

FA TING SHANG DE

XIN LI XUE

法庭上的 心理学


主编:邹碧华 副主编:胡国均 章晓琴

做一个聪明的沟通者
为失明者重塑心灵的窗户
我只是拿回属于我自己的东西
你的房子谁“做主”
从美化自我到正视自我
离婚了还是朋友
遭遇抑郁性神经症患者
我要在上海有房



法律出版社
LAW PRESS·CHINA

- 本书由已经取得国家二级心理咨询师资格证书的法官撰写。他们结合审判实务和心理学知识，对办案中遇到的因案件引发的个人心理问题进行剖析，进而化解一个又一个棘手的矛盾，字里行间浸透着法官作为咨访关系的一方对另一方的关注。精选19个近年来比较有代表性的庭审案例，涵盖了心理学知识许多方面，如抑郁症、焦虑症、创伤后应激障碍等心理异常现象以及人本主义疗法、精神分析疗法、行为疗法、认知疗法、现实疗法等心理咨询与治疗的主要流派和方法。
- 本书的特点是作者像讲故事一般娓娓道来，将一个个真实具体形象生动的案例巧妙地贯穿在一起，使不同层次的读者都能领悟到心理咨询神奇技巧的无穷魅力，同时也给我们带来了更加深邃的思索。

 **独角兽工作室**
平面设计

ISBN 978-7-5118-6178-8



9 787511 861788 >

定价:36.00元

上架建议: 审判实务

法庭上的 心理学

主编:邹碧华 副主编:胡国均 章晓琴



法律出版社
LAW PRESS·CHINA

图书在版编目(CIP)数据

法庭上的心理学 / 邹碧华主编. —北京:
法律出版社, 2014. 3

ISBN 978 - 7 - 5118 - 6178 - 8

I. ①法… II. ①邹… III. ①司法心理学 IV.
①D90 - 054

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第051062号

法庭上的心理学
邹碧华 主编

编辑统筹 大众出版分社
责任编辑 邢艳萍
装帧设计 乔智炜

© 法律出版社·中国

出版 法律出版社
总发行 中国法律图书有限公司
经销 新华书店
印刷 北京市荣盛彩色印刷有限公司
责任印制 沙磊

开本 720毫米×960毫米 1/16
印张 15.75
字数 212千
版本 2014年4月第1版
印次 2014年4月第1次印刷

法律出版社/北京市丰台区莲花池西里7号(100073)

电子邮件/info@lawpress.com.cn

网址/www.lawpress.com.cn

销售热线/010-63939792/9779

咨询电话/010-63939796

中国法律图书有限公司/北京市丰台区莲花池西里7号(100073)

全国各地中法图分、子公司电话:

第一法律书店/010-63939781/9782

重庆公司/023-65382816/2908

北京分公司/010-62534456

西安分公司/029-85388843

上海公司/021-62071010/1636

深圳公司/0755-83072995

书号:ISBN 978 - 7 - 5118 - 6178 - 8

定价:36.00元

(如有缺页或倒装,中国法律图书有限公司负责退换)

序

最高人民法院王胜俊院长在全国大法官研讨班上指出,“法官要更加注重对新知识的学习理解……仅靠懂得法律知识是不够的,还必须具有一定的经济、社会、文化等各方面的知识”。我国法官在审判中运用心理学的历史可谓源远流长,早在西周时期,司法官员就懂得以“五声听讼”的方法(观察当事人和证人的言辞、表情、气息、听聆、眼神)来洞察当事人心理和捕捉信息。司法制度历经数千年沿革后,涉诉纠纷呈现出多样化、激烈化的趋势,民事案件中亦掺杂着愈来愈多的情感冲突和社会因素。一个秉公执法的法官往往可以很专业地解开当事人的“法结”,却常常对当事人的“心结”以及由此激化的矛盾束手无策,从而在追求“和谐司法”、“案结事了”的道路上艰难踟蹰。

值得庆幸的是,本书中的法官们找到了一把既解“法结”又解“心结”的钥匙。他们不仅是精通法律、对案件明察秋毫的法官,同时也是熟谙心理学、对当事人内心洞若观火的国家二级心理咨询师。书中十九个曲折生动的故事中,无论是罹患抑郁症、企图自杀的离异女子,还是偏执愤懑、怨天尤人的信访人,都能在平等、尊重、积极关注的氛围中,在心理咨询技术的巧妙运用下,最终找回了人生中的碧海蓝天。这些故事不仅凝聚了法官对公正司法的执着追求,亦包含了他们尊重生命与人格、情法交融的人文情怀;不仅为法官化解矛盾纠纷提供新的视角,亦可以作为对普通群众进行的诉讼心理学和应用心理学知识普及。

从学科的角度看,如果说心理学是研究人的心理现象及其活动规律的科学,那么“法庭上的心理学”所关注的就是司法领域内诉讼参与人的心理现象

目 录 Contents

1	序
1	导论:法庭上的心理学 / 邹碧华
24	做一个聪明的沟通者 / 宓秀范
35	为失明者重塑心灵的窗户 / 金喆勋
46	我只是拿回属于我自己的东西 / 章晓琴
64	希望能被公平对待 / 刘亚玲
80	我娘如有个好歹,法官得给个说法 / 唐杰英
89	上法院去告吧 / 张 枫
98	你的房子谁“做主” / 谢寿山
113	孩子啊,孩子 / 沈莉萍
125	你们就是我的父母 / 滕道荣
137	从美化自我到正视自我 / 孙海峰
148	离婚了还是朋友 / 胡桂霞
159	谁来安置我 / 沈莉萍
169	遭遇抑郁性神经症患者 / 顾薛磊
182	我要在上海有房 / 胡桂霞 顾鸣香
198	从闭门不见到握手言和的转变 / 顾鸣香
208	帮助他们寻找未来 / 顾 杨
218	最熟悉的陌生人 / 许艳婷
228	我的天塌了 / 章晓琴 许艳婷
236	我要认定工伤 / 沈莉萍
243	后记

导论：法庭上的心理学

——一把看不见的利剑

邹碧华

王胜俊院长在全国大法官研讨班上的讲话着重强调了“新时期司法工作坚持群众路线，必须牢固树立群众观点，切实增进群众感情，大力改进司法作风，努力提高做群众工作的能力”。而心理学在司法活动中的运用正是法官群众工作能力提升的具体表现。

心理学在司法活动中的应用并非近年来才进入公众视野。早在19世纪末20世纪初，西方就诞生了司法心理学，专门研究司法实践中的心理活动规律，包括犯罪心理学、审判心理学、矫正心理学、法制心理学等分支。从20世纪80年代开始，我国司法心理学也有长足发展，但研究的主要方向是犯罪心理学和刑事审判心理学，对于心理学在法庭审理活动中的应用基本空白。因此，我们对法庭上心理学的研究，无法按照其学科系属来进行理论上的推演，而更多的是以审判实践需要为出发点作一些思考和尝试。

一、为什么要将心理学引入法庭？

存在决定意识。之所以要将心理学引入法庭，主要有三个方面的理由：

第一，这是社会心理需求对审判工作的必然要求。

当事人带进法院的，绝不仅仅是法律问题。事实上，当事人走进法院时，可能处于无意识状态，往往会把情绪问题和心理问题一并带进来。当事人走进法院，面对人身损害、亲人丧生、亲情反目或是婚姻破裂等生活中出现的重大变故，当事人会伴随各种情绪或心理问题，诸如抑郁、焦虑、烦躁、压迫、紧张，等等。还有的当事人身上存在某种类型的自毁行为或生活技能缺陷。这种缺陷对于当事人而言，具有重复

