

萨提亚家庭治疗模式介入亲子关系的研究

杜丽汶

软通动力信息技术(集团)股份有限公司, 北京

收稿日期: 2023年9月14日; 录用日期: 2023年11月8日; 发布日期: 2023年11月15日

摘要

伴随着社会经济的飞速发展,中国的家庭结构、家庭文化发生了深刻的改变,由父母之间的不和谐关系所导致的家庭问题日益受到社会的重视。萨提亚家族治疗在中国引进已经有几十年的时间了,但是,这种治疗方式在中国还很难实现本地化。通过对相关文献的梳理,可以看出,对于“萨提亚”模式,在理论与实践上都有了较为完备的研究,但在我国,这一领域的研究尚处于起步阶段,仍需不断地摸索与借鉴。萨提亚疗法的引进,必须结合我国的国情,使之本土化,以提升其在中国文化环境中的适切性,这是一个长期的过程。而在这个不断探索的过程中需要不断的更正,拓展“家庭”的交流方法与技能,成为实现本地化的切入点。

关键词

萨提亚模式, 亲子关系, 冰山理论, 家庭

Research on the Intervention of Stair Family Therapy Model in Parent-Child Relationship

Liwen Du

iSoftStone Information Technology (Group) Company Limited, Beijing

Received: Sep. 14th, 2023; accepted: Nov. 8th, 2023; published: Nov. 15th, 2023

Abstract

With the rapid development of the social economy, China's family structure and culture have undergone profound changes, and family problems caused by disharmonious relationships between parents are increasingly receiving social attention. The stair family therapy has been introduced in China for decades, but it is still difficult to localize this treatment method in China. Through a review of relevant literature, it can be seen that there has been relatively comprehensive research on the "stair" model in both theory and practice. However, in China, research in this field is still in

its infancy and needs to be continuously explored and referenced. The introduction of stair therapy must be combined with China's national conditions and localized to enhance its suitability in the Chinese cultural environment. This is a long-term process. In the process of continuous exploration, it is necessary to continuously correct and expand the communication methods and skills of "family", becoming the entry point for achieving localization.

Keywords

Stair Mode, Parent-Child Relationship, Iceberg Theory, Family

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

1.1. 研究背景、意义

1.1.1. 研究背景

家庭的作用毋庸置疑，在家庭中，父母是孩子的第一任老师，他们的一言一行都会对孩子的性格形成产生影响，这种影响并不只是肉眼可见的，有时候更是润物无声、潜移默化。父母对孩子有着巨大的影响力，有时候，他们会伴随孩子一辈子。近年来，年轻人的心理与行为常常发生问题。很多家长在接受采访时，都会将自己的过错归咎于他人，认为是自己的子女太过不乖，太过让人操心，太过疏于管教。

父母在塑造和培养孩子，孩子也在反过来影响父母。儿童对父母的教育是单纯的，不带任何评判的，使成人意识到自身的不足，其效果是不合理的，儿童的诉求是合理的。孩子的问题集中反映了整个家庭的问题，孩子只是一个单纯的被忽略的客体。

国内的学者通常从教育学和心理学的角度来对亲子沟通的有关问题进行研究，其中包括了亲子沟通的现状、影响因素、类型、冲突、技巧和方法等内容。并针对存在的问题，提出了相应的对策与建议。在团体层面上，人们对青春期的孩子们进行了大量的研究。儿童期由于学习困难，交流冲突多发生在儿童期，而青少年期由于身心条件的急剧改变，交流困难也有可能发生。

1.1.2. 研究意义

萨提亚家族疗法是当今国际上最为流行的一种治疗方式，在国际上已成为一种主流的治疗方式。本次研究的案主来自于笔者的朋友。家庭作为社会中最小的组成单元，但是现代化的发展过程对家庭的稳定性产生了一定的影响，从而导致了一系列的问题，比如：夫妻关系问题、老人赡养问题、子女教育问题、单亲家庭、夫妻分工问题、隔代教养问题，这些都对社会的稳定与和谐产生了严重的影响。本文以家庭为切入点，探讨了如何充分发挥每个人的潜力，进而间接促进社会进步。

1.2. 文献综述

陈芳(2013)提出，要使个人在与人交往时认识到自己的不良沟通方式及应对方式，必须使其在与人交往时认识到自己的不良沟通方式及应对方式。

颜培红(2014)在萨蒂亚的处理模式中应用“冰山理论”，对师生关系中存在问题进行干预，使师生了解问题，有效促进师生之间的沟通，促进师生关系的亲密。

韩祖晔(2016)在 stair 整合理论的基础上, 提出个体的终极追求其实就是自我的实现, 通过外在与内在的统一交流, 使个体能够自由地表达自己的思想与需要, 从而提高个体的自身价值, 降低个体的“威胁”, 提高个体的内在安全, 并培育个体的内在精神世界。

