

用于国家职业资格鉴定

# 二级



# 心理咨询师

## 论文与成长报告精编

天津市腾龙学院 编

责任编辑 / 郑新 封面设计 / 刘昱



# 二级心理咨询师

ISBN 978-7-5308-4743-5



9 787530 847435 >

定价：61.50元

用于国家职业资格鉴定

# 二级心理咨询师论文与成长报告精编

天津市腾龙学院 编

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

二级心理咨询师论文与成长报告精编/天津市腾龙学

院编. —天津:天津科学技术出版社,2008.9

用于国家职业资格鉴定

ISBN 978 - 7 - 5308 - 4743 - 5

I. 二... II 天... III. 心理卫生—咨询服务—职业技能  
鉴定—自学参考资料 IV. R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 127300 号

责任编辑:郑 新

责任印制:王 莹

---

天津科学技术出版社出版

出版人:胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332674(编辑室) 23332393(发行部)

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

天津市武清开发区腾龙印业有限公司印刷

---

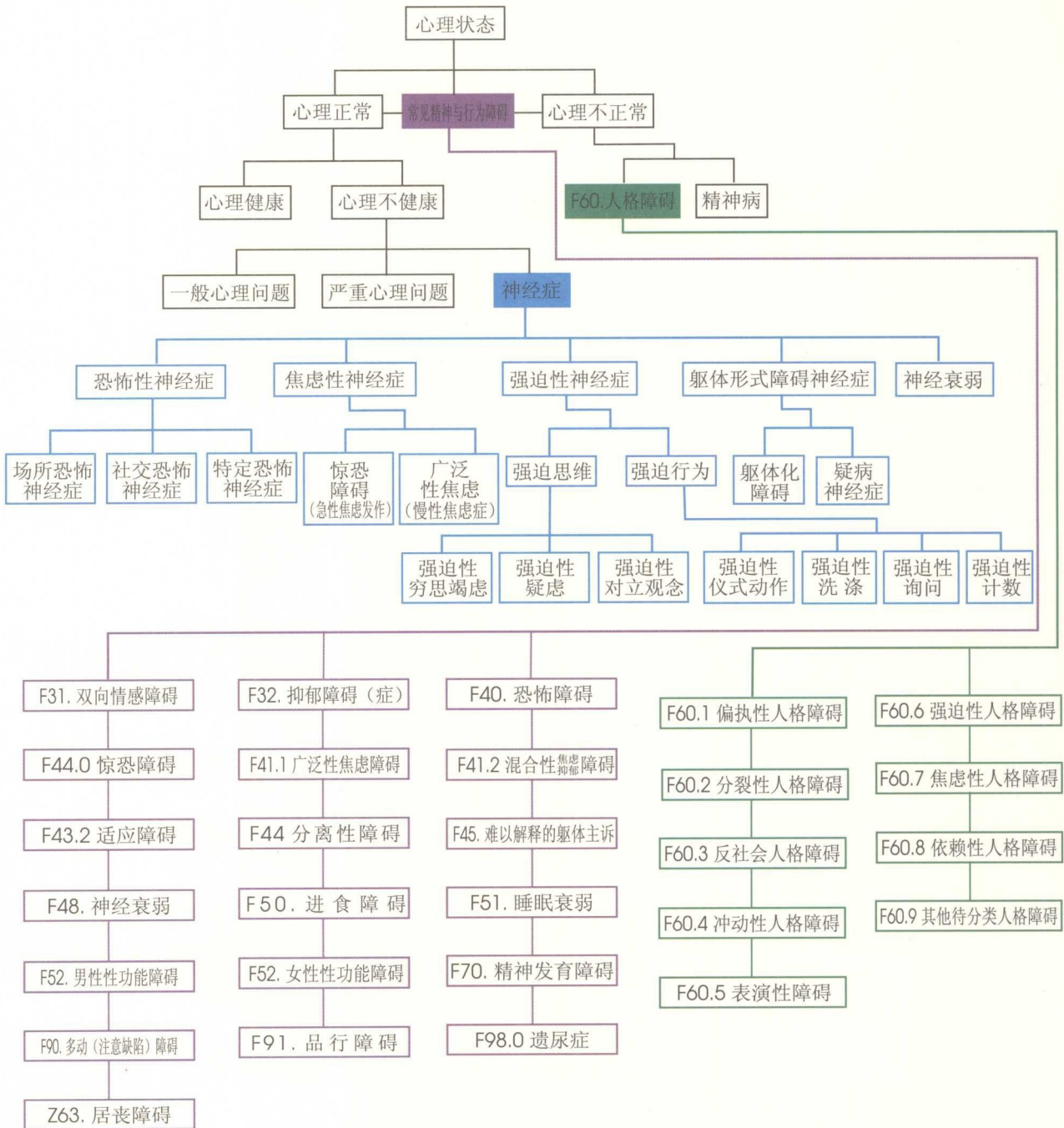
开本 787 × 1092 1/16 印张 32.25 插页 1 字数 793 000