性和持续性的特点。例如,在一起离婚案件中,尹某一直认为她非常爱自己的丈夫,因此丈夫不可能有外遇而与自己离婚。但鉴于双方感情确已破裂,法院判决离婚。此后,尹某一直寻找各种理由来法院吵闹。在接待过程中,接待人员发现尹某平时生活习惯比较懒散、邋遢,且不善于处理自己的生活及情绪。从心理学上看,其认知模式和归因模式存在重大缺陷。尤其是其为典型的外归因模式,即凡失败的事情都是别人的过错。在某种意义上,这也是导致其婚姻失败的必然因素。

紧张的生活节奏、激烈的职场竞争、沉重的经济负担、脆弱的人际关系等,或多或少会对人们的心理健康产生不良影响,引发心理异常甚至是心理疾病,并最终投射到人的行为层面。法院,作为各种社会矛盾的集结地,也必然会受到来自于社会的各种心理的影响。法院处理的纠纷形形色色,绝大部分都可以还原为人与人之间的行为冲突。其本质,是心理秩序失衡的外化表现。因此,要从根本上化解矛盾,实现法律效果和社会效果的统一,就需要法官不仅能运用法律理论和方法帮助当事人“打开法结”,也能运用心理学知识和技能帮助当事人“打开心结”。

此外,心理学在法庭上能够发挥重要作用。将心理学引入法庭,正是司法应人民群众需求,提升法官职业能力的必要之举,也是践行“司法为民”宗旨,构建和谐社会的必要之举。

心理学上有许多重要技术,如倾听技术、沟通技术、知觉分析技术、归因模式分析技术等,都能够在法庭上发挥重要作用。例如,倾听技术在法院的接待活动中非常关键,它要求接待者在倾听时必须做到专注,给予被倾听者应有的尊重,否则极易引发对方不满甚至愤怒,从而产生心理学所说的阻抗,接待双方就会形成对抗,致使接待无法正常进行。

从法院的情况看,在倾听技术的应用方面,大多数法官并未有过系统的学习和培训,所以在实际接待中,倾听技术有不少误区,如有的法官手机铃声不断;有的法官心神不定,或者跑进跑出;有的甚至在开庭时交头接耳或者埋头做自己的事情。还有一种非常不好的倾听技术误区,叫做“反驳倾向”,即对方还在说话的时候就习惯于反驳说话者的观点并想好回应的方式^①。这种倾听障碍主要表现

^① [美]科里·弗洛伊德著:《沟通的力量:成功人际交往12法》,李育辉译,机械工业出版社2011年版,第205页。

为:在说话者还在说话的时候就考虑如何回应对方、在心里模拟与对方辩驳、急于得出结论。心理学之所以认为反驳倾向是倾听障碍,是因为反驳倾向需要思考,从而降低倾听的关注度,影响有效倾听,忽略一些关键细节。这种现象在法官群体中大量存在。实践中,有的法官接待当事人时,还没有等当事人把话说完,就已经开始与当事人展开了激烈的辩论,结果不仅案情没有搞清楚,而且形成了法官与当事人的严重心理对抗。这些都是典型的违反倾听技术要求的现象。不少信访投诉也都缘于此。

其实,经过一定的培训,法官是完全可以掌握倾听技术的。只要懂得倾听、善于倾听,对当事人的接待就没有理由不成功。

第二,这是构建法庭和谐的必然要求。

法庭审理活动中充满着心理学技术。如法庭设施的布置:法官席居中,象征着法官的中立性;法官席高出控辩双方或当事人席,象征着法官的权威性;法官席后上方悬挂的国徽,让法庭顿时庄严起来。国外的法庭中,有不少当事人席采取了并排放置的方式,与相对放置方式相比,这样强调的是合作而非对抗。在庭审进行中,法官的仪态、姿势和语言等都会对当事人产生重要影响。比如,有的法官在法庭上不认真聆听当事人发言,在神态上向当事人表明自己“置身庭外”;有的法官在法庭上咄咄逼人,盯着一方当事人“穷追猛打”,而不会巧妙地启发、调动双方当事人自己把问题问清楚,让人产生法官是对方代理人的假象;有的法官频频打断律师发言,指责其发言重复、啰唆,让律师在当事人面前感觉非常难堪,进而与法官形成心理对立状态,等等。这些情况充分说明,心理学技术尚未被我国法官所广泛接受,当然也就谈不上在法庭上运用。我们在这方面的探索和培训还远远不能满足实践需求。

由于法庭是决定当事人胜负和利益归属的关键场所,当事人在法庭上往往会比较敏感,法官的一举一动、一言一语都会在当事人心里产生某种效果。曾经有过一个当事人是这样投诉的:法官在法庭上看了对方十八眼,只看了自己两眼,认为法官有偏颇。这种情况,我们无从考证法官是否具有倾向性(当然,依常理判断,法官在法庭上不太可能会出现如此明显的倾向性),但法官没有意识到自己的举止和眼神会在当事人内心引发强烈的心理反应却是实情。

心理学技术在国外的法庭上有不少很好的运用。例如,在美国的法庭上有一

个非常有意思的程序设计,叫席前会议(Bench Meeting),是指法官在庭审中召集双方律师到审判席前进行一些简单讨论。席前会议的内容甚至包括提醒他们在法庭上说话不要火药味太足,注意一下自己的职业形象。之所以这样,是因为法官认为不能当着当事人的面指责律师,否则,律师当场丢了面子就会在心理上与法官形成对立,进而影响到司法的公正性。但类似的心理学技巧或方法在国内法院却比较缺乏。不少当事人对法官投诉,往往不是因为法官真的有偏向性,实在是因为我们太缺乏对心理学方法的认识和运用。

第三,这是法官保持自身心理健康的必然要求。

目前,法官心理健康问题并未明确提出。其实,法官作为由普通人群组成的特殊群体,与其他任何人一样,同样会存在心理健康问题。并且,由于我国当前社会所产生的特殊压力及法官职业的特殊性,法官群体的心理健康问题日益凸显。第一个原因是法官面临的社会认同压力日趋加大。这种压力主要来源于司法结果的社会认同。就法官的裁判行为而言,一方面,裁判结果会因法官个体能力的差异产生较大差异,如果再渗入法官操行方面的因素,问题就会显得更加复杂。另一方面,由于法律职业技术规则的作用,裁判结果往往在法官职业群体与社会公众之间产生较大认识分歧。当法官面临巨大社会舆论压力时,会不自觉地设法扭曲法律职业规则,迎合社会舆论。这种现象,就是上述因素作用的结果。第二个原因是法官面前的工作压力。目前,由于我国正处于社会转型及各项改革有待深化的时期,社会矛盾突出显现,各类纠纷大量涌入法院,法院收案大幅度上升。由于案多人少的矛盾,法官加班成为常态。在繁重的工作压力面前,许多法官身心俱疲,有的身体发生重大疾病;有的则在心理上出现厌烦情绪甚至出现心理偏差。很难想象,在一天开上三四个庭,接待了若干当事人后,法官还能保持较好的心理状态。第三个原因是法官作为普通个人的心理健康问题。任何人在工作生活中都会遇到各种问题,会在某一特定时期甚至长期产生心理健康问题。法官既然是普通个人,自然亦不可能生活在真空当中。因此,这一问题是不可回避的。同时,保持法官职业群体的心理健康,对于司法公正有至关重要的意义。司法公正最终只能靠一个个法官来实现,自然只有保持好法官职业群体的心理健康,司法公正才能得到保障。

法庭上的心理学,实在可以称之为—把看不见的利剑,可以扬善抑恶,彰显真

相于有形;转危为安,消解冲突于无形。

二、法庭上需要什么样的心理学?

