

★ 心理咨询师培训教材

华东师范大学“211工程”建设子项目
——“学校心理健康教育”成果

(修订版)

学校心理咨询 优秀案例集

徐光兴 主编

上海教育出版社
Shanghai jiaoyu chubanshe

本书是五年前出版的《学校心理咨询优秀案例集》的修订版,与已经出版的《西方心理咨询经典案例集》和《世界文学名著心理案例集》等构成一套系列丛书,成为培养学校心理咨询教师和高校应用心理学人才的系统性、专业性较强的学习教材。

学校心理咨询的援助对象以儿童、青少年为主,但也可以是他们的家长,有时还包括学校中的有关教师。它主要解决在学校教育背景下或在家校生活环境下所产生的各种心理问题,即它的活动离不开“学校性”、“教育性”这两个特定的性质。学校心理咨询的“主攻方向”,应紧紧把握儿童、青少年在学校教育过程中所产生的学习问题、适应问题、人格成长和身心发展等问题,并运用心理学及其相关学科的知识和技术,开展持之以恒的心理健康教育活动。

学校心理咨询的场所,以学校的心理咨询室或心理辅导活动中心为主,但它可辐射到学校教育的各个角落,融化渗透到各科教学及学校教育的整个过程中,有时还要走出学校,与家庭、社区的精神文明、精神卫生工作结合起来。这就是国外学校提出的把“心理咨询的精神”(counseling-mind)贯彻到学校教育的过程中去,以此作为提高新一代国民心理素质的一种教育战略手段。

要完成上述目标,就有必要对从事心理咨询工作的专职人员或教师进行心理咨询的理论、实践和技术的训练。心理咨询的案例研究法,就是其中一门不可缺少的课程及根本的技术训练方法。如果我们把每一次的心理咨询面接称为“点”,那么一个案例中的数次、数十次的面接就构成了一条“线”。在这条“线”上,来咨询者的人格、情绪、行为有着何种样式的展示,发生什么样的变化,会留下清晰的“足迹”。同时,从案例研究中还可以获得许多宝贵的信息,如心理咨询工作者对于某个案例制定了什么样的咨询方针、策略和目标,咨询师的态度、技术发挥得如何,来咨询者在咨询前后生活状态有怎样的发展变化,等等。如果一个案例尚不足以揭示本质性的规律,那么无数个案例可构成一个面,经过这样无数的“点”——“线”——“面”的实践和认知,就一定能使心理咨询工作者从中找出规律,从而使自己的认识不断深化,技术不断提高。

本书此次修订有两个重要的特色:一是在对原书已有的案例进行再精选的基础上,增加了不少国外学校心理咨询的优秀案例,使全书内容中西交融,蔚为大观;二是将所有的案例分为与学校心理教育现实紧密相关的三个专

辑,其中“危机干预篇”展示了对儿童、青少年的精神创伤、暴力、自杀、恶梦等心理危机进行紧急干预的现状;“成长辅导篇”揭示了儿童青少年身心发育过程中各个阶段的心路历程,说明进行发展性、适应性的心理援助的必要性;“障碍矫治篇”从心理卫生角度出发,展现对儿童自闭症、情绪障碍以及青少年的强迫症和抑郁症等案例进行矫治的心理学技术和策略。修订版的篇目更加丰富多彩,案例报告更为充实和精彩,其阅读价值较修订前更胜一筹。

本书所涉及的咨询领域相当广,从幼儿、青少年到大学生甚至留学生,展示了学校心理健康教育和心理咨询各个不同的“主战场”。各位执笔者在撰写案例报告时,既注意从理论的高层次上着眼,又注意行文的艺术性和可读性;不仅注意勾画出案例当事人的精神世界变化,又注意展示心理咨询师内心的思考和价值观念,以及他们各自把握的心理援助的方向性。阅读本书中的案例报告,可以看到多种多样的心理咨询流派的技术理论和心理咨询师对案例的处理形式及咨询态度,他们共同的一点是与咨询对象“一起成长”,同他们建立良好的人际援助关系,积极地成为来咨询者心理旅程上的“援助伴侣”。