2008 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定价:61.50 元



# 二级心理咨询师必备心理障碍知识总表



(注：按CCMD-III 2001年版分类)

# 目 录

一、一般心理问题的诊断 .....	(1)
女服刑人员入监焦虑的个案报告 .....	曹 瑞(3)
同性服刑人员情感依赖问题的咨询报告 .....	范 慧(9)
人际关系敏感咨询案例报告 .....	范晓东(14)
对一名焦虑抑郁情绪罪犯的咨询报告 .....	耿建军(18)
因教养方式引发其父致死案犯的咨询个案 .....	耿 磊(23)
一例人际关系心理问题咨询个案分析 .....	胡慧容(27)
对调监引发服刑人员焦虑情绪的咨询 .....	贾旭红(34)
一例应用认知疗法对服刑人员咨询的报告 .....	荆亚君(40)
一例即将回归引发情绪问题的案例咨询报告 .....	林 刚(45)
一名已悔过“法轮功”劳教人员的焦虑案例分析 .....	刘 艳(48)
一例服刑人员出监前产生焦虑情绪的个案报告 .....	刘耀科(53)
一名外籍服刑人员的焦虑案例分析 .....	齐向群(59)
摆脱焦虑 放飞心灵	
——焦虑心理咨询的个案报告 .....	宋志刚(64)
一例中学生考试焦虑的案例报告 .....	王晓燕(70)
焦虑情绪引发心理问题的咨询报告 .....	卫福秀(76)
适应不良引起情绪问题的案例报告 .....	李 玫(82)
对一例一般心理问题的个案分析 .....	赖国才(88)
二、严重心理问题 .....	(93)
一起自尊心受挫的咨询案例报告 .....	崔伟宏(95)
对焦虑型人格倾向的咨询报告 .....	房岐华(99)
一例服刑人员焦虑心理的咨询案例 .....	龚道联(106)
一例焦虑情绪案例分析报告 .....	韩 夏(112)
一例服刑人员情绪问题的咨询 .....	郝秀霞(118)
一例服刑人员心理咨询案例报告 .....	贺小云(125)
一例交友障碍的校园咨询案例 .....	李 耕(134)
合理情绪疗法对一名严重心理障碍服刑人员的心理咨询 .....	李 利(139)

服刑人员因焦虑引发严重心理问题的案例分析 .....	刘大彦(147)
一名服刑人员严重心理问题的个案报告 .....	刘宏(153)
因未成年子女问题引发服刑人员心理问题的个案 .....	刘宏(160)
一例罪犯的咨询案例报告 .....	柳维(166)
一封来信引发的烦恼 .....	茅鹏(176)
对一例严重抑郁并有明显自杀倾向的求助者的咨询 .....	齐文丽(181)
对一名攻击性行为劳教人员的咨询报告 .....	石磊(186)
罪犯暗恋情结的心理咨询案例 .....	万小华(191)
一例有自杀倾向女犯的心理矫治之路 .....	王翔虹(195)
一例严重心理问题的咨询案例报告 .....	吴庆强(201)
一例入监焦虑的心理咨询 .....	吴昕(207)
劳教人员所内抑郁的个案分析 .....	许云朋(214)
关于对一名“四进宫”罪犯抑郁状态咨询的案例报告 .....	闫勇(221)
一例故意杀人犯心理问题的咨询报告 .....	于海胜(226)
一例服刑人员心理咨询案例的报告 .....	张邈(231)
一例“严重心理问题”的案例报告 .....	赵东方(239)
<b>三、神经症和重性精神病 .....</b>	<b>(243)</b>
反社会型人格障碍的心理矫治 .....	王佳(261)
一例疑病性神经症咨询案例报告 .....	徐国梁(265)
一例女服刑人员疑病症的个案报告 .....	方伟(272)
采用认知疗法的个案咨询报告 .....	马光明(277)
一个罪犯的心理问题分析 .....	孙吉中(282)
对一例抑郁性障碍神经症患者的分析报告 .....	阙陆军(288)
合理情绪疗法解决抑郁性障碍发作的个案报告 .....	刘军(293)
一例成年女性抑郁症的案例报告 .....	许杰明(299)
对一例抑郁性障碍神经症患者的分析报告 .....	杨宗莉(305)
劳教人员抑郁心理障碍神经症的个案报告 .....	郑虹(309)
对强迫性神经症劳教人员的心理咨询 .....	高勇(316)
强迫性神经症个案咨询报告 .....	关海山(322)
强迫性神经症个案分析报告 .....	朱娟(329)
一则社交恐惧症心理咨询报告 .....	陈曦(334)
一例动物恐惧症的心理咨询案例分析报告 .....	薛晓莹(340)
对体育课恐怖事件的咨询 .....	董文军(346)
对一例焦虑性神经症心理的咨询 .....	张健(352)
一例焦虑性神经症患者的心理咨询报告 .....	张阳(357)
一例焦虑性神经症的咨询报告 .....	赵军(363)
<b>四、应激相关障碍 .....</b>	<b>(371)</b>
在重组家庭中的适应与成长	
——一例适应障碍的案例报告 .....	王雯(373)