心理学是研究人的心理现象的科学,其主要内容是陈述心理现象、解释心理现象、预测心理活动、调节与控制人的心理活动和行为。心理咨询是运用心理学的理论及方法,指导个体的生活实践,使人最大限度发展其潜能的应用心理学分支学科,其内容涉及正常人生活的各个方面,如问题应对、情绪处理以及危机干预等。

法庭是法官查明案件事实,依法作出裁判的场所。因此,法庭上的心理学也应当是服务和服从于裁判这一核心功能,能够推动审判活动的有效有序开展,提高当事人对裁判结果的接受度,促成法律效果和社会效果的统一。从实践来看,法官与心理咨询师对心理学的运用比较相似,都要通过施加心理学影响的方式,帮助相对方避免或克服心理上的障碍,进而解决其遇到的现实问题。心理咨询活动与法官的审理活动(尤其法官接待活动)有较高的相似性。

具体而言,心理咨询师与法官在心理学的运用方面有哪些相似点呢?

第一,二者在地位上有相似性。对于来访者或者当事人遇到的问题,咨询师和法官都应当处于“中立地位”,不应当存在利益上的关联性、情感上的倾向性。这就是心理咨询上比较重要的“超然”规则,即如果心理咨询师和来访者之间建立了超出咨询之外的关系,则心理咨询师应当通过将来访者转介给其他咨询师等方式中止咨询。同样,在法官和当事人之间,利益上的关联性是被法律所禁止,而情感上的倾向性,也是公认为有损司法中立,应当避免的一种情况。

第二,二者在对象上有相似性。两者运用心理学的对象往往是生活中遇到难题的人,例如人际关系问题、情感问题、危机事件等与其自身心理状态高度相关的问题,而且这些问题的解决超出了他们自身的心理调节能力,需要借助外力的帮助。

第三,二者在目的上有相似性。两者的目的都是帮助来访者或者当事人消除心理障碍,解决生活难题,具有明确的问题导向性。

第四,二者在手段上有相似性。两者都是通过心理学知识、技巧的运用来实现对来访者或者当事人的积极影响。

但是,心理咨询师和法官对心理学的运用又具有一些不同点。

第一,二者介入的心理深度不同。尽管两者都需要解决具体的问题,但从心理学角度来看,法官运用心理学主要是为了化解诉讼矛盾,而非彻底解决当事人的心理问题,其目标更趋于表面化,是一种治标之术。虽然实践中,有个别优秀法官在个别案件中能够做到从更深层次为当事人的心理问题治本,但并不能因此而抹杀两种职业的本质区别。心理咨询则着眼于从根本上解决来访者的心理问题,协助对方认识接纳自己,进而欣赏自己,并克服成长的障碍,充分发挥个人的潜能,使人生有着更为整合和丰富的发展,迈向自我的实现,是治本之术。这也是这两种职业在本质要求上存在的重大差异。

第二,二者的地位不同。咨询师和来访者之间是平等的主体关系,但法官的职业身份,使其手握裁判大权,从一开始就和当事人处在不平等的位置上。因此,心理咨询师的结论对当事人只具有建议或参考作用,但法官的结论则通常具有强制性。

第三,二者是否具有可选择性不同。心理咨询师和来访者之间是相互选择的关系,来访者可以根据自己的需要选择其认为合适的咨询师,而咨询师也可以根据自己的专业特长选择适合自己的来访者。但在诉讼中,原则上法官和当事人之间不存在这种相互选择性,除非出现法定的回避事由,否则当事人不能选择法官,法官也不能选择当事人。

第四,二者工作对象数量不同。咨询师和来访者之间一般是“一对一”,在特别的情况下,例如家庭疗法中,才会出现“一对多”的现象。而法官和当事人之间肯定是“一对多”,至少会涉及两方当事人。因此,法官进行心理影响的过程,不限于法官和当事人之间的心理互动,还包括如何促成双方当事人之间的心理互动。而且,大多数情况下,司法的中立性特征还要求法官尽量减少“一对一”的单独接触(即避免单方接触原则)。

第五,二者在手段上不同。咨询师可以根据来访者的需要和自身的专业特长,选择不同的咨询技术,包括精神分析疗法、存在主义疗法、来访者中心疗法、格式塔疗法、行为疗法、认知行为疗法、现实疗法和家庭系统疗法。但法官囿于审判活动的性质,仅能适用有限的咨询技术,精神分析法、存在主义疗法、格式塔疗法等均无法系统地适用(当然,个别案件中可以就其某些技术作出运用)。也就是

说,心理学手段在法官职业中只能是从属性手段,而在心理咨询师职业中却是核心手段。

通过上述比较,不难发现,心理咨询师和法官对心理学的运用,可以简单地归结为两点:(1)对来访者、当事人施加心理影响的目的决定了两者的相似性;(2)法庭裁判活动的特性则决定了两者之间不同。基于这样的观察,我们将法庭上的心理学定义为是法官在审判过程中通过心理学知识和技巧的运用,对当事人施加心理影响,帮助当事人消除心理障碍,引导其理性对待诉讼,妥善处理矛盾的一种方法。

三、心理学对法官提出了一些什么要求?

心理学无处不在,法官在日常的裁判活动中也会自发地运用一些心理学的知识和技巧,但要从自发行为上升到自觉行为,其必须具备一名心理咨询师应有的专业素养。必备的心理学的知识和技能之外,一个很重要的条件是,法官必须把自己定位成是司法裁判和心理咨询的统一体,要努力培养一些咨询师应当具备的个性特征。当然,作为人民法官,我们始终都强调要有和人民群众同呼吸共命运的归属感,要能动司法,想群众所想,急群众所急,主动服务人民,服务社会。因此,从法官职业的人民性出发,以下这些心理咨询师应当具备的个性特征也可以说是一名新时期法官应当具备的个性特征。

(一)真诚和诚实

法官对当事人心理产生有效影响的前提是法官和当事人之间建立必要的信任关系,这种信任关系除了对法官法律专业技能的信任,更多的是对法官个人品质的信任。因此,法官在和当事人交流过程中,必须尽力做到真诚和诚实,把自己塑造成一个“可以信赖的人”。例如,在交流中,可以适当地进行“自我暴露”,透露自己过往的经历、自己的情感体验等个人信息,来消除当事人防御心理。但对真诚的理解不能机械、绝对,法官不能沉浸在当事人的遭遇中自我发泄或宣传自己的个人主张,使当事人对法官的权威性产生质疑或误解。换句话说,法官在与当事人的心理交流中始终不能有悖自己的职业角色。例如,法官与异性当事人谈话,即应当与同性当事人谈话有别。