本书是华东师范大学教育科学学院“211 工程”建设子项目——“学校心理健康教育”的成果之一。此外,本书也是大学心理系本科生以及攻读临床心理学、心理咨询理论专业研究生的自学教材,同时也被选为国家心理咨询师、心理咨询师持证上岗,或学校心理教育师资培训的教学研修资料。在此,笔者谨代表本书的全体执笔者,向支持、资助学校心理健康教育、“211 工程”项目建设的华东师范大学各级领导致以衷心的感谢,没有领导和专家们的关怀,本书不可能顺利出版。

上海教育出版社的编辑同志非常关心本书的撰写工作,并为本书的编辑工作付出了大量的心血,在此谨致以深切的谢意。一本好书,需要不断地充实和完善。因此,我们衷心希望读者提出宝贵的意见,并推荐更多的优秀案例,以便日后再作修订,满足我国学校心理健康教育事业日益发展的需要。

徐光兴

2005 年 4 月于华东师大

前言

徐光兴 1

第一部 危机干预篇

1

走出悲伤的泥沼

——一例运用游戏绘画疗法治疗儿童创伤后应激障碍的案例 黎 琳 译 3

失去控制的身体

——一例运用整合疗法矫治暴力行为的案例报告 朱华珍 译 23

“妈妈的情人是我的敌人”

——一例运用游戏疗法实施儿童自杀危机干预的个案 朱晓慧 译 36

爸爸妈妈在天堂

——两个丧失至爱亲人的儿童的游戏疗法 钟 莹 译 51

出走的少女

——“青春期危机”问题心理援助案例报告 柳 菁 徐光兴 70

发现真情

——高中生自杀危机干预一例 吕建国 徐光兴 79

他经历了一次“道德危机”

——青春期道德价值观问题心理咨询纪实 沈 雁 93

梦中,那个巨大的车头

——一例对梦魇患者的咨询案例 黄 杰 103

沉沦异国的灵魂

——留学生异文化压力症候群心理咨询手记 徐光兴 113

第二部 成长辅导篇

127

精灵之舞

——幼儿心理辅导案例报告 贺国稷 余菊妹 129

失宠的“小太阳”

——一例阿德勒儿童游戏疗法案例报告

赵漪蓉 译 135

阿琪

——一例情绪障碍儿童的诊断分析与治疗 安秋玲 余曼筠 徐光兴 147

接连发生的“抢劫案”

——儿童学校不适应神经症心理辅导

章本荣 158

“冷血少年”

——缺乏母爱少年的心理辅导案例

洪颖馨 徐光兴 167

重新绽放的花朵

——一例运用身体动作疗法的案例报告

李 涛 译 175

他真的无法走出早恋的误区吗？

——中学生异性交往心理辅导案例报告

李成彦 186

迷茫的优等生

——高中生的“高考压力”心理咨询案例报告

林 颖 徐光兴 194

年轻的心 沉重的情

——一个女生由爱而生的焦虑性神经症的心理咨询

林 紫 204

失落的大学之梦

——大学新生不适应问题的心理援助历程

钟 华 215

“木乃伊”的归来

——一例青春期摄食障碍治疗案例报告

徐大真 译 225

第三部 障碍矫治篇

239

开启自闭世界的窗口

——自闭症儿童的精神统合疗法案例

徐光兴 译 241

化解心中的“火山”