创伤后应激障碍的案例报告 .....	王竹梅(378)
一例因适应障碍引发焦虑的咨询案例 .....	赵凤娟(386)
<b>五、个人成长分析报告 .....</b>	<b>(395)</b>
沟 通 .....	刘 宏(397)
自我成长分析与职业行为分析报告 .....	雨 林(401)
一事无成惊逝水 半生有梦化飞烟	
——一位心理咨询师成长手记 .....	冯 云(404)
积极乐观 享受人生 .....	薛晓莹(407)
让我们用感恩的心来走人生路	
——化解情绪 滋养心灵 感恩人生 .....	韩彦艳(412)
成长感悟与心理咨询 .....	李海东(420)
赠人玫瑰 手有余香 .....	二江山色(423)
完善自我,共同成长 .....	林 刚(427)
触摸心灵 探询真我 笑对人生 .....	阿 文(430)
风雨后的彩虹 .....	祁俊贤(435)
我的成长与心理学 .....	齐伊静(439)
个人成长分析报告 .....	孙伊娜(442)
在快乐中生活 在磨难中感悟 .....	唐朝官(446)
个人分析报告 .....	魏雯婵(449)
予人玫瑰 手有余香 .....	吴庆强(452)
风雨兼程路 铸就感恩心 .....	向 群(455)
舒展自我 奉献关爱 .....	张 颖(460)
回顾成长 剖析人生 .....	张 阳(464)
路漫漫其修远 吾上下而求索 .....	志 超(467)
明心见性 助人自助 .....	卢小荷(475)
梦在心里 路在脚下 .....	思 原(479)
我的心理咨询和心理治疗理论模式的形成和完善过程 .....	齐文丽(483)
<b>附录 .....</b>	<b>(497)</b>
国家职业资格全国统一鉴定综合评审办法 .....	(499)
论文提交封面格式 .....	(502)
论文撰写格式 .....	(503)
心理咨询师国家职业资格二级文章评分细则 .....	(504)
全国统一鉴定综合评审评分表 .....	(507)
全国统一鉴定综合评审论文评分总表 .....	(508)
全国统一鉴定综合评审登记表 .....	(509)



## 一、一般心理问题的诊断

**编者按:**根据郭念锋、虞积生两位教授组织编写教材,一般心理问题属于心理正常态中的心理不健康的第一种心理障碍类型。

### 1. 掌握一般心理问题的特点。

一般心理问题是指在近期发生的,内容尚未泛化,反应强度不太强烈的情绪问题,常能找到相应的原因,思维合乎逻辑,人格也无明显异常。这类心理问题是心理咨询的主要工作对象,心理咨询有较好的效果。

### 2. 诊断为心理问题,必须满足以下条件。

由于现实生活、工作压力、处事失误等因素而产生内心冲突,并因此而体验到不良情绪(如厌烦、后悔、懊丧、自责等);

不良情绪不间断地持续满一个月,或不良情绪简短地持续两个月而不能自行化解;

不良情绪反应仍在相当程度的理智控制下,始终能保持行为不失常态,基本维持正常的生活、学习、社会交往,但效率有所下降;

自始至终,不良情绪的激发因素仅仅局限于最初事件;即便是与事件有联系的其他事件,也不会引起此类不良情绪。

综合而言,“心理问题”,也可概括为如下几点,并给出如下定义:

“心理问题”是由现实因素激发,持续时间较短,情绪反应能在理智控制之下,不严重破坏社会功能,且尚未泛化的心理不健康状态。

但就不良情绪症状来看,与上述条件相类似的临床案例是大量存在的,但我们只要从刺激的性质、反应的持续时间、反应的强度和反应是否泛化这四个维度出发,就可以区分和鉴别哪些属于“心理问题”,哪些不属于“心理问题”。