Banmen (2002)根据已有的关于萨提亚疗法的认识与临床实践, 对其中所含的疗法进行了改进, 并提出了一个更为简练的疗法模型, 同时保留了萨提亚疗法的理念。

Morrison & Ferris (2002)利用 Sathian 模型中的爱的概念, 对童年遭受过性侵害的成年女性进行了治疗, 重点在于性侵害对她们造成的影响, 而非侵害本身。这一个案分析也证实了萨提亚疗法对患者的疗效。

Feinberg & Kan (2008)发现, 存在婚姻问题的家庭, 父母与子女之间的情感联系较弱。各种压力导致父母对孩子的关注减少, 缺乏时间和精力来培养情感。这种脆弱的家庭情感很容易导致孩子与父母之间的亲子关系异化。

通过对相关文献的回顾和分析, 可以看出, 亲子沟通的研究比较丰富, 不仅包括分析文献, 还包括心理学和社会工作角度的研究。有各种各样的干预群体, 包括儿童、青少年、妇女和其他群体。亲子沟通的研究主要集中在童年和青春期的青少年阶段。

总的来说, 国外关于家庭疗法的研究侧重于实务层面, 即运用家庭疗法中适宜的方式来介入不同的受试者。其次, 运用“萨提亚家庭疗法”进行个案分析, 着重对“萨提亚家庭疗法”在实践中的运用及效果进行了理论上的探索。

1.3. 相关理论依据

1.3.1. 人性认同模型

人类适合生长和变化, 能够进行各种转变。在心理疗法中, 这些症状被看作是一种不健全的交流体系, 以及妨碍其成员成长的家庭规矩。家规产生于家长为保持自我尊重而采取的行为, 其治疗主要集中在提升家人的自我尊重上。每一个个体都拥有成长与发展所需要的资源。社工应该帮助病人识别各种资源, 学会运用这些资源, 并且学会处理问题的技巧。

1.3.2. 系统理论

系统论的目的是以一种整体的眼光来看问题, 把家庭看成一个系统, 每一个人, 每一件事, 都是相互作用的。在个案中, 个案所暴露出的问题, 必须与个案所处的环境体系相关联, 才能对个案所面临的问题加以考虑。作为一名未成年人, 他与家人的感情联系, 沟通方式, 互动情况, 都是受家人潜移默化的影响, 才演化成了今日的状况。

萨提亚家庭治疗模式在介入亲子关系的研究中, 与系统理论有着密切的联系。

系统理论在萨提亚的亲子关系研究中发挥了重要的作用。萨提亚家庭治疗模式强调, 家庭是一个完整的系统, 家庭中的每个成员都是这个系统的一部分, 而且彼此之间相互影响。这种影响不仅仅是在个体之间, 而且还受到家庭系统的制约和影响。因此, 当一个家庭成员出现问题时, 这往往也反映了家庭系统的问题。

在萨提亚的家庭治疗中, 她强调对整个家庭系统进行理解和干预, 而不仅仅是针对单个的家庭成员。她认为, 只有通过改善家庭成员之间的沟通方式, 才能有效地改变家庭系统的运作状态, 从而解决个体和家庭的问题。这种对家庭系统的理解和干预, 正是系统理论在萨提亚家庭治疗模式中的体现和应用。

综上所述, 系统理论在萨提亚家庭治疗模式中扮演了重要角色, 帮助她理解家庭系统和家庭成员之间的互动关系, 并引导她采取有效的干预措施来改善家庭的功能。这种对家庭系统的理解和干预, 为萨提亚家庭治疗模式介入亲子关系的研究提供了重要的理论基础和实践指导。

1.4. 概念界定

萨提亚模式又称萨提亚沟通模式，是由美国首位家庭治疗专家维琴尼亚·萨提亚(Virginia Satir)女士所创建的理论体系，萨提亚模式，又叫联合家庭治疗。萨蒂亚模型将个体问题置于家庭之中，以系统化的视角观察家庭所面对的各类危机，运用沟通姿态、“冰山”理论、“家族地图”多种技术手段，以“家族”为视角，对“家族”中的“家族”进行反思。研究者们相信，这个模型对目前的中国家庭是适用的(吕玉文, 2017)。