——一例儿童情绪障碍的家庭疗法案例报告

祝婧媛 译 259

缩在龟壳里的小乌龟

——对自闭症儿童的行为疗法探究

梅晓菁 译 272

被“禁忌”桎梏的男孩

——一例儿童强迫性神经症治疗报告

陈 政 283

害怕失去父母的小女孩

——一例应用心理动力疗法治疗分离焦虑障碍的案例

张信勇 译 291

走出感觉统合失调的世界

——学习障碍少年心理咨询案例报告

严文华 303

挣脱焦虑的牢笼

——一例认知行为疗法的案例报告

陈则敬 译 316

“人鱼”的康复

——一例受虐待的多动症儿童的治疗报告

单家银 译 325

青春期自闭症患者的治疗历程

——一例自闭症少年的游戏疗法

徐光兴 译 341

再见了,我的强迫思维

——强迫性学校恐怖症案例咨询

唐筱蓉 徐光兴 364

走出焦虑的低谷

——大学生催眠疗法案例报告

宋继文 376

忧伤的天鹅

——一例早期发作的中度抑郁症的精神分析治疗

张 玲 译 384

第一部

危机干预篇

走出悲伤的泥沼

——例运用游戏绘画疗法治疗儿童创伤后应激障碍的案例

黎 琳 译

南茜·鲍埃德·韦伯,对经历丧失和创伤性死亡的儿童进行游戏治疗的权威。她最畅销的书包括《儿童的危机干预》、《父母—儿童家庭关系中的文化差异》等。她制作的录像《游戏治疗技术:一个临床示范》获纽约电影节国际非广播媒体竞赛三等奖。韦伯医生是纽约游戏治疗协会的理事,并担任多种有关临床、儿童与家庭的出版社与杂志的编辑。韦伯医生是临床社会工作方面认证的专科医生,注重游戏治疗督导。从1979年起,她成为福德罕大学社会服务研究院的一名社会工作教授。除教书、写作和做顾问外,韦伯医生坚持临床实践和督导,为学校和其他一些机构作咨询。她在美国、加拿大等地做过有关游戏治疗、创伤和丧亲的演讲,并开设过工作室。

9岁的卡尔车祸死了。他的朋友苏珊反应如何呢?苏珊从读幼儿园开始就和他熟识,他们的母亲关系也很好。苏珊没有哭,甚至在葬礼上也没哭。自从出事以后,她也没有谈到她死去的朋友卡尔。当她的母亲造访卡尔的母亲时,她拒绝进入他的房子,而是等在外面的车子里。苏珊一直做恶梦,她的母亲很担心她,因为她“抑制了她所有的感情”。苏珊的母亲在出事三周后带她去作了咨询。

苏珊9岁,四年级,积极参与女童子军活动。苏珊的母亲,蒂娜·詹姆斯,43岁,以前是教师,目前在家。她的父亲,唐·詹姆斯,43岁,证券经纪人。她的妹妹贝基·詹姆斯,7岁,二年级,被母亲描述为“吵闹的,占用了我很多时间,因为她是如此‘兴奋’”。苏珊的祖父母、外祖父母及父母的兄弟姐妹都居住在西海岸。詹姆斯家庭在东海岸生活了大约12年。他们与西海岸的亲属保持电话联系,偶尔也去拜访。在苏珊出生之前,她母亲和卡尔的母亲在同一所学校教书,他们两家的情形很相似。苏珊和卡尔出生在

同一年,在孩子的学前阶段,两位母亲在一起过了很长时间。苏珊和卡尔在同一所幼儿园上学,进了同一所小学,尽管不在同一班级里。

基本评估

根据 DSM-IV-TR (American Psychiatric Association, 2000), 对苏珊做出以下评估。

PTSD(创伤后应激障碍)“可能发生在任何年龄阶段,包括儿童期”(APA, 2000, p. 466)。在安排治疗时,将检查这些标准,作为参照。

A 暴露在一个创伤性事情下。苏珊的朋友卡尔突然死亡,身体被损毁,当然符合这一标准。在这一特定情境里,“损毁”包括头部严重的损伤,也包括有流言说,当车窗内进入东西时,这个男孩的头被砍掉了。这些情况在苏珊的家庭里并没有公开讨论,以防止产生恐惧感。卡尔的家庭也没有。但是苏珊一定会听到在校园内流传的有关卡尔损毁实质的流言,由于缺少公开谈论,她可能认为这些都是真的。