# 女服刑人员入监焦虑的个案报告

曹 瑞

**摘 要:**本案例求助者新入监服刑,认为父母不原谅自己、不要自己,引发了焦虑情绪。本人认为这是一例以焦虑情绪为主的一般性心理问题,其原因主要是和求助者的错误观念和以自我为中心的性格有关。咨询目标为改变求助者的错误观念,改变求助者的焦虑情绪,树立起积极面对改造生活的信心,最终达到促进求助者的心理健康和发展、人格完善的目的。咨询方案实施过程中,双方建立了良好的咨询关系,并运用认知疗法进行了4次咨询,取得了令人满意的效果,实现了咨询目标。

**关键词:**心理问题 入监焦虑 认知疗法

## 一、一般资料

### (一)一般人口学资料

沈某,女,19岁,汉族,初中文化,因盗窃罪判处有期徒刑三年,现在某监狱服刑,2007年5月入监,已服刑近一个月。

### (二)个人成长史资料

沈某,无精神病家族史及相关躯体疾病史。足月顺产,独生女,深得家人宠爱,从小娇生惯养,做事任性、不计后果,初中毕业后,在父母托人帮忙的情况下参加工作,初入社会,受到社会上不良风气的影响,看到别人挎名包、开名车,高消费,生活高档、奢侈,非常羡慕,而800元的工资根本无法满足需求,父母虽然大多数时候对自己的要求是有求必应,但她们都是工厂工人,根本没有足够的经济实力来满足自己的欲望和需求。随着自我虚荣心的膨胀,就开始了有了“偷”念头,为此曾受到母亲第一次责打,但是并没有改变自己爱慕虚荣的习性,继续重复着同样的错误,直到后来因偷窃被抓、判刑入狱。在看守所3个月,父母没有去看自己。来到监狱服刑,一个月来常感到烦躁不

安、内心苦闷,焦虑、不愿说话,不愿和别人接触,后悔、认为父母不原谅自己,因为自己在看守所的3个月父母没有来看自己,认为父母不接受自己了、不要自己了,自己感觉也没有勇气去再见父母。

### (三)精神状态

求助者神志清晰,说话有条理,焦虑,烦躁不安,内心顾虑重重,感到痛苦。

### (四)身体状况

身体健康,无躯体疾病,最近一段时间睡眠质量不好。

### (五)社会功能

入监教育学习时,上课静不下心来,背诵《服刑人员行为规范》,常出错,与干警及其他服刑人员交往正常,其他社会功能基本正常。

### (六)心理测验

1. EPQ: E40, P51, N68, L50。

2. EPQ各量表的T分在43.3-56.7分之间为中间型,各量表的T分在38.5-43.3分或56.7-61.5分之间为倾向型,而T分在38.5分以下或61.5以上为典型型。

测验表明求助者个性内向倾向型,兴趣

指向内部世界,爱沉思默想,能较好地与他人相处,具有一定的环境适应能力,情绪不稳定,易产生焦虑、烦躁等不良情绪。

3. SAS:总分 59 分,表明求助者存在轻度的焦虑情绪。

4. SDS:总分 48 分,表明求助者未表现出明显的抑郁情绪。

## 二、主诉与个人陈述

### (一)主诉

自述最近入监一个月来,内心苦闷,入监学习,上课静不下心来,背诵《服刑人员行为规范》,常出错。最近一段时间睡眠不好,感觉心中特别烦,没有一点顺心事,做事没有耐心,老想发火,再这样下去,感觉快受不了了,想快点摆脱现在的心理状态,所以前来寻求帮助。

### (二)个人陈述

自己是独生女,从小在父母的呵护下长大,自己也并不是多爱学习,成绩一般,父母工作很忙,和她们几乎没时间去交流,但是自己有什么要求,父母一般都会尽量满足。小时,自己非常喜欢的一个洋娃娃,在自己强烈要求下,竟然花费父亲一个月的工资,最终还是买到手了。初中毕业后,不想再上学了,父母费了不少心思劝阻,想法给我求人找学校,但是我执意不想再上,父母感到很生气、伤心,没有别的办法,到底还是通过熟人给我找了一家单位,当看到别人挎名包、开名车,生活高档、奢侈,自己很是羡慕,而 800 元的工资根本无法满足需求,而父母都是工人,也没有足够的经济实力来满足自己的欲望和需求,于是就开始了有了“偷”念头。有一回,趁工作之便,拿了同事的手机,后被发现,很是给父母、熟人丢了脸,父母也很伤心,母亲为这个事第一次动手打了我,当时心里的感觉怪怪的,怎么会去偷人家的东西,但我确实这样做了,而且这样做了之后,觉得自己当时的那份虚荣心挺满足的。在家呆了几个月后,父母想尽办法,又托人给我找了一家单位,可是我的坏习惯并