有的法官为了说服当事人,如调解或劝说当事人放弃上访,有时会做出一些

不切实际的承诺或误导当事人的说明。事后又寻找种种借口来搪塞或敷衍。这种做法,实在可以称之为饮鸩止渴。殊不知,一次不真诚或不诚实的言行会给法官带来巨大的损害。法官赖以建立自己权威的,是信任。不真诚或不诚实的言行,会使当事人的信任荡然无存。所以,法官在职业生涯中,不应该采用有违真诚或诚实的方法来对待当事人。

(二)对当事人的幸福有诚挚的愿望

法官职业的“人民性”决定了法官不能把自己定位成一名法律技师,不能仅着眼于案件的法律效果,还必须注重案件的社会效果。而社会效果的核心,就是从根本上化解矛盾,着力提高利益相关人的福祉。

其实,法官在办案活动中,最能打动当事人的,是法官内心对当事人充满着同情心,在法律的框架内始终设身处地为当事人考虑,希望当事人能够尽早摆脱诉讼或心理阴影,尽快走上幸福快乐的生活之路。心灵的力量是强大的。法官内心的这种力量,也同样能够打动当事人。袁月全、宋鱼水、陈燕萍等法官在这方面,具有基本类似的特点。

(三)对法治事业的使命感

要兼顾案件的法律效果和社会效果,意味着法官在适用法律时,要更多地关注法条之外、情理之中的因素,意味着更多的付出和压力。很多时候,法官作为权力的运用者,对案件的处理具有较大的自主权。当事人内心是否愿意接受,法官完全可以不屑一顾;当事人对于司法裁判的感受,法官可以置之不理。但是,一名优秀的法官,却必须将社会的、法律的、情理的多种因素融入自己的司法过程。

这种融入给法官带来的,绝不只是像做算术题一样对法律条文的加加减减。要做到完美的融合,法官必须付出更多的努力,有时,为了一个事实细节或者为了从社会争取到更多的支持,法官必须克服许多的困难和障碍。能够让一名法官做到这些的,只有强大的价值观和使命感。对于法治事业,法官既要拥有超凡脱俗的价值观,又要拥有脚踏实地的使命感。能够从工作中得到超出名利和报酬之外的意义。唯有如此,才能支持他始终保持对当事人的人文关怀。

(四)要尊重文化差异

心理学倾听技术中,有一项非常重要的技术,叫做理解当事人的内部参照系,即倾听者应当从当事人的角度看问题。心理学认为,积极倾听和理解,应当建立

在进入对方的内部参照系而不是根据倾听者自己的外部参照系。内部参照系包括价值观、文化背景、身份等多方面的因素。

法官职业必须与形形色色的人打交道。这些人的地位、教育程度、个人修养等有高有低。法官同样必须信守“尊重当事人的内部参照系”规则,不能因为他们存在这些差别就产生歧视。这就要求法官尊重文化差异,能理解和尊重不同身份、性别、年龄、社会地位的当事人。我们强调法律的社会效果,就是强调要“具体问题具体看待”。因此,一名好的法官,必须能够将抽象的法律条文具体化为现实的法律纠纷,必须能够将抽象的法律条文平等地适用于存在着种种差异的当事人。

(五)能维持健康的界限

尽管从法律角度来观察,法官的裁判活动是单向的,只指向当事人,与法官无直接的利害关系。但从心理学的角度来观察,任何心理干预的结果都是双向的,既对当事人产生影响,也对法官产生影响。这种心理上的“带人”,要求法官必须具有较强的自省能力,能了解并坚持生活和工作的界限,不把当事人的问题带到私人生活中去,也不把私人生活带入法庭活动中。这也是维持法官心理健康的一条基本界限。

有的法官在家中闹矛盾,情绪不佳,如果把这种状态带到法庭上,其结果自然会出现种种问题。反之,如果法官在法庭遇到一些极为棘手的难题,引起心理上的烦躁,就应当学会把这种心理状态及时放下,学会让自己的私人生活不受法庭活动的影响。

四、法庭上需要哪些基本的心理学技术?

和心理咨询一样,法官在对当事人进行心理影响的过程中,也需运用到一些基本的心理学技术,包括集中注意技术、提问技术、言语交流技术和影响技术。

(一)非言语交流技术

非言语交流技术,是集中注意技术的一个很重要的方面,与言语信息一样,是法官和当事人进行有效沟通的前提。与言语交流相比,非言语信息较少受到意识的监督、检查,因此往往更能提示我们当事人言语背后所隐藏的信息。它常常为我们指出探索来访者内心真实的想法和感受的正确途径。非言语交流主要是由

外貌、体态、辅助语言、空间的使用等组成。

外貌,是指一个人的身体以及他的着装、打扮和卫生。一个人的外貌,往往是对其生活状况的有效注释,也是其人格特征的外在反映。例如,法院接待人员在接待上访十余年的某当事人时,发现该位女士虽然长期上访,但穿着打扮却十分得体,还略施薄妆。结合其谈吐,接待人员认为其对生活质量的要求较高,内心仍然崇尚理性的生活,于是,便制定了对案件进行详尽深入地辨法析理、对个人生活秩序的重建进行逐步引导这样一个核心对策。这一对策最终被证明为非常有效。又如,《熟悉的陌生人》一文,许艳婷法官就是通过对当事人衣着打扮等外部特征入手,进而分析出当事人的心理状态,最后成功调解该案。

体态是指整个身体或身体的各个部分,包括头、脸、眼、嘴、肩膀、四肢及躯干的运动。一般而言,越是远离大脑中枢的躯体部分,其运动越少受意志的控制,越能反映出当事人的真实心理。例如,紧张的人常常会不自觉地紧握双手,而愤怒的人则更容易被自己的双脚出卖。

辅助语言,是指声音和言语的非言语部分,包括音量和音高、言语的速度和流畅性以及言语的表达方式。辅助语言的解释价值不在于它们本身,而在于它们在当事人身上的变化。因此,只有把它们放到特定的情景中去,才能更好地理解和解释它们。比如,如果在谈到某一问题时,当事人的音量明显降低、语速明显减慢,则你可能就需要考虑答案的真实性。例如,谢寿山法官在《你的房子谁“做主”》一文中,在询问当事人是否知道涉讼房屋被交易掉的事实时,就非常好地通过当事人的音量和语速把握了当事人心虚的心理状态,为后面的工作创造了良好的条件。

空间的使用,包括当事人对距离和位置的安排,也能在一定程度上反映出当事人的心理。例如,在一些家庭纠纷中,家庭成员在法庭选择的位置和相互之间的远近距离,往往更能准确反映出这个家庭的关系结构。合理地利用好空间,也能在心理上产生一定影响。例如,在《我要在上海有房》一文中,法官在谈话过程中,就采取了与当事人并排而坐的方法,从而接近了与当事人的心理距离,很快就了解了当事人的诉讼目的,为该案的调解奠定了坚实的基础。