B 重新体验创伤事件。苏珊每夜从被怪物追逐的恶梦中醒来。尽管梦境并不是事故的复制品,但它们毫无疑问引起了苏珊强烈的焦虑。她在事故之前从未做过这样的梦,因此,这些梦可能与卡尔的死有关。

C 避免与创伤相关的刺激或表现麻木。苏珊不愿进入卡尔的房子,这显然是逃避有关他的记忆的一种方式;她比通常睡得多,这可能是为了逃避与创伤有关的想法或远离他人;她看上去也抑制了情感,以无泪为证。

D 增加唤醒。苏珊的母亲报告,她的女儿易怒;她在注意方面也表现出困难。

E 持续时间。标准特别指出,至少一个月必须有明显的症状。苏珊的母亲在三周后带她求助;然而,症状在治疗开始之后持续了几个星期。

F 悲伤/损害的程度。苏珊的作业品质降低,她因恶梦缺少睡眠而疲倦。

初步评估结论:苏珊属于儿童期的创伤后应激障碍。

治疗安排的背景

治疗是一个社会工作专业毕业的学生安排给我的，他通过教堂了解了卡尔的家庭。卡尔的母亲对他说，苏珊变得“愤怒、暴躁和差劲”。

对于一个新的案例，我通常的程序是在见孩子之前，先单独见见父母。目的是获得问题的具体历史，与父母讨论如何为孩子准备即将到来的评估。在这一案例里，我决定先安排一个约会，立刻见孩子和一到两名家长，因为我认识到目前的情形对于孩子来说已很不合适，应立即做出危机干预。因此，我和苏珊的母亲在电话上作了详细谈话，获得了有关信息。我建议她在我们的预定约会之前告诉苏珊，她已和帮助面临过死亡的孩子的家庭医生谈过话，第二天放学后，她会带苏珊过来与我谈话。我建议母亲不要详细描述约会，但要通过她的方式表达，必须有这一次约会这一无可选择的“事实”。我对詹姆斯夫人也说了我想见苏珊，因为我知道，对她来说，和某个人说说话是有帮助的，尽管我理解苏珊一开始很难做到。

与孩子的第一次面谈

在约定时间，我的门铃响了，母亲慌张地进入会客室，说苏珊呆在车里拒绝进来。我的即时反应是告诉母亲我会到车里去和她女儿谈话。没有考虑到这是纽约二月华氏三十度的气温，我没穿外套就离开了办公室，在出口处我立刻发现了车内的苏珊。发动机还在运行，苏珊坐在后座上。我走向车窗。她看上去很不情愿，但无论如何她意识到我没穿外套，而天气很冷。我记得自己对她说：“进来吧，这样我们可以在室内谈话；这儿冻坏了！”苏珊走出了车子，和我一起进了办公室，她的母亲去停车。我的感觉是，“好吧，至少我们达到了第一个基点。让我们看看下一步会如何”。下面是面谈的摘录。

T: 治疗师
S: 苏珊
M: 苏珊的母亲

面谈的内容	分析和感觉
T: 嗨! 很高兴你同意进来。那儿可真冷! 我猜你不想进来,但既然你在这儿了,我们还是试着互相了解一下吧。(这时母亲进来了,我邀请她加入。对苏珊)我知道你最近度过了难熬的一段时间。你知道你妈妈为什么要带你来见我吗?	对我们两个来说这都很难,但她可能比我更害怕和不适。让她不再害怕是我的工作。 她的母亲能执行我的指导,带苏珊来这儿,真是太好了。想知道苏珊会如何反应。
S: 我每夜从恶梦中惊醒。早晨不想起床。我一直很累,即便是在8点上床。	听上去她累坏了!
T: 听上去真是糟糕! 你能告诉我做了什么梦吗?	对她的关注同样表示关注。
S: 我梦见在我的壁橱里有一只大猩猩,它偷偷溜到我的床上抓我,把我带走,在烘烤架上烤我。	
T: 那一定很恐怖! 梦把你惊醒了吗?	
S: 是的,然后我跑到妈妈的床上去。	
T: 我知道你的朋友在一次意外中死了。你刚经历一次可怕的体验! 关于这个,你能告诉我你发现了些什么,你被告知了些什么?	我觉得苏珊感到了我的理解。她的目光接触很好。我准备直接冒险问她关于死亡的事。
S: 妈妈和爸爸告诉了我。那天我得了流感呆在家里,没去学校。	她没有给予任何反应。看起来很防范。
T: 听到的是多么可怕的事啊! 我知道你和卡尔是好朋友。	
S: 今年我的生日派对没邀请他。	
M: 苏珊举办的是一个“全是女孩”的保龄球派对。	她否认他们的友谊,还是觉得内疚?
T: 我知道很多9岁孩子那样做。我相信卡尔能理解。	想使这一情况普遍化。