没有改掉,我对别人的高消费越羡慕,我的虚荣心就越膨胀,自己在没有经济实力满足的情况下,就想着去偷,终于在再一次“偷”时,被抓获了。

在看守所 3 个月,父母没有去看自己,来到监狱,不愿说话,不愿和别人接触,后悔、感觉父母会不再接受自己、不再要自己了,因为自己在看守所的 3 个月,父母没来看自己,自己也没有勇气去再见父母,近一个月来常感到烦躁不安、内心苦闷,焦虑。

## 三、资料可靠性认证

### (一)咨询师观察

求助者衣着整齐,神志清晰,说话很有条理,回答问题切题,情绪有些激动,在叙述过程中较拘谨,不时唉声叹气。

### (二)监区干警介绍情况

陪同求助者来的监区干警介绍情况基本和求助者所述情况基本一致。

### (三)心理测验的结果分析

EPQ 测验结果 N 分为 68 分表明,该求助者情绪不稳定,易产生焦虑不安、烦躁情绪。

SDS 测验总分为 48 分,表明其抑郁情绪属正常范围。

SAS 测验总分为 59 分,表明求助者有轻度焦虑。

## 四、资料分析与评估

### (一)各类资料之间的关系

咨询师观察、监区干警介绍情况、心理测验结果、求助者自己陈述的情况十分相符,证明以上资料具有可信性,可以据此做出初步诊断。

### (二)主因与诱因

#### 1. 生物学因素

求助者为女性,19 岁,无精神病家族史及相关躯体疾病史,无明显的躯体疾病。

#### 2. 社会学因素

(1)求助者是独生女,幼年时深得家人宠爱,从小娇生惯养,形成了以自我为中心、

做事任性、不计后果的性格特点。

(2)求助者文化水平不高,接触社会较早,而自身正确的人生观、价值观还未形成,受社会上攀比、追求高消费等不良习气的影响,形成了爱慕虚荣的性格特点。

(3)求助者父母在其幼年时忙于工作或者是缺少教育意识,虽然物质生活上尽量满足,但是在感情上交流甚少,在意识形态及人生观、价值观上缺乏正确引导,在一定程度上,导致求助者走上违法犯罪的道路。

(4)求助者遭遇因偷窃受母亲责打、后又因此被抓、判刑入狱服刑等负性事件以及监狱服刑生活与以前生活有较大差距,形成了严重的心理落差,内心充满了后悔感、内疚感,产生了一定的负性情绪记忆。

(5)求助者父母对其非常疼爱,求助者在看守所期间没有和父母取得联系。

### 3. 心理学因素

(1)求助者存在着错误的自动化思维方式和认知观念,不能正确看待自身问题、入狱服刑及对父母浓厚依恋之情,导致心理失去平衡。

(2)求助者性格内向、情绪不稳定(弱而不平衡型),从小娇生惯养,形成了以自我为中心的思维模式,当面临挫折事件时,没有正确的应对模式,自我体验深刻,感到了后悔、内疚、导致心情焦虑。

此案例主因是存在错误观念、以自我为中心人格的心理学因素和生活学因素,诱因是社会学因素。

### (三) 主症状与派生症状

1. 主症状  
焦虑情绪。
2. 派生症状  
睡眠障碍。

## 五、评估与诊断

### (一) 对心理状态的评估

该求助者是因为新入监服刑、担心父母不原谅自己、不要自己而产生的焦虑情绪,在不良情绪影响下表现为入监教育学习效

率有所下降,说明其知情意是协调一致的。其表现也符合内向的个性特点,个性稳定,且有良好的自知力及求助动机,因此,按“三原则”判断属于正常心理变化。

### (二) 诊断与诊断依据

#### 1. 诊断依据。

- (1)病程只有一个月。
- (2)因现实因素而导致的内心冲突。
- (3)社会功能影响不大,但效率有所降低。
- (4)无泛化。

#### 2. 诊断

根据以上诊断依据诊断为:一般心理问题。

### (三) 鉴别诊断

#### 1. 与精神病相鉴别

根据病与非病三原则,精神病的特点是患者的知情意不统一,没有自知力,一般也不主动就医,常表现出幻觉、妄想、逻辑思维紊乱及行为异常等。而该求助者的知情意协调、一致,有自知力,主动求治,无幻觉、妄想等精神病的症状,因此可以排除精神病。