(二) 倾听技术

倾听技术是心理学上的核心技术之一。正确的倾听对于人际关系质量的改

善具有极大的作用；反之，人际关系会受到极为不利的影 响。倾听有七个方面的作用：一是有利于谈话双方建立信任关系；二是有利于双方建立理解和沟通的桥梁；三是有利于当事人正确表达内心想法；四是有利于帮助当事人平复或控制情绪；五是有利于让倾听者更多地了解当事人的信息；六是有利于建立影响基础，为当事人理解和接受倾听者的建议奠定基础；七是有利于帮助当事人勇于承担责任。所以，倾听被认为是心理学上尤其是心理咨询领域的核心技术。虽然听觉正常的人都知道怎么听，但并非每个人都懂得倾听。正确的倾听，意味着法官必须接受当事人的所有信息，而不仅仅是只用耳朵去听，必须把注意力全部放在来访者的身上。在倾听的过程中，有着一系列的技术。

技术一：保持尊重与接纳的态度。要求倾听者做到专注，即内心平静、心无旁骛。同时，要求创造一个有助于交流的环境。对于离婚、抚养等家庭纠纷的第一次开庭，应尽量选择在调解室进行，通过柔化环境的方式来降低双方之间的对立感，促进沟通。边处理其他事务边听的做法是对当事人的不尊重。《我娘如有个好歹法官得给个说法》一文中，唐杰英法官就较好地采用了这一技术，获得双方当事人的认可，最终成功化解该案。

技术二：理解当事人内部的参照系^①。所谓内部参照系，是指当事人理解事物的角度和方法。倾听者要有足够的自我觉察，能够对当事人的陈述保持开放态度，不以自己的态度或成见影响对来访者的理解。这项技术要求倾听者必须先从当事人的角度理解当事人所说的一切，不能急于用自己的价值观或自己的视角对当事人进行反驳。《上法院去告吧》一文中，张枫法官就成功地站在当事人的角度找出了当事人十分激动的刺激源，从而采取了针对性的措施，最后成功解决该案。

技术三：正确接收并理解言语信息。当事人所采取的音量、清晰度、语速、音调及重音等都会透露出相关信息，倾听者要善于将这些信息捕捉到。例如，当事人在提到某个人时语速放慢了，而且声音变得柔和了，有可能就会透露出这个人对于当事人比较重要并且感情方面比较好这样一个重要信息。又如，当事人感

^① [英]Richard Nelson-Jones 著：《实用心理咨询与助人技术》，江光荣译，中国轻工业出版社 2008 年版，第 83 页。

到焦虑不安时,经常会提高音调^①。

技术四:正确接收并理解身体语言。当事人的面部表情、目光、手势、身体姿势、服饰等都会透露出重要信息。倾听者应当予以关注。当然,身体语言的解析,需要经过一定的专业训练。

技术五:激励当事人倾诉。鼓励当事人说出自己的内心想法,是倾听的一项重要任务。激励方法,主要在于向当事人表明自己对其倾诉感兴趣。倾听者可以直接告诉当事人“你说得很详细,请继续”或者“嗯”等语言,也可以通过身体语言向来访者表达自己愿意倾听、正在倾听以及能够理解当事人的态度,鼓励其继续陈述。

对个体差异有充分的觉察,以适应每位来访者的个人需要和偏好。例如在法庭语言的选择上,要充分考虑到当事人的语言习惯,尽量让其用自己熟悉的语言来陈述。

提问,也是一种激励方法。提问往往可以向当事人表明倾听者愿意就某一问题深入了解下去,或者向当事人核实某些信息,或者向当事人强调某些信息的重要性。

技术六:理解和解释。倾听者理解了当事人的意思是一回事情,向当事人表明自己理解则是另一回事情。表明理解是对当事人最大的鼓励,同时,也是一个核对自己理解正确性的方法。所以,倾听者要努力排除妨碍交流的自身障碍。在注意倾听当事人陈述,学会理解其外显和隐藏信息的同时,要特别注意自己对当事人的反应。

有时,当事人说的会特别多或者特别乱。此时,倾听者若适当帮助当事人归纳,再询问其自己归纳得是否正确,能使倾诉者感受到被尊重,进而加深信任。这一方法在法庭上特别有效。遇到特别啰唆的当事人,法官有时会提醒当事人发言简明扼要,但啰唆的习惯是无法在法庭上当场改正的。这种情况下,如果法官过多打断当事人并提醒当事人发言简明,势必会引发当事人的不满,如果不采取一定的方法,法庭审理就会陷入拖沓。最好的方法就是法官帮助归纳一下。归纳,

^① [英]Richard Nelson-Jones 著:《实用心理咨询与助人技术》,江光荣译,中国轻工业出版社 2008 年版,第 86 页。

其实就是一种理解和解释方法。这种方法等于告诉当事人，法官认真听取了他的陈述，并且听懂了，同时，还相当于告诉他，不需要再重复了，避免了直接指责当事人发言不简练。

技术七：运用情感反应。情感反应包括对当事人情绪和体验发生移情，将之回应给当事人。比如，当事人提及家人去世或重病时，倾听者如果适时表现出强烈的同情心，如说一声“哎呀，那太不幸了”或者“你经历这一切，一定很不容易”等，就会很容易被当事人接受或认同。

情感反应，一方面要求真实，否则无法建立情感共鸣。但是，又必须适度，如果不适度，可能引起与职业准则相悖的后果。

技术八：运用心智技能控制倾听者自身的主观干扰。心理学认为，倾听者作为一个个体的人，同样会受到自身心智的干扰。因此，倾听者完全有必要运用心智技能来指导自己的倾听行为。倾听者必须区分自己与当事人之间不同的价值判断标准，以避免倾听中两个经常犯的错误：过分评判和给予不必要的建议。这两个错误会影响倾听的进程。倾听者应当建立自我知觉，在倾听过程中不断提醒自己，让自己能够觉察到自己的精神状态，包括提醒自己是否过于主观，是否已经表现得足够谦逊，是否处于焦虑状态，等等。一个优秀的倾听者，首先是一个谦逊的人。否则，会很容易曲解当事人的经历。倾听者还要学会采取建立自我对话、建立视觉表象、建立解释及建立期待等心智技能。

技术九：控制最初的阻抗。阻抗是指妨碍沟通的主观因素。阻抗是接待过程中最为常见的一种现象。它会阻碍沟通目的的实现。阻抗产生的原因有多种，有的是当事人自身的内心矛盾，有的是倾听者的行为与当事人期待差距过大，有的则是利益因素，等等。倾听过程中，如果倾听者处理不当，有可能会强化阻抗。反之，如果采取适当方式处理，就有可能消除阻抗。处理阻抗，可以运用积极倾听、允许对争议问题进行讨论（有时表现为允许当事人先保留自己的意见）、鼓励协作、争取当事人的利益等心理学技术。

阻抗在司法实践中也是极常见的现象，尤其是在一些上访案件中，许多上访人阻抗相当明显。所以，掌握好基本的消除阻抗的技术，对于做好当事人的思想工作，具有十分重要的作用。

技术十：对背景和差异的理解。要想深入理解当事人，理解当事人的背景至

关重要。当事人的行为受其价值观支配。而价值观通常又在背景影响下形成。当事人的背景包括文化、教育、家庭、民族、宗教、社会地位、健康等要素。掌握这些因素,对于理解当事人及采取心理学对策具有帮助作用。例如,对于眼见微利的当事人,只需晓以利害,分析其行为成本收益效果即可;对于不在乎名利,却比较认死理的当事人,只需把形成其死理的症结点找到,并加以详细的阐述即可。

(三) 提问技术

提问,是法庭审理中最常用的技术之一。通过提问,我们可以促进与当事人的交流,可以鼓励当事人自我暴露,澄清问题,增强其自省。但在提问的过程中,我们必须避免问一些不恰当的问题,法庭上常见的包括以下几类:

1. 暗示性问题和假设性问题

暗示性问题表面上像个问题,实际上是在提供隐藏的建议。例如,“你不认为……”、“你可以……”、“你曾经考虑过……”假设性问题则给来访者一种印象——法官期望得到某个特定的答案。例如,“但你已经……是吗”、“但你还没有……是吗”、“你真的不想……对吗”。

这类问题很容易让当事人产生法官对案件已有倾向性意见的猜想,特别是在法官和当事人初次接触时,不利于双方之间信任关系的建立。

2. 评判性问题和攻击性问题

评判性问题通常以“为什么”开头的。攻击性问题与评判性问题密切相关,但它们更明显。例如:“你为什么要告诉我这个?”“你有没有在听我说?”“这有用吗?”“那又怎样?”

