

家庭重塑——探尋根源之旅

Bill Nerin 著，鄭玉英、王行編譯，心理，台北，1992年3月

范姜淑炫

（輔神教義系學生）

家庭重塑是家族治療心理學大師維琴薩提爾（Virginia Satir）積數十年研究、臨床經驗，於1965～1970年間研究發展出來的。她的學生奈侖（Nerin），有鑑於後學之士的需要，乃將她的理論、方法細加鑽研，轉而詮釋成書。

本書可歸納分為下列幾個部分：首先作者以精采動人的七個實例：「過來人的心聲」，使讀者對家庭重塑產生興趣和好奇心。接著他詳細的說明何以要做家庭重塑，在此他間接卻明顯的襯托出家庭重塑的重要性。第三部分介紹家庭重塑的步驟、方法。第四部分談到它的目標和成功的家庭重塑應具備的條件。

家庭重塑是一套方法，一套幫助人成長的心理輔導、心理治療方法。它帶著尋根的情懷，運用家族治療先驅者在家庭系統理論上智慧的結晶；且在這過程中，將完形、演劇、肢體雕塑、催眠、潛意識和幻想都結合於系統理論之下，另外加上滋潤，也就是無條件關愛運作其中，幫助探索者（案主）用成人的眼光和理解，重新咀嚼過去在家中的學習、生活習慣、溝通型態、價值觀念和應付壓力的方法；進而能對自己產生新的領悟，對家帶來深刻的瞭解，對父母和父母的父母有更深的感謝和寬容。

經過家庭重塑以後，一個人能夠更成熟地去面對自己的父母；視父母為凡人，而不是充滿了權威與永遠不會失敗的超人或上帝。它使探索者經驗到影響生命的根，每一條都是重要的。家庭重塑嘗試追尋影響每一個人的每一段經驗，包括被壓抑或遺忘的經驗；使人經驗到統整的自我、提昇自我價值感。

家庭重塑非常強調引導者與參加家庭重塑的每一位輔助人員，要發揮愛的能量、人性的光輝；以坦白、真誠、尊重、關懷、信任、一致溝通滋潤這個運作。因此，這個運作可以說是一個以愛為基礎，有聖神臨在、推動的過程。

引導者和輔助人員在家庭重塑的過程中，不斷地幫助探索者正視自己的家庭系統、認識人成長的複雜性，因而對自己有更深的領悟。這實在可說是一個幫助人面對真理的過程。

在面對真理時，探索者心底的某些部分被喚醒了之後，引導者會邀請他進入舊情境，但卻是做一個新的學習。有些探索者開始學習用新的方法去掌握自己和情境，有些探索者抗拒。無論如何，家庭重塑夠得上是始終以愛、接納、尊重，不斷邀請人開放、悔改的過程。

家庭重塑幫助人由過去的束縛中釋放出精神的能量與認知的經驗，引領人踏上充分發揮人性的坦途。試問哪個家、哪個人能夠不從中獲益的呢？