#### 2. 与严重心理问题相鉴别

严重心理问题的反应程度强烈、泛化,对社会功能造成严重影响,病程大于2个月。而该求助者的心理问题并不严重,没有对社会功能造成严重影响,症状尚未泛化,持续时间为一个月,因此可排除严重心理问题。

#### 3. 与焦虑性神经症相鉴别

焦虑性神经症症状表现上主要是:有焦虑的情绪体验和身体表现,有持久的痛苦不能解决,对社会功能造成严重影响,出现泛化和回避,反应也与初始事件本身不相关,持续时间大于3个月或半年,而该求助者虽然也以焦虑为主要症状,但没有明显的自主神经功能症状,且焦虑情绪没有泛化和回避,尚未严重影响社会功能和逻辑思维,持续时间只有一个月,因此可以排除焦虑性神经症。

#### 4. 与抑郁性神经症相鉴别



抑郁性神经症的主要症状是兴趣减退,对前途悲观、有无助感、感到精神疲惫,自我评价低、感到生活或生命本身没有意义,症状持续两年,且至少有三分之二时间处于抑郁状态。而该求助者基本不具备上述症状,因此可以排除抑郁性神经症。

## 六、咨询目标的制定

经双方商定,达到如下咨询目标

### (一)近期及具体目标

1. 改变求助者的错误思维方式及认知观念。
2. 降低其焦虑程度。
3. 降低求助者后悔感、内疚感。
4. 改善求助者的睡眠状况

### (二)最终及长远目标

促进求助者心理的健康和发展,达到人格完善。

## 七、制定咨询方案

### (一)主要治疗方法和原理

认知行为治疗,是通过改变思维和行为的方法来改变不良认知,达到消除不良情绪和行为的短程的心理治疗方法。根据求助者实际情况,采用阿伦·贝克(A. T. Beck)的认知疗法,帮助求助者认识到不良情绪背后的错误认知观念,帮助求助者分析其个性成长特点,引导求助者进行积极思考和自我反省,求助者的心理问题主要表现在认知的错误观念上,从而导致紧张焦虑的情绪,在一定程度上影响了学习和改造生活,这些错误的认知观念,都是在其成长经历的背景和个性特点的基础上形成的。在具体咨询中运用了倾听、共情等参与性技术,重点运用了解释、指导等影响性技术,避免了求助者可能陷入恶性循环,严重影响自己的改造生活。

### (二)双方的责任、权利、义务<sup>①</sup>

### (三)咨询次数与时间安排及费用

咨询时间定为每周二上午9:00至9:50,每周一次,每次50分钟,按照河北省女

子监狱相关规定,不收取任何咨询费用和心理咨询费用。

## 八、咨询过程

这个咨询过程分为三个阶段(4次咨询)

第一阶段:了解情况、宣泄不良情绪、建立良好的咨询关系。

第二阶段:分析问题、探寻根源,找出错误观念、改变认知。

第三阶段:促进健康、巩固效果。

### (一)第一阶段咨询(1次)

咨询师对来访服刑人员表示了充分理解、关注和安慰。咨询师通过积极关注和倾听,给求助者一个倾诉与宣泄的机会,把内心体验表达出来,使其感到自己被理解和接纳,信任得以建立;咨询师加以理论的解释与指导,使求助者感到自己的困难有了可以求助的场所,从而感到安慰;咨询师的询问和求助者的叙述,澄清了原来模糊不清的问题,使求助者对自己有了更清晰的认识。通过介绍心理咨询的性质和要求,以及咨询过程中的有关事项与规则,使求助者对下一步的咨询更有信心。本阶段咨询师深入了解来访服刑人员的基本情况、成长经历,尤其是生活重大事件。并进行相关心理测验,确定了主要问题,作出评估与诊断。与来访服刑人员商定了咨询目标。该阶段主要运用倾听、共情等参与性技术来建立良好的咨询关系。

### (二)第二阶段咨询(2次)

本阶段咨询了两次,运用解释等参与性技术分析问题、探寻根源,找出自动化思维和错误观念。初步建立咨询关系后,告诉求助者上次心理测量数据代表的人格特征情况和情绪中存在分值高的焦虑因子,运用解释等技术和求助者探讨人格特征展现的情况以及心理问题出现的原因。