这类问题常常会让当事人感觉,法官有凌驾于当事人之上的优越感,从而感到不舒服甚至是尴尬和羞辱,进而产生防御。

3. 控制性问题和封闭型问题

控制性问题是指导单方转换话题的问题,例如“这个问题你已经讲过了,接下来你讲一下……”封闭型问题是指当事人可以用非常简单的词语,甚至用“是”、“否”来回答的问题。

这类问题容易使当事人感觉到自己不被尊重和重视,产生不信任感,从而进行抵御。同时,也不利于法官全面收集信息,做出准确评估。

除了上述这些应当避免的问题外,法官在提问的时候还应当做到有的放矢,

清楚自己提问的目的,并掌握好提问的时机,尽量不随便打断来访者的谈话,等到当事人出现停顿后再提出问题。同时,要及时给予反馈,即在继续提问之前,适时地对前面的提问和回答做出一些总结,让当事人感到法官在关注并理解他,然后继续提问。需要指出的是,如果法官要转换话题时,也可以采用先反馈后提问的方法,减轻当事人的抵触情绪。参见下例:

法官:××,你刚刚就你们之间感情没有破裂这个问题提出了自己的三点看法,那接下来你是不是能够谈一谈如果双方和好后,你愿意在行动上做哪些改变?

当事人:好的,……

(四) 言语交流技术

言语交流技术,是指法官通过言语的方式对当事人做出恰当的反应,使当事人感到被倾听、被理解,促进当事人作进一步的交流和自我暴露。这些技术包括鼓励、重述、释义和反射。

1. 鼓励

鼓励技术主要有五种表达方式:第一种是非言语表示,比如身体前倾、点头等,示意当事人继续讲;第二种就是简单重复当事人刚刚讲过的话;第三种是使用感叹词,比如“嗯”、“唔”等,同时配合非言语表示;第四种是关注重点,如“关于这一点,是不是可以说得再详细一点”或者“能不能再说一遍”;第五种是短语鼓励,也是最常用的一种方式,例如“请继续讲”、“接下来呢”。

2. 重述和释义

重述,是抓住当事人的一个简单问题的实质,然后用他本人的话,而非法官的话,反馈给当事人。释义在结构上与重述相似,但是用法官自己的话。这样,就可以捕捉到当事人想要表达的细微差别。通过重述和释义,法官能够向当事人传递其关注的焦点,以及其正在注意听来访者讲话。同时,还可以向当事人核对和澄清,以确定法官是否正确地理解其试图表达的内容。

原告:如果警察不阻拦的话,我就能早一点把女儿送到医院,她可能就不会死了。

法官:你的意思是说,如果警察不阻拦的话,你女儿可能就不会死。

法官的这一释义点出了当事人着重要表达的警察阻拦和女儿死亡之间的因果关系这一层意思。

3. 反射

反射比重述和释义更近一步,除了把当事人讲话的重要内容重新表达外,还要将交流中察觉到的当事人潜在的信息和情感反馈给来访者,使当事人在感觉到其在一个更深的层次上被理解,进而加深法官和当事人的关系。

例如,对上例中当事人的陈述,反射可以是:你是说,如果警察不阻拦的话,你女儿可能就不会死。但你对这个结果并不肯定?较之前的释义,反射进一步指出了当事人陈述中透露出的对女儿不会死这一结果的不确定感。

(五) 分析技术

心理学上的分析技术也非常重要。关于人的知觉模式、归因模式的研究,极大地加强了心理分析的准确性和力度。

知觉是指人们对生活环境中的事物赋予意义的过程。当人们将这个过程应用于人际关系时,就是在进行人际知觉。^①每个人的知觉都经历信息的选择、组织和解释三个基本阶段。在每个阶段中,人们的知觉都会自觉或不自觉地受到主客观因素的影响。这些因素会影响到人们知觉的准确性。心理学的研究表明,人们的知觉有时非常脆弱,存在很多偏差,而且很多偏差是在人们意识觉察之外发生的。影响人们知觉的主要有七个方面的因素:一是简单归类,即人们倾向于简单概括他人,并将这种概括应用于认识他人,类似我们通常所说的将人脸谱化;二是首因效应,即通常所说的第一印象;三是近因效应,即刚刚发生的事情容易对人发生更加明显的影响;四是知觉定式,即人们只是知觉自己想要或期望知觉到的事物的倾向,是一种主观性比较强的现象;五是自我中心,即缺乏从他人视角看问题的能力,是现实中比较容易引起矛盾、误解的重要因素;六是积极偏差,即积极信息引起的知觉偏差,“情人眼里出西施”就是一种典型的积极偏差现象;七是消极偏差,即消极信息引起的知觉偏差,如人们更容易对刑满释放人员有不好的印象,尽管许多刑释人员已经正常回归社会。^②

了解知觉技术,不仅有助于我们更好或更理性地做出判断,也有助于更好地

^① [美]科里·弗洛伊德著:《沟通的力量:成功人际交往12法》,李育辉译,机械工业出版社2011年版,第90页。

^② [美]科里·弗洛伊德著:《沟通的力量:成功人际交往12法》,李育辉译,机械工业出版社2011年版,第97~106页。

理解他人知觉偏差的形成原因,从而更有针对性地展开思想工作。

归因模式,对于理解当事人的一些行为以及有针对性地做当事人的思想工作具有重要意义。心理学上常见的归因错误可分为自我服务偏差、基本归因错误和过度归因。

自我服务偏差,是指我们倾向于将自己的成功归因为稳定的内部因素,而将失败归因为不稳定的外部因素。^①如官司赢了,有的律师会认为这是自己水平高;官司输了,则会认为是因为对方当事人“搞定”了法官。

自我服务偏差,在婚姻生活中经常会表现得比较明显。例如,婚姻关系正常时,人们倾向于将配偶的正向行为归因为内部因素(他没有迟到是因为他很喜欢我),将负向行为归因为外部因素(他迟到是因为他太忙了)。婚姻关系不正常时,人们倾向于反过来归因:如果他没有迟到,是因为他本来就要早点过来办事情;如果他迟到了,是因为他早已不把我放在眼里了。掌握了自我服务偏差原理,法官就会有意识地启发当事人正向理解他人行为,从而做到正确归因。在办理离婚案件中,那些调解率比较高的法官,基本上都有一个共同的特点,即善于启发双方回忆初恋时的场景,从而使双方重新思考和理解对方的行为。