这时我想苏珊可能愿意和我单独呆一会儿。当我和苏珊单独谈话时，我请她母亲等在休息室。我拿出一些画纸和笔，想知道苏珊是否会通过绘画来交流。

面谈的内容	分析和感觉
T: 你妈妈告诉你我是哪种医生了吗? S: (看上去不确定。)一个治疗师? T: 对了。我是一个治疗师。你知道治疗师是做什么的吗? S: (耸耸肩,看上去不确定。) T: 我帮助孩子和他们的父母缓解焦虑:有时我们谈话,有时我们做游戏。我知道你现在有很多担心。谈话中断会儿如何。当孩子们在这儿时,我通常邀请他们画些东西。画个人怎么样? (苏珊很热切地选了一张纸,开始画一个女童子军;在人像周围有很多标记,意味着雨吗? /风? /混乱? 见图 1。)我明白她是一个女童子军。你画得很好。今天我们就到这儿,但我想再见到你,和你妈妈再定一个约期。 S: 好的。谢谢你。	到现在为止还不错。她对我的角色理解吗? 既然苏珊穿着女童军服,这显然是个自我画像。 我故意不提到标记,因为我不想让苏珊对她的画有自我意识。



图 1

考虑到苏珊不情愿过来,这应当是个好的开始。她接受帮助的动机是因为恶梦,关于卡尔之死她不带任何感情。我们最初的关系建立可能有助于缓解她对梦的不适感。

第二次和第三次面谈

接下来的两次面谈,每周一次。苏珊报告她继续做恶梦。她对梦的描述发生了变化:从说它们是“惊慌的”到给予了很好的细节。其中一个梦,她在“一幢大厦里,有很多门、窗和房间。我和我的朋友在一起,一只怪兽正追赶我们。我很害怕,惊醒了,跑到母亲的床上”。我的反应是理解她的感情,对她说“有时我们白天担心的事会在夜晚回来追赶我们。”苏珊对这一类陈述通常的反应是说一切都好,她对什么都不担心。她的观点是,她唯一的问题在于恶梦,以及有时在学校时头痛。我的角色当然是不能和她争辩,但要给予她机会,在游戏中象征性地表达一些感情。

在第二次面谈期间,我请苏珊画一个家庭。她用笔很快地画了五个人

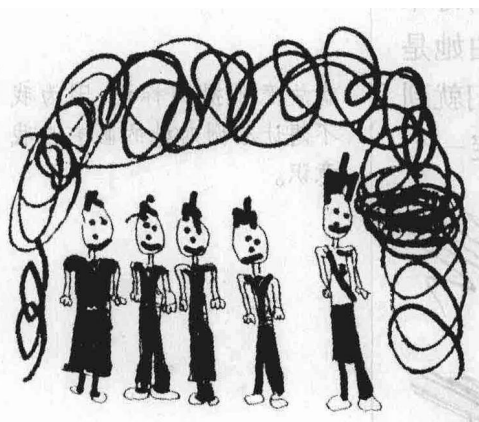


图2

像,然后用绿色的笔给他们的衣服着色,用蓝色添加了帽子和脸部表情。没有一张脸看上去是快乐的。最后,苏珊围着人像画了一个循环的螺旋状“旋风”(见图2)。当我要求苏珊描述这个家庭时,苏珊活泼地说道:“这是我的女童子军队。我们现在可以做个游戏吗?”她从我的有很多玩具的游戏架上选择了战舰游戏,一种由两个猜他们对手的船的位置的游戏者组成的游戏,然后通过大声叫唤精确位置以“炸毁”船

