

Family Therapy

蕭君寧老師

最近在六月修讀了 Evolution in Family Therapy，發覺家庭治療對輔導學生很有幫助，很適合用此與學生及家長進行溝通。

平日，當學生需要幫忙，老師慣常就是與他們進行「個別治療」，了解他們的心情、想法，看看有甚麼可以支援，協助他們解決困境。家庭治療與個別治療的分別，就是前者不僅對案主目前生活情況與過去生活經驗有興趣，還會探索案主家庭生活的常規歷程，亦可能使用家族圖，邀請父母、兄弟手足共同接受治療。家庭治療的焦點，就是放在與案主症狀有關的家庭互動關係。

學生（當事人）出現問題時，老師很自然便會與學生傾談，容易將焦點放在學生身上。而家庭治療的重點，就是提醒我們一個問題的出現，不會只是因為一個人、一件事而出現，是受著一個系統影響。系統中包括不同的人，可能是父母、祖父母，也可能是兄弟手足，或是親戚……是過度忽略？比較？過度注意？還是其他原因？我們也需逐一探究，總總原因對當事人的發展也有影響。

家庭治療理論，再次提醒我們看問題時，不要只以個人系統出發，而要觀察整個系統。學生出現問題，除了與學生同行，陪伴他們，身邊的夥伴，例如：家人、朋友也是不可或缺的重要人物。平日，老師亦要定期與家長溝通，了解學生與家人相處、互動，在需要時用一份相互尊重的立場融入家庭，促進成員間的互助合作。