萨蒂亚对此做了一个形象的描述：“这是一块巨大的冰山，是一块浮在海面上的巨石，从外面看去，只有一小部分浮在海面上，而其余的八分之七则藏在下面。”深藏于表面之下的大山，就是我们长久以来一直被压制与忽略的“内在”。通过揭开这座冰山，我们可以看清生活中的欲望，期待，看法和感觉，并看清真正的自我(张鑫, 2017)。

1.5. 研究思路及方法

1.5.1. 研究思路

首先，本研究以萨提亚家庭治疗、亲子关系、亲子疏远为主题，并参考国内外有关刊物及图书，对其进行了全面的梳理。将搜集到的相关文献按照题目进行归类，然后对每一题目的资料作纵深分析，以综合出有用的线索。

其次，选择一例具有代表性的案例，对其进行了深入的调研和分析。只有和客户建立起了信任的关系，客户才能打开自己的内心，放弃自我防卫，将自己的问题解释清楚，在对客户的问题需要进行全面评估之后，与客户协商解决的目标和方法。

最后，针对这一问题，本研究拟采用萨提亚(stair)家庭疗法(stair)的方法，以此为导向，深入家庭，邀请其家人(尤其是父母)参与其中。通过与被调查者的面对面交流，了解被调查者与被调查者的情感、期望、愿望、反应态度、反应方式等。

1.5.2. 研究方法

文献研究法。文献研究法是根据现有的文章，围绕所研究的主题进行文字、图表等方面的分析和整合，从而得出关于研究主题较为全面和准确的资料总结。本文运用文献综述法，对萨提亚的思想，理论，方法，技巧和实践进行了系统的梳理。

访谈法。访谈法是指以访谈为主的一种方法，通过访谈者和被访谈者的直接交谈，来了解被访谈者的心理和行为。在具体运用上，笔者采取了非结构化访问的方法，深入到受害者的家中，与受害者及家属建立起某种程度的信任。另外，还可以通过访谈获得案主的数据，根据访谈提纲，对案主提出的问题进行评价等。

2. 萨提亚模式介入亲子关系的研究

在萨蒂亚家庭治疗中，“冰山”学说是一种非常重要的学说。萨蒂亚模式运用“冰山”的比喻方法，从七个层面，即行为层面，应付层面，情感层面，看法层面，预期层面，欲望层面，自我认知层面，对自我认知层面进行了探讨。倡导所有级别的工作经历。鼓励员工把他们的注意力集中在他们的内在活动上，而不要只看里面的内容。

案例整理如下：

朋友和孩子在家经常闹得鸡飞狗跳，每次她发火，孩子就跑过来抱抱，而她正在气头上，直接推开，孩子就越要过来抱抱。之前她一直觉得孩子傻，没看见正在生气吗，还往枪口撞？后来才知道，我们对

他越凶，他越害怕，就越想抱住我们，因为他们只有在我们父母身上找到安全感，他们没有其他人可以依赖。

如同视频里面的那个女孩一样，即使自己的妈妈对自己只有片刻的温柔，她还是想紧紧的抱住她，还是希望可以成为她的孩子，有人说，这世人唯一骂不走的人，大概就是孩子了。

那如何正确的亲子关系中的冲突呢？孩子可能感到被忽视或被误解，这可能使他们感到悲伤和失望。他们可能已经经历过这种情况，因此他们更加依赖于从父母那里找到安全感和安慰。父母可能正在学习如何处理孩子的情绪和行为，但在这个阶段，他们可能还没有找到有效的策略。父母可能正在经历压力和困扰，这使他们的情绪不稳定。他们的情绪可能影响了他们对孩子的反应，导致他们推开孩子。

萨提亚的冰山理论是一个非常有用的工具，用于理解和解决个人内心深处的情感和需求。根据这个理论，一个人的情感和需求可以分为不同的层次，从行为到最深层次的内在渴望。按照萨提亚的模式，解决这个问题的步骤可以按照 ([a href="#">图 1](#)) 的方式进行：

1. 行为层面：孩子打妈妈是一种行为。这是最容易观察到的层面，是冰山的最顶端。

2. 应对方式层面：在这个层面，需要去询问孩子的感受，并鼓励他表达自己的情绪。这可以帮助孩子理解并表达他的情感，而不是用行为来表达。同时，也要告诉孩子你的感受，例如“你打了我，我感到很生气”。这一步的目的是帮助孩子理解彼此的感受，并促进双方之间的沟通。

3. 观点层面：这一层面涉及到孩子的观点和认知。通过询问孩子对事件的看法，例如“你觉得妈妈可以不经你的同意拿你的玩具吗？”，可以引导孩子形成对自己和他人的更深入的理解。

