



家庭治疗案例

有一位 30 岁的女性独自来心理门诊，要求心理治疗。初次见面，她给人的印象是气质高雅、打扮入时。她的主要表现是烦躁、焦虑、失眠、多梦，有时整夜不眠，经详细了解其生活经历、方知她的主要问题是对家庭关系的烦，她说：“我们俩都是律师，婚前他对我很好，体贴入微，由于我自身的努力，律师工作做得非常出色，并得到了客户的广泛信任，预约求助的人很多，当时他接触律师工作较晚，工作程序不熟练，我在各个方面给予他很多帮助，甚至把我的客户也介绍给他。一年后，我们俩结了婚，26 岁我怀了孕，由于行动不便，不能坚持工作，只好在家休息，此时我的所有业务均由我丈夫来做，自 27 岁生过孩子至今，孩子已整 3 岁了，他对我很冷淡，极不关心，孩子的生日及我俩的结婚纪念日他都不屑一顾，记不清楚，并阻止我继续从事律师工作，他变得自私、狭隘，经常早出晚归，对家庭漠不关心，并经常抱怨家里乱七八糟，没有秩序。我真的受不了了，我觉得压抑、空虚、心身疲惫，对任何事情均不感兴趣，变得急躁易怒，如果再这样持续下去，我就要发疯了。对性生活也非常冷淡，和他几乎没有性关系。我想，恐怕只有离婚情况才可能好起来。”患者表现得非常绝望，好像让治疗者同意她的观点，支持她与丈夫离婚。

为了真实了解患者家庭中存在的问题，治疗者预约她下次再来时，与她丈夫一起来，她显得为难没有把握，担心丈夫不会与她一起来。但到了预约的时间，她丈夫还是来了。经详加了解情况，她丈夫抱怨说：“我和她之间好像有一层隔膜，她根本不理解我，我经常早出晚



归，忙于工作，为这个家付出了很多，回家后家里不仅混乱不堪，而且还经常遭到她的指责和批评，为此我变得易怒，没耐心，工作中常常出错，我想的确需要解决一下我们之间的问题了。”

那位妻子又激动讲述了她首次来诊时的内容，并激动地叙述了她的不幸，她说：“自结婚后他一反常态，对我和孩子极不关心，现在孩子3岁了，又极力阻止我继续工作，他好像只是把我当成了一个女佣人’，只关心家里是否整洁，不关心我的生活。因业务关系他甚至长时间出差而不回家。”

接着她丈夫说：“孩子现在还小，她不在家照顾孩子，孩子让谁照管，我在外事务繁忙，希望她除了能照看孩子外，家中的环境也应井然有序，但每次回家，屋里总是不干净，这样的环境，别人会怎么看待和评价我们。”

分析以上会谈的内容，治疗者认为患者家庭中存着以下问题：

- ①家庭关系紊乱，夫妻之间缺乏理解和沟通；
- ②家庭中存在着角色扮演及角色转移问题；
- ③对自己所处的家庭环境的认知和评价问题。如丈夫非常在意“别人会怎么说”，总认为家庭环境混乱不堪。

针对以上问题，治疗者运用家庭治疗的方法，并重点采取以下措施：

- ①强化夫妻之间的理解和沟通，要求丈夫利用一切空闲时间与妻子交流思想感情，消除误会和隔阂，重视夫妻之间的感情和相互关心的行为；



②让丈夫认识到，当今社会生活已发生了根本的变化，作为丈夫应理解和支持妻子从事律师工作的愿望，并积极创造条件，协助妻子的角色转变；至于 3 岁的孩子可以请保姆看护或送到幼儿园，对孩子的成长及家庭的稳定都有好处；

③让他们各自调查一下外人(同事、邻居、上司等)对其家庭环境的看法，并向他们说明，无论做什么事，如果过分挑剔的话，总会发现不足之处。