基本归因错误,人们习惯于将别人的行为归因为内部因素而不是外部因素。^②例如,患者到医院看病,医生用了不到三分钟的时间就给他开了方子,患者会立即认为这个医生不负责任。而事实上,这个医生之所以那么快,是因为另外一个同事缺勤,他一个人要承担两倍于平时的病人数。又如,高速公路收费口错误地多收了一笔高速通行费,人们会立即将问题归结为高速公路乱收费。其实,这个收费口非常规范,高速公路收费差错率已经远低于其他收费口。这次差错只是因为工作人员太过疲劳引起。这些都属于基本归因错误。有经验的法官时常会遇到急于下结论的当事人。这些当事人中,有不少就是属于基本归因错误。也有的法官在接待当事人时,当事人话还没有说完,就开始进行批评和反驳。这样也很容易陷入基本归因错误。理解这一点,有助于法官耐心细致地听取当事人的

^① [美]科里·弗洛伊德著:《沟通的力量:成功人际交往12法》,李育辉译,机械工业出版社2011年版,第109页。

^② [美]科里·弗洛伊德著:《沟通的力量:成功人际交往12法》,李育辉译,机械工业出版社2011年版,第109页。

意见或者向当事人进行释明活动。

过度归因,即人们容易从他人身上挑出一两个最明显的特征,然后把他所有的行为都归因到这些特征上。^①例如,某人比较容易走极端,于是有很多次他提出一些并非极端的观点,但周围的人仍然认为他的观点很极端。或者人们很容易把自私与独生子女、挑剔与女人简单地联系起来。与其他群体一样,法官也很容易出现过度归因现象。证据规则上要排除品格证据,其目的也是为了避免过度归因。

可见,心理学技术对于法官理解当事人、让当事人理解自己,避免犯下一些常识性的错误具有直接帮助。

(六) 影响技术

影响技术是法官用以加强当事人的内省、调整错误认知、行为的一类技术。常用的影响技术包括对质、解释、指导和建议。

1. 对质

即法官有意识地指出当事人的行为、态度、感受和想法之间的矛盾和不一致的地方。其目的是加强当事人对自身问题的觉察和理解,并由此激发当事人改变的动机。需要注意的是,对质必须是在法官和当事人之间建立了良好的信任关系之后才能进行。同时,对质还必须注意方式方法,要以共情、关心和帮助的态度进行,绝不能让当事人感觉到法官的对质是对他的批评、指责。

2. 解释

即指法官根据当事人的成长经历、人际关系以及社会学习的理解,为当事人当前的矛盾、需要、情感、想法、行为等提供解释。解释是一项加强来访者内省的技术,可以帮助当事人更加客观、积极地看待自己。在具体的处理过程中,解释的应用也要因人因案而异。对于一些自省力比较强的当事人,法官要做的是只是“扰动”,而不必给出明确的解释。但对于婚姻家庭等涉及人际关系处理的案件,法官应当尽可能地对当事人的想法和行为做出解释。因为在这类案件中,引发纠纷的原因除了可能的利益冲突外,更多的是因为认知模式不同导致的思想冲突、

^① [美]科里·弗洛伊德著:《沟通的力量:成功人际交往12法》,李育辉译,机械工业出版社2011年版,第110页。

行为冲突、情感冲突。要实现案结事了的目的,法官必须就认知问题和当事人进行探讨,做必要的解释,从源头上遏制矛盾的发生或进一步恶化。

3. 情绪平复或控制

心理学对情绪控制也有很多很好的处理技术,如情绪的识别技术、情绪评估技术、情绪消解或平复技术,等等。例如,当事人从快声快语到沉默不语时,可能处于沮丧、绝望、愤怒的暴发点或平静等不同的情绪状态。运用好有效的情绪技术,一方面有利于及时对情绪进行识别,另一方面也有利于及时采取措施,使不良情绪恢复正常。如果违背情绪规律,就有可能会出现火上浇油的结果。这种技术的作用,在法庭上有时也会表现得比较明显,如一方当事人发言尚未结束,另一方当事人就打断并加以反驳,法官应立即制止,避免双方直接交火。在当事人话语中包含有人身攻击成分时,亦应立即指出。这种通过规则设定的方法,就是一种非常好的情绪控制技术。

4. 指导和建议

两者都是对当事人施加影响的方法,区别在于指导是直截了当地告诉当事人该怎么做,而建议则是给当事人提供参考性的信息,帮助当事人思考他的问题,但当事人是否采用则由其本人决定。指导和建议是否作为心理咨询的技术是存在争议的。反对者认为,心理咨询的目的是助人自助,心理咨询师不是传道者,也不是专家,应当保持价值中立。因此,咨询师在咨询过程中不应当给出具体的指导和建议,否则很容易导致观点强加。但在法官处理案件的过程中,这是不可或缺的一步。一方面法官要切实解决双方之间的纠纷,就必须促使双方做出行为上的改变,而且这种行为改变必须是即时的(相对于心理咨询),不能坐等当事人慢慢地觉悟。另一方面,法官在处理纠纷的过程中,还承担着一定的教育功能,既有狭义上的对各类行为法律评价的宣传,又有广义上的国家社会的主流价值观的宣传。可以说,法官处理案件的过程,实际上就是用主流价值观去同化当事人的过程。正是基于上述两点职责的考虑,法官在处理案件过程中必须要给出指导和建议。但在具体运用时,有两点需要注意:第一,在给出指导和建议之前,首先应当询问当事人自己是否有相关的处理建议或方法。充分发挥当事人自己的力量,在这一点上,法官和咨询师的要求是一致的。当事人始终是最了解自己的,也是自己利益的最佳判断者。第二,在给出指导和建议时,要先做出解释,即法官不仅要

告诉当事人怎么做,还要告诉当事人为什么要这么做。

五、法庭上常用的心理咨询技术有哪些?

由于法庭裁判活动的特殊性,心理咨询技术在法庭上的应用也有其局限性。从实践来看,常用的心理咨询技术主要包括四种:认知行为疗法、家庭系统疗法、现实疗法和来访者中心疗法。

(一) 认知行为疗法

认知行为疗法是一类心理治疗的总称,其共同特征都是以改变适应不良性认知从而促使心理障碍的好转为目标。目前,称为认知行为疗法共有二十几种方法,包括众多的流派。其中,比较具有代表性的有阿尔波特·埃利斯的合理情绪行为疗法(REBT),阿伦·T. 贝克的认知疗法(CT)和唐纳德·麦生保的认知行为疗法(CBT)。认知行为疗法有三条基本原理:第一,认知是情感和行为反应的中介,引起人们情绪和行为问题的原因不是事件本身,而是人们对事件的解释。第二,认知和情感、行为相互联系,相互影响。负性认知和情感、行为障碍互相加强,形成恶性循环,是情感、行为障碍迁延不愈的重要原因。因此,打破恶性循环是治疗的一个关键。第三,情绪障碍的患者往往存在着重大的认知曲解,这些认知曲解是患者痛苦的真正原因,一旦认知曲解得到识别和矫正,患者的情绪障碍必将获得迅速改善。认知行为疗法的基本步骤为:找出错误的认知,挑战错误认知,做出认知调整。