只;几次正确的猜测会引起船只“下沉”。根据我的经验,这个游戏很少由学龄期的女孩来选择,当我们玩时,我开始思考它对苏珊的意义。我推测可能“爆炸”的随机性与卡尔之死中不能预料的元素相似。我对苏珊说的话尽量表达了这种感觉。比如我说:“男孩,你永远不能判断炸弹何时何地会下落!这真是令人害怕!你永不会知道何时会挑选你的号码。”游戏期间

苏珊的情绪很活跃;她看上去很喜欢游戏,完全不在意我的陈述的含义。

做完一个游戏后,我们还有一些时间,苏珊要求再画。她说她要画一个惊喜,实际上正是如此。她画了我拿着洒水壶,在花园里浇花。我感谢她对我们的工作感到乐观,尽管我觉得苏珊对卡尔之死不想公开谈论。这是第一幅苏珊用了很多颜色的画,情绪看上去很高兴,包括天空中有太阳闪耀(见图3)。

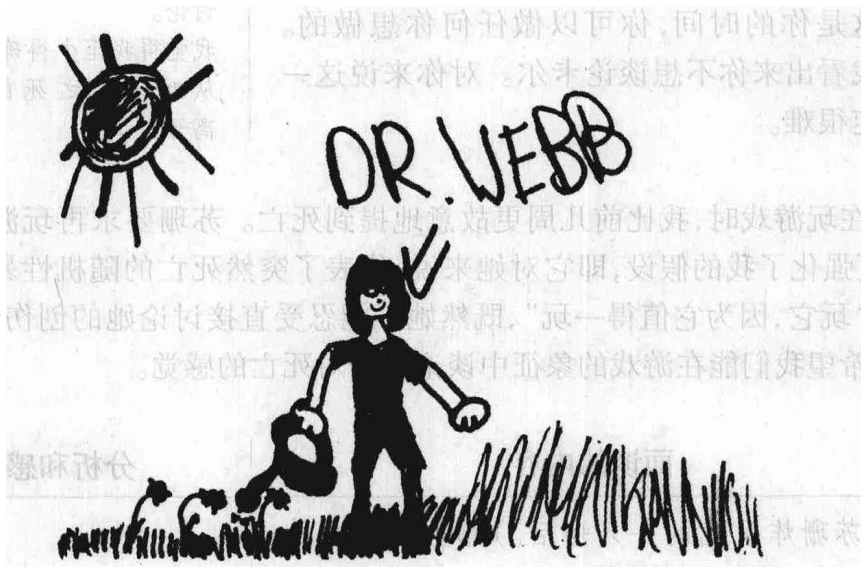


图3

第四次面谈

B: 贝基

面谈的内容	分析和感觉
这一次面谈,她母亲还带来了贝基,来之前说她还带了卡尔的一些画。我请母亲和贝基加入我和苏珊的谈话。母亲在咖啡桌上铺开了画。贝基和苏珊看上去都不感兴趣。 T: (对苏珊和贝基)现在看这些画一定很奇怪。	母亲曾告诉我她对贝基不太关注;因此我并不把任何特殊意义归因于她的在场。我很感兴趣的是看看苏珊对这些图片会作何反应。

我打赌很难相信卡尔已经死了。

B: 当车子开向悬崖时,他立刻死了。

T: 苏珊,你什么也没说。你想单独和我说话吗?(没等苏珊有反应,母亲和贝基起身离开了。)

S: (其他人走后。)我们可以再玩战舰吗?