4. 期待层面：这一步需要询问孩子有什么解决方法或对妈妈的期待。例如，“你希望妈妈拿你的玩具之前先询问你的意见吗？”同时，也需要向孩子表达对他的期待，例如“希望下次你生气的时候可以说出来，而不是大发脾气，这样妈妈就不害怕靠近你了”。

5. 内心深处的渴望层面：这是冰山的底层，涉及到孩子的内在需求和渴望。在这个层面，可以深入探索孩子行为的内在原因。例如，“你是不是希望妈妈尊重你，觉得自己没有被尊重所以生气了？”

通过这样的过程，可以帮助孩子更好地理解自己的情感和需求，同时也可以促进妈妈和孩子之间的沟通和信任。这是非常有用的方式，可以有效地减少孩子用行为表达不满的情况，而改用更直接、有效的方式来表达自己的需求和感受。

很多父母在孩子发脾气的时候喜欢用转移注意力的方法，的确，这个办法很有效，但也只是暂时的不是长久之计，只有我们知道孩子真正的需求，尊重孩子的需求并帮助孩子学会控制和表达情绪，那么下一次遇到同类型的情况，孩子才能很平静的控制自己的情绪。

3. 研究结果

在个案研究中，可以发现萨蒂亚模型可以有效地改善父母之间的不良亲子关系。同时，还将为实现本地化、萨蒂亚模式等社会工作专业的本地化，提供一些可资借鉴的经验。

首先，为何萨提亚的“家庭疗法”适用于中国？研究人员认为，这主要是由于“家”一词在中国人心中有着特别的含义。中国的文化环境突出了个人，家庭，社会三者的结合。萨提亚疗法的引进，必须结合我国的国情，使之本土化，以提升其在中国文化环境中的适切性，这是一个长期的、持续的、持续的过程。

其次，将萨提亚疗法的核心“家庭”理念作为本地化的切入点，将萨提亚疗法的“家庭”理念与“家庭”理念相结合，拓展“家庭”的交流方法与技能，从而成为实现本地化的切入点。

最后，萨提亚治疗在中国已经存在多年，其所总结出的治疗方法与经验在不同的国家、不同的文化背景下都得到了验证，因此，如何对其进行系统的阐释，并将其运用到当地的文化语境中，是当前研究

的重点。

4. 总结

萨提亚的“家庭疗法”遵循了“以人中心”的思想，强调对个体内心情感的尊重，将人际间的和谐互动和对原生家庭的干预作为其主要目的，目的在于使人在身体和精神上实现“内外合一”，从而实现人的健康发展。在亲子关系发生冲突时，父母互相推诿，而不知道他们的行动给孩子带来了多大的伤害或无形中的影响。

萨提亚的家庭治疗理论，主张主动寻求解决问题的方法，与中国传统的儒学类同，以勇气面对现实，以平和的态度对待问题，以正面的态度对待问题，以正面的态度对待问题，这在交流中，也能更好地被接受。萨提亚家庭疗法以其独特的人文理念，为患者开启了一扇通往自我和他人的大门，使患者能够与自己、家人和社会和谐共处，未来萨提亚家庭疗法的发展，若能与中国传统文化和中国国情相结合，将会发挥出其独特的功能，从而为我们的文化自信注入新的动力！

参考文献

- 陈芳(2013). 萨提亚家庭治疗模式评述. *社会心理学*, 28(2), 113-115, 128.
- 颜培红(2014). 以萨提亚模式促进师生关系建设的思考. *现代教育论丛*, (5), 35-39.
- 韩祖晔(2016). 看到他的内在力量. *心理与健康*, (12).
- 吕玉文(2017). *萨提亚家庭治疗模式介入亲子关系的研究*. 硕士学位论文, 广州: 广州大学.
- 张鑫(2017). *社会工作介入高中生家庭亲子冲突的个案研究*. 硕士学位论文, 长春: 吉林农业大学.
- Banmen, J. (2002). The Satir Model: Yesterday and Today. *Contemporary Family Therapy*, 24, 7-22. <https://doi.org/10.1023/A:1014365304082>
- Morrison, A., & Ferris, J. (2002). The Satir Model with Female Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse. *Contemporary Family Therapy*, 24, 161-180. <https://doi.org/10.1023/A:1014333924555>
- Feinberg, M. E., & Kan, M. L. (2008). Establishing Family Foundations: Intervention Effects on Coparenting, Parent/Infant Well-Being, and Parent-Child Relations. *Journal of Family Psychology*, 22, 253-263. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.253>