟好朋友倾诉，也愿意听好朋友的劝告。

(3) 跟爸爸的关系不错，愿意跟爸爸沟通，爸爸也给予了很大的支持。

(4) 妈妈非常看重孩子的教育，同时也表现得很开放，愿意跟班主任和心理辅导老师沟通，对心理辅导没有抵触心理并且愿意配合，很认真尝试给出的专业建议。

(5) 学校有着开放平等的氛围，对所有学生都很接纳，尤其是班主任，关心当事人，愿意配合心理辅导帮助孩子。

5.2 过去成功经验与采用的有效策略

过去遇到生气的事情有时候会什么都不想，就强忍着，忍住自己的脾气，让自己不发脾气，用这种方法在有些时候能够控制住自己的情绪。在自己忍不住要动手时，如果有人来提醒，尤其是好朋友的提醒和帮助，就能更快冷静下来停止自己的不当行为。

如果和学习无关，跟妈妈之间的互动良好和谐，和妈妈之间有许多的美好时光和亲子游戏，比如拼图、出游等。

5.3 会谈前改变

孩子开始思考自己经常发脾气，控制不住自己的情绪是不是一件正确的事情，思考一些用来控制情绪的方法，比如离开冲突的对方找个安全的地方躲起来。

妈妈忍住了情绪，不再跟孩子起冲突。开始考虑教育方式的改变，主动与班主任及心理辅导老师沟通寻求帮助。

6 各次咨询介入过程简述

每周与孩子面谈一次 30 分钟，面谈之前由老师和家长提供书面个案信息表，内容包括孩子的问题介绍，期待的目标及孩子的优势，咨询之后由心理辅导老师给老师及家长提供书面反馈表，内容包括对个案的评估、面谈大致内容及给家长老师的建议。共进行了 5 次面谈，过程简述如下表 1。

表 1 咨询过程简述

Table 1 Brief Description of Consultation Process

	针对来访者	针对父母	针对老师
第 1 次	危机评估与激发优势； 建立咨询关系；	告之轻度危机； 建议家长专科医院就诊； 避免与孩子发生冲突。	告之轻度危机； 注意关注孩子在校情绪变化；
第 2 次	谈话中心：亲子关系 赞美孩子对妈妈的理解，对爸爸的	写下对孩子的 50 句赞美。	及时与家长分享孩子的在校在家的情况
第 3 次	危 爱 机 谈话中心：同伴关系 评 赞美好朋友眼中的“你”，探讨良 估 好的同伴交往。 与 赞美孩子对同学和班级的关心。 干 情绪管理： 预 情绪波动时，在家寻求爸爸的帮助，	每天当面对孩子的三句赞美； 记录与孩子开心的瞬间。	关注孩子在校与同伴的关系，安排 与好朋友的相处（比如同桌同组）。
第 4 次	在校寻求班主任的帮助。 咨询总结： 与父母的美好相处方式； 与同伴的美好相处方式； 情绪波动时的求助方式。	孩子出现情绪时的接纳和拥抱。	和孩子商量出现情绪时，孩子可以去并且老师可以找到的安全地方。
第 5 次		看到孩子的优点和进步；与孩子共同进步。	每月一次咨询师的跟踪随访。

7 结案评估

从最开始接受咨询到结案，咨询师对来访者的危机评估越来越低，来访者的安全网络建设得越来越好。来访者自己觉得在家里和在学校都开心了很多。并且在情绪控制上也找到了很多切实可行的办法，在家与妈妈相处变得融洽，情绪波动时可以寻求爸爸的帮助，在学校，与班主任一起找到了安全秘密地点以平稳情绪波动。但由于个案为危机个案，结案后仍以每月一次的频率约谈来访者。

妈妈也能越来越多看到孩子的成绩并给予表扬，对孩子的评价也正面了许多，和孩子的关系得到明显改善。班主任反馈孩子情绪已很少波动，在校表现正常。

8 讨论

全方位个案管理^[2]以承认当事人的能力为基础，建设以当事人为中心的个案团队。“团队”的构成来自当事人的社会关系网络，并且是当事人自己认为对他们有帮助的一批志愿者，包括专业人士、家庭成员、老师、朋友、同事、邻居、警察等。团队里的每个成员都知道他们与当事人一起合作的角色定位，并且在他们需要帮助时，知道从哪儿可以获得帮助、信息和支持。

全方位个案管理特别适用 SFBT^[3]，因为对于自杀危机个案的干预，SFBT 相当重视多元方案的

使用以及多元团队的合作^[4]。SFBT对于系统资源的运用相当重视,在帮助处于危机中的个案时,带入各种现成的系统资源以及各种方式的联合介入,被认为是常见而必要的行动^[5]。更重要的是,就算是针对儿童,SFBT咨询师仍以当事人为专家角色,从当事人的例外和成功经验中挖掘个案的资源给以赋能,同时以当事人的立场为中心,帮助当事人挖掘哪些系统、资源能够协助他们达到自己的目标,设计以当事人为专家角色的方案,构建以当事人为中心的充分的安全网络^[6]。