T: 这是你的时间,你可以做任何你想做的。我看出来你不想谈论卡尔。对你来说这一定很难。

贝基能谈论这个。我认为她表达了苏珊不能忍受说的事。我想苏珊知道我在那儿是为了她,尽管她不能谈话。

她想逃离任何有关卡尔的讨论。

我觉得我至少得确认我们正从对卡尔之死的讨论中离开。

在玩游戏时,我比前几周更故意地提到死亡。苏珊要求再玩游戏的事实,更强化了我的假设,即它对她来说,代表了突然死亡的随机性暴力。我决定“玩它,因为它值得一玩”,既然她不能忍受直接讨论她的创伤性经历,那就希望我们能在游戏的象征中谈论苏珊对死亡的感觉。

面谈的内容	分析和感觉
T: (苏珊炸了我的一只船后。)船上都是些什么人? 他们会发生什么?	
S: 他们在游泳。他们想游向岸边。	
T: 它在海洋里,他们能到岸吗?	决定加点压力。
S: 肯尼迪游到一个岛上,然后回来救他的伙伴。他很勇敢。我们在学校玩过。	强烈拒绝死亡。
T: 他很幸运。如果在水里有鲨鱼怎么办?	我增压太猛吗?
S: 他很好地到了岛上。	
T: 好吧,我只是担心爆炸时那些在船上的人。我希望有人能救他们。	这一拒绝对苏珊来说很重要。她不能想象死亡,即使是在幻想中。

当我们谈论时,我们继续玩游戏,苏珊赢了。她很活跃。她问能不能有两份小吃,因为她“饿了”。我同意了,意识到游戏和我的话可能引起了焦虑。然后苏珊要求画画。她画了一张她和我玩战舰的画,她大声叫着赢的号码,我指出她“击中”了我的一只船(见图4)。

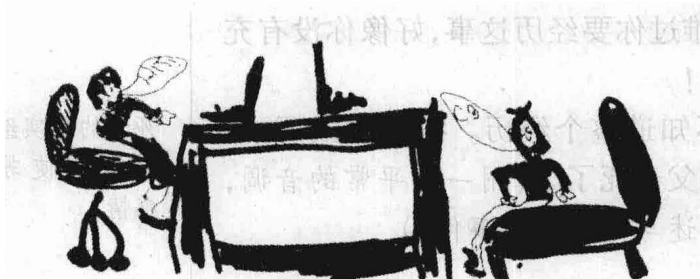


图4

我对苏珊即使是在游戏中也不愿考虑死亡的可能性印象深刻。她和贝基都不想看卡尔的画,不想想到他的死亡。通过她几乎狂躁的情绪,我意识到了苏珊的焦虑;她的吃和她的言论看上去比以前更快,她匆匆画了,从一个活动移到另一个活动。我相信她担心如果她停止这些活动她可能被拉入讨论,那会使她受打击。我想知道她能逃避多久。

第五次面谈

这次面谈在前次面谈的三周以后,因为预先安排了一次对父母咨询的面谈并取消了一次面谈,因为苏珊“扭伤了脚踝”,医生建议她“别动脚”。

面谈的内容	分析和感觉
T: 自从上次见到你以后有一段时间了。你 好吗?	想知道连续中断是否会导致 苏珊更“远离”任何抚平悲伤 的工作。
S: 我不再做恶梦,也不头痛了。	这会如何影响苏珊来治疗的 动机呢?
T: 那太好了! 那么你的生活部分恢复正常 了,除了你的脚。	她的受伤可能转而反映了对 自身的愤怒?
S: 我真气我的脚,因为现在我不能为我的女 童子军野营工作了。我不能到处跑。	
T: 它怎么发生的(你的脚受伤)?	
S: 它就发生了,没什么特别的。我们在体育 馆玩接力赛,我滑倒了,扭了脚。医生拍了 X光片,骨头没裂。	听上去像一个事故。