### 1. 求助者的个性属于偏内向不稳定的

<sup>①</sup> 编者注:此处应简略。

## 类型

求助者个性内向倾向型,兴趣指向内部世界,爱沉思默想,在家是独生女,从小娇生惯养,形成了以自我为中心的人格特征,其情绪不稳定,易产生焦虑、烦躁等不良情绪。正是由于这些特点,才出现了其过去生活中的种种经历,求助者意识到自己个性中的缺点带来的危害性,新入监,不愿意与人交流,自己的错误想法,无从改变,一直很困扰,出现失眠、烦躁不安、后悔、焦虑等症状。

### 2. 改变错误的认知过程

(1) 咨询师向来访的服刑人员说明一个人的看法和态度是如何影响其心情及行为的,让求助者初步建立认知影响情绪、行为的观念。

(2) 咨询师与求助者进行探讨,让求助者明白他的问题在于对一些事件的认识出现了较大偏差,求助者新入监狱服刑,自我原来的一些错误认知并没有消除,甚至在监狱这个特殊封闭的环境中,又强化了某些错误的观念,比如自己在看守所3个月,父母没来看自己,就认为父母不要自己的错误观念,一直没有消除,入监服刑,罪犯的这种身份意识,强化了认为父母不要自己的错误观念。咨询师进一步帮助求助者一起分析这些错误观念产生的原因,告诉她,人在认识世界时按照自己在成长过程中形成的个人观念和行为规范来对外界信息选择性的、模糊的摄入,忽略其他客观事实,从而产生自动化思维。在看守所3个月,父母没来看自己,就认为父母不要自己的错误认识就属于此类认知观念。这类主观推断、选择性夸大和过度概括的自动化思维必定构成不良的认知行为模式。

(3) 咨询师鼓励求助者对自己当前状态重新进行思考和认识。

求助者通过自我体会和反省,说出“其实仔细想一想,父母一直很爱自己,以前犯错,父母也没有说过不管和不要自己”。咨询师继而指出,人在思想深处存在核心错误观念,即错误的自我观念,指出求助者有以

“自我为中心”的概念,不管在何种情况下,父母都要时刻关注自己,在看守所3个月的时间里,没有和父母取得联系,必然形成一定的心理落差,来到监狱服刑,这种错误观念并没有得到改变。

(4) 鼓励求助者换个角度去认识问题,从全面的客观实际情况来考虑这个问题。

比如:父母是否知道自己在看守所看押的事情,看守所是否允许家人来看,父母年迈、近来身体状况如何等等,综合考虑客观情况和以前父母对自己关爱,求助者意识到自己的认知错误。

(5) 引导求助者建立一种新的建设性的认知行为模式,鼓励其积极面对改造生活。引导求助者遇到问题从实际出发,客观、全面考虑问题,不要主观臆断。求助者表示认同。

### 3. 进行放松训练

(1) 为了缓解求助者的焦虑情绪,咨询师教其进行放松训练

#### (2) 布置家庭作业

要求求助者积极注意改造生活中种种不良情绪,找出错误观念,进行自我反省和体会,并逐次进行记录。

#### (三) 第三阶段咨询(1次)

咨询师根据求助者的情况,检查上次布置的家庭作业,发现其已开始积极自省。对求助者的思考、领悟和进步,咨询师及时给予充分的肯定和鼓励,以巩固前期的咨询效果。咨询师针对其如何尽快适应监狱生活予以指导,鼓励求助者通过努力、把自己当前的事情做好,建议她按照监狱有关规定,及时和父母取得联系,鼓励她增强面对错误、面对父母的勇气,勇敢地向父母承认所犯的过错,求得原谅,并积极接受监狱的管理教育,认真学习、踏实劳动、自觉矫治恶习,积极面对改造生活,争取获得减刑,早日回到父母身边,早日回归社会做一个守法的公民。

求助者经过一段治疗后,认为从咨询师这里得到了很大帮助,感到轻松了许多,情

绪已经明显好转,脸上挂上了笑容。

## 九、咨询效果评估

### (一)求助者自我评估

求助者反馈说目前自己情绪平和多了,上入监教育课能够认真听讲,现在能流利背诵《服刑人员行为规范》,睡眠质量好了,自我后悔感、内疚感也有所降低,对改造生活充满信心。

### (二)求助者生活适应状态评估

背诵失误率降低了,学习效率提高了。

### (三)求助者监区干警、她犯对其评定

求助者现在情绪好多了,能流利背诵《服刑人员行为规范》,上入监教育课认真听讲,做事情也有了积极性了。

### (四)心理测验评估

SAS 量表测试结果分数已由开始咨询时的 59 分降至 46 分,没有明显的焦虑症状。

### (五)咨询师评估

本例咨询已达到预定目标,求助者已认识到了自己的错误认知观念,焦虑情绪已降至正常范围,睡眠质量增加,对事情的评价也比较客观,增加了求助者心理包容度。提高了其适应环境的能力,从而促进求助者心理的成长,使求助者心理更加健康、成熟。实现了咨询方案的近期和具体目标,同时在长远和最终目标的实现上有了良好的趋势,促进其心理健康和自我成长。