全方位个案管理能够被任何年龄段的当事人接受^[7],对于针对儿童青少年的学校心理咨询尤其适合^[8]。儿童依赖成人,因此咨询师必须知道儿童当事人生活中的成人关系网络如何运作,要随时与当事人父母以及儿童生活中的重要人物维持合作关系。儿童的家人、学校、同学的参与及支持,不仅会带来当事人生活中真实存在的治疗性力量,也常可提供当事人许多重要信息或额外资源,并能见证与稳固当事人的努力与改善^[9]。同时咨询师以儿童的利益为先,充当当事人的翻译,帮助当事人和其他大人之间搭起沟通的桥梁,挖掘、评判并且催化这些系统对当事人的支持,并协调各系统之间的互动与和谐,最大化帮到当事人^[10]。

对于本研究中的轻度危机的儿童个案,我们用SFBT进行全方位个案管理,以儿童当事人为中心,通过探寻例外和应对,挖掘曾经的成功经验给三方赋能,挖掘当事人本身改善情绪的成功经验给当事人赋能;给家长反馈当事人的进步并将功劳归于家长的努力给家长赋能,并引导家长用赞美给当事人赋能;给班主任提供支持和赋能,帮助班主任更好地进行家校合作,和班主任一起建构校园安全网络。构筑家校配合的安全网络,既保障了当事人的正常学业,又有效缓解了当事人的危机。

(注:本案例公开发表获得来访者家长的授权同意。)

参考文献

- [1] 徐凯文. 自杀危机评估与干预技术: 新的理论与工具 [C]. 中国心理学会成立 90 周年纪念大会暨第十四届全国心理学学术会议, 2011.
- [2] VanDenBerg J E, Grealish E M. Individualized services and supports through the wraparound process: Philosophy and procedures [J]. *Journal of Child and Family Studies*, 1996, 5 (1): 7-21.
- [3] 宫火良, 许维素. 焦点解决短期疗法应用效果的分析 [J]. *心理与行为研究*, 2015, 13 (6): 799-803.
- [4] Fiske H. 行动孕育希望: 焦点解决晤谈在自杀和危机干预中的应用 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2013.
- [5] 许维素. 建构解决之道 [M]. 宁波: 宁波出版社, 2013.
- [6] Kim J S, Franklin C. Understanding emotional change in solution-focused brief therapy: Facilitating positive emotions [J]. *Best Practices in Mental Health*, 2015, 11 (1): 25-41.
- [7] King C A, Kramer A, Preuss L, et al. Youth nominated support team for suicidal adolescents (version 1): A randomized clinical trial [J]. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2006, 74 (1): 199-206.
- [8] 陈绍瑜. 以焦点解决短期谘商取向探讨青少年校园辅导工作 [J]. *谘商与辅导*, 2019 (404): 9-11.
- [9] 许维素. 焦点解决短期治疗中理解合作的咨询关系 [J]. *心理技术与应用*, 2014, 11 (7): 44-47.
- [10] 茵素·金·柏格, 特蕾西·史丹纳. 儿童与青少年焦点解决短期心理咨询 [M]. 成都: 四川大学出版社, 2005.

Solution-focused Brief Therapy to Build a Home-school Safety Network for Children in Crisis

Lu Ningyan¹ Huang Qingyi¹ Ni Ran²

1. Department of Psychology, Zhejiang Sci-Tech University, Hangzhou;

2. School Affiliated to Hangzhou Basic Education Research Office, Hangzhou

Abstract: Primary school psychological counselors are faced with children, but to solve the psychological problems of children is not only a counselor's duty, but also the need for the joint efforts of families and schools. Comprehensive case management is based on the recognition of the ability of the clients and the construction of a client-centered case team. Even for children, SFBT counselors still take the clients as experts and take the clients' positions as the center. They help the children to discover which systems and resources can help them achieve their goals, design schemes with the children as experts, and build an adequate safety network with the children as the center. This case was a low-grade crisis case, Solution-focused brief therapy was used to inspire the child's inherent strengths and the use of external resources. Through interviews with the child, with the client information table and counseling feedback table, parents and the teacher in charge should be brought into the counselors' team. A home-school safety support network was established for crisis child case. Through 5 sessions, the crisis of the client was relieved, the parent-child relationship was significantly improved, and the teacher's sense of efficacy was improved.

Key words: Solution-Focused Brief Therapy; Child crisis case; Home-school safety network