在《我只是拿回属于我自己的东西》一文中,当事人许某因为早年事业和婚姻上的失败,形成了一个失调性的认知假设:他人是不能信任的,人与人之间的关系是很脆弱的。此后,她拒绝工作和婚姻,对周围人也始终保持着安全距离,极度害怕付出之后再次遭遇背叛。因此,当她对原告一家付出很多却换来原告的猜忌和侮辱时,失调性假设一下子被激活了:我又遭遇了一次背叛。于是,多年来郁积在心底的委屈、愤怒一涌而出,引发了一系列的非理性行为。坐拥上千万资产,却为了2000元钱从居委会一路吵到法院,借钱不还,寻死觅活,甚至大闹法庭。本案中,法官正是通过认知行为疗法,帮助原告找到了这一错误认知,并成功对其进行调整,最终促成了许某的理性回归,也使案件有了圆满的结局。

（二）家庭系统疗法

家庭系统疗法是基于家庭动力及其组织的假设而开展治疗的方法。其创始人阿尔弗雷德·阿德勒。家庭系统观点认为，通过评定家庭成员两两之间和相互之间的作用，个体能得到更好的理解；家庭成员的某些行为或症状可能是家庭系统内部一整套习惯和模式的表现，因而其问题可能是家庭系统内部如何运作出现状况，而不仅是个人调适不良、历史和心理社会发展的原因。因此，在心理咨询中，应将来访者和一个家庭系统相联系，与家庭一起开展工作，把家庭作为一个整体能更好地促成改变。

在《从闭门不见到握手言和的转变》一文中，当事人陆某在家中有着无法撼动的“一家之主”地位，长期以来形成了以自我为中心、自行其是的行为模式。当因为漏水纠纷被楼下邻居告上法庭时，他也始终保持一种事不关己、无动于衷的态度，拒绝应诉，拒绝现场勘查，拒绝一切针对自己的质疑和挑战。本案中，法官正是运用家庭系统疗法，通过陆某妻子反复做工作，最终促成了原被告双方握手言和。

（三）现实疗法

现实疗法是帮助来访者控制自己的行为和帮助来访者在生活中做出往往是新的和困难的选择的疗法，由美国心理学家威廉姆·格雷瑟于1962年创立，其代表人物是罗伯特·伍伯丁。它建立在控制理论的基础上，假设人们可以对他们的生活、行为、感受和思想负责。现实疗法强调选择和责任，将治疗聚焦于当前，避免聚焦于症状。无论过去犯过什么错误与现在都无关。我们只能在现在满足自己的需要。过去的已经过去，它无法改变，我们看过去的时间越多，就越会逃避向前看。伍伯丁用WDEP这个缩略语来描述用于现实疗法主要步骤。其中，W代表愿望和需要，即通过询问使来访者认识、明确、完善他们怎么满足自己需要的想法；D代表方向和行动，即通过讨论，帮助来访者做出满足需要的选择；E代表自我评价，即帮助来访者对目前的行为以及行为所引导的方向进行评价；P代表计划，即和来访者探讨、执行行动计划，使其获得对生活的有效控制。

在《你们就是我的父母》一文中，被告人袁某因失手杀害好兄弟之后，对自己的人生失望透顶，一心求死，拒绝为自己做任何的辩解，使案件的处理陷入僵局。本案中，法官正是通过现实疗法，挖掘出了被告人内心的愿望——补偿被害人，帮

助其确定了为被害人尽孝的行动方案,评估行为的可行性,并最终促成了被告人的“救赎”行为,使其找到了重生的勇气,也为年老无依的被害人父母找到了现实的依靠,上演了一出“仇人变亲人”的人间喜剧。

(四) 来访者中心疗法

来访者中心疗法是一种人本主义心理治疗方法,由卡尔·罗杰斯所创设。罗杰斯认为,人都有自我实现的基本动力和能力,是值得信赖的,潜力无穷,有悟性、有能力过上有效和富有创造性的生活。因此,来访者中心疗法强调将咨询过程中的责任放到来访者身上,咨询师只起到非指导性作用。来访者中心疗法的主要包括以下五个基本原则:一是无条件积极关注,即咨询师要无条件、全方位接受来自来访者的思想、情绪和个性特点等。二是共情。咨询师应当放弃自己的价值观,设身处地并具体、准确和深入理解来访者。三是一致性。咨询师应当抛弃职业面具,与来访者进行坦诚的沟通,具有良好的一致性、自发性和开放性。四是信任。咨询师在治疗过程中应当与来访者建立信任氛围。五是咨询关系。咨询关系是咨询的核心,咨询师必须全身心地投入来访者的内心世界中。

来访者中心疗法对心理咨询和心理治疗领域都有着重要的影响。在强调多元化咨询的今天,其所推出的无条件积极关注、共情、信任以及咨询关系首位的理念,已经渗透到很多其他的咨询技术中去。在本书的几乎全部案例中,法官都用到了这些基本的理念和方法,并且取得了积极的效果。

参考文献

1. [美]Gerald Corey 著:《心理咨询与治疗的理论及实践》(第七版),石林等译,中国轻工业出版社 2004 年版。
2. 傅安球主编:《助理心理咨询师培训教程》,华东师范大学出版社 2006 年版。
3. 张伯源主编:《变态心理学》,北京大学出版社 2005 年版。
4. [美]Jerry M. Burger 著:《人格心理学》,陈会倡等译,中国轻工业出版社 2008 年版。
5. [德]雨果·敏斯特伯格著:《基础与应用心理学》,邵志芳译,北京大学出版社 2010 年版。

6. [美]威廉·麦独孤著：《社会心理学导论》，俞国良、雷雳、张登印译，北京大学出版社 2010 年版。

7. [俄]列夫·维果茨基著：《思维与语言》，李维译，北京大学出版社 2010 年版。

8. 黄希庭主编：《法律心理学》，华东师范大学出版社 2009 年版。

做一个聪明的沟通者

宓秀范

与心理咨询师不同,信访咨询工作者不仅要能够运用心理学技巧助人自助,还要能与信访相关部门进行积极有效的沟通,最大限度地争取信访资源,为信访矛盾的最终化解提供实实在在的帮助。因此,一个成功的信访工作者,必须是一个聪明的沟通者,善于把握沟通对象的心理,占据沟通的主导地位,并最终实现自己的目的。本文向您展示的,正是这样一位聪明的沟通者。

——题记

【案情简介】

信访人张某是高院交办的重信重访化解对象,系我院审结的一起案件的当事人张某之女,她认为新长宁集团在动迁安置其父一户时少发一张产证,且楼下35平方米门面房没有按照营业用房而根据居住用房进行安置,给该户造成了重大损失,在诉请赔偿30万元未果的情况下,心有不服,多次进京上访。目前其父已故世,其弟弟(同住人)患有精神分裂者,是需要由她监护的限制民事行为能力人,张某本人也是患有肺癌的重症病人。

行动步骤一:宣泄不良情绪

十年信访路,有太多的委屈,有太多的不满,也有太多的期待。因此,在帮助张某卸下精神上的枷锁之前,我不能做什么,也不打算做什么,只想做一个安静的倾听者。尽管通过阅读信访案件资料,我已经对她有了大致的了解,但那更多是其他信访工作者眼里的张某,而不是我眼里的张某。要想做通张某的工作,化解