## 参考文献

- [1] 郭念锋,虞积生. 国家职业资格培训教程——心理咨询师(基础知识). 北京:民族出版社,2005.
- [2] 郭念锋,虞积生. 国家职业资格培训教程——心理咨询师(三级). 北京:民族出版社,2005.
- [3] 郭念锋,虞积生. 国家职业资格培训教程——心理咨询师(二级). 北京:民族出版社,2005.
- [4] 林秉贤. 罪犯改造与心理矫治. 长春:吉林人民出版社,2003.
- [5] 林秉贤,武长顺,曹务顺. 罪犯改造与心理矫治. 长春:吉林人民出版社,2003.
- [6] 罗大华,何为民,林秉贤. 法制心理学词典. 北京:群众出版社,1998.
- [7] 钱铭怡. 心理治疗. 长春:吉林教育出版社,2002.
- [8] 王登峰,谢东. 心理治疗的理论技术. 北京:时代文化出版公司,1997.
- [9] 许又新. 神经症. 北京:人民卫生出版社,1993.
- [10] 章恩友. 罪犯心理矫治技术. 中国物价出版社.
- [11] 钟友彬. 现代心理咨询. 北京:科学出版社,1992.
- [12] 林秉贤,张克荣. 犯罪心理学纲要. 北京:中国科学技术出版社,2001.

# 同性服刑人员情感依赖问题的咨询报告

范 慧

**摘要:**本文是对一例因为思念“朋友”引发的焦虑情绪而进行的心理咨询的案例报告。求助者是一位正在监狱关押的服刑人员,他以心烦、失眠、内心焦虑为由申请心理咨询。随着咨询关系的逐步建立,求助者袒露了困扰自己内心的真正问题“我是不是同性恋?”,由于这种负性情绪的困扰,产生了较为强烈的内心冲突和焦虑情绪。咨询师运用认知行为疗法,经过4次咨询,使求助者重新认识了自己,正视了现实,确认了自己不是同性恋,因此如释重负,其情绪和睡眠问题随之得到解决,取得了较好的咨询效果。

**关键词:**焦虑情绪 同性情感 心理咨询 认知疗法

## 一、一般资料

### (一)一般情况

杨某,男性,现年28岁,汉族,初中文化,未婚,出生在一个相对富裕的家庭。因参与抢劫被判处有期徒刑12年,现在被关押在某第一监狱。

### (二)个人成长史及犯罪史

杨某是家中唯一的男孩,足月顺产,母亲身体健康,孕、产及哺育期未服用特殊药物,1岁会说话、走路。父亲是供销社的经理,母亲是民办教师。由于他是家中唯一的孙子,自幼在奶奶身边长大,深受奶奶的呵护与溺爱,养成好逸恶劳懒散的习性。上学后回到父母身边,父母对他要求比较严。在他的记忆中,父亲脾气暴躁,母亲温顺善良。但长久以来对奶奶的爱,使他与父母疏离。初中毕业以后到北京打工,收入不高,工作很累。2000年结交了几个朋友,萌发了抢劫的念头,参与抢劫,被法院判处12年有期徒刑。自20岁进监狱,至今已有7年,心理一直很正常。经详细询问,父母均无人格障碍和其他神经症性障碍,家族无精神疾病

历史。

### (三)精神状态

杨某身着囚服衣着整洁,举止得体,谈吐正常,意识清楚,但愁容满面,烦躁不安。

### (四)身体状况

既往身体健康,无重大躯体疾病史和传染病史,家族中均无人格障碍和其他神经症障碍,家族无精神病史。

### (五)社会功能

出工干活无力,心烦,不愿与人交谈,参加劳动和学习时注意力难以集中。

## 二、主诉与个人陈述

### (一)主诉

干活无力、心烦、难以入睡,已持续一个多月。三年前在狱中结交一个朋友,成为知己,近期朋友出狱,非常思念他,内心矛盾,疑惑自己是否是同性恋。

### (二)个人陈述

我是2003年认识他的,那时他调到我们中队,开始关系也一般,但通过一些生活中的接触,我们有了共同语言,结交成为好友。在改造中,他是个反改造犯,我同情他,