

Cases of Psychological
Counseling Practice

心理咨询实务 案例集

苑媛 / 著

真实生动
的案例教学

将心理咨询的理论与方法融会贯通



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

中央财经大学应用心理专硕（MAP）专业建设成果

Cases of Psychological Counseling Practice

心理咨询实务 案例集

苑媛/著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理咨询实务案例集/苑媛著. —北京:北京师范大学出版社, 2015. 9

ISBN 978-7-303-19308-0

I. ①心… II. ①苑… III. ①应用心理学研究-心理咨询-案例
IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 173482 号

营销中心电话 010-58802181 58805532
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com>
电子信箱 gaojiao@bnupg.com

XINLI ZIXUN SHIWU ANLI JI

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com
北京市海淀区新街口外大街 19 号
邮政编码: 100875

印 刷: 北京易丰印捷科技股份有限公司
经 销: 全国新华书店
开 本: 730 mm×980 mm 1/16
印 张: 11.5
字 数: 188 千字
版 次: 2015 年 9 月第 1 版
印 次: 2015 年 9 月第 1 次印刷
定 价: 35.00 元

策划编辑: 何 琳	责任编辑: 齐 琳 乔 会
美术编辑: 焦 丽	装帧设计: 焦 丽
责任校对: 陈 民	责任印制: 陈 涛

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58808284

前言

案例教学是对某一具体情景进行客观描述，学生对该情景进行专业分析和问题解决，从而积累实际操作经验，提升思考能力、判断能力、分析能力、应对能力、解决能力和执行能力的教学方法。这种有的放矢、学以致用、学以致用的教学方法为国内外商学院和企业界广为应用。

《心理咨询实务案例集》旨在为心理学专业及相关专业(如教育学、社会工作等)的本科生和研究生提供真实、多样、可探讨、可研究的心理咨询案例，使他们通过触发“现实感”和“带入感”而走进生动的案例教学和案例研究，并将相关的心理咨询理论知识、方法技能和专业态度融会贯通。同时，也为有需要的专业教师提供一份教学材料。

本书的定位是：专业性+可读性+创新性。因此，每个类型的案例子集相对独立，写作体例不同，各自承担着不同的教学目标与教学功能。使用者可以根据不同的受众和教学目标，选取合适的案例。需要注意的问题有以下几个：与教学目标相契合；难度适当；时效性；典型案例与多类型案例或普通案例相结合；教师自身的掌控程度；与目标学生的相关度，如受教育程度、课堂参与适应度、临床经验、职业发展相关的问题和挑战等。

书中每个案例之后都有具体的“教学目标”，以及根据教学目标设计的可用于一线课堂的“问题讨论”和“建议作业”。其中，“问题讨论”细化并实现案例的“教学目标”，为课堂讨论提供线索，聚焦解决问题的方向或方案，使学生不仅有具体的思考路径，还能借助真实的故事背景体验心理咨询师或心理督导师的角色，从而产生参与感、角色感和责任感。“建议作业”是“教学目标”的深化和延展，目的在于启发学生深思，使学生勤于探索，并促进其行动转化，从而提升学生自我成长的意识与能力。

本书共有 30 个案例，分布于“教学型案例”“研究型案例”和“视频案例”三个部分，每个部分 10 个案例。案例涉及个案面询、家庭治疗、团体治疗、心理危机干预、“四月天”少女性伤害心理援助公益热线电话干预案例、灾后心理援助、案例督导等。

教学型案例 教学型案例重点在于应用心理咨询的专业态度、基本理论和方法技能。教学型案例中，9 个为作者的临床案例，1 个为某电视栏目案例。呈现形式是“来访者基本信息”“主诉及个人陈述”“咨询师的观察”“咨询师了解到的情况”“咨询记录片段”等。

研究型案例 研究型案例重点在于以督导的视角对案例进行深入探索；树立自我成长意识；培养专业素质，提升专业能力。研究型案例中，7 个为作者的临床案例，另外 3 个案例的具体来源是：“压力的舞蹈”源自国际著名心理治疗师、家庭治疗创始人维吉尼亚·萨提亚(Virginia Satir)女士对一个美国家庭的干预个案，《萨提亚治疗实录》一书中记录了该个案完整的干预过程，本书选取萨提亚对夫妻凯西和玛吉的主要干预过程；“蛇鼠之争”是作者好友李萌老师的临床案例；“马加爵的故事”是一个真实的事件。研究型案例的呈现形式是：“咨询背景”或“来访者的故事”“咨询方法”(特定的心理疗法，但不介绍其理论、操作步骤等基本知识)；“主要咨询过程”“咨询效果”等。

视频案例 视频案例重点在于案例多角度、多层次的灵活应用以及促进心理咨询的学习迁移。视频案例为10部电影，均为作者一线教学的常用案例。这部分的写作体例很简单。先以“电影回顾”的方式进行文字呈现，再结合视频内容，设计相应的“教学目标”“问题讨论”和“建议作业”，深化心理咨询课程的理论与实务，以期达到学习迁移的目的。其中，“教学目标”“问题讨论”和“建议作业”的具体设计及其内容均在一线教学中实践多年。

常言道，“术道有别”。“术”是方法，“道”为更高境界，是事物的本源层面。鉴于此，我们认真学习和研究“术”的同时，还需知道“道”的存在，也需知道自己“不知道”。为此，本书以不同的方式着重强调了心理咨询实务的重要理念，如无条件接纳、真诚、尊重、共情等。心理咨询有术亦有道！

在此，诚挚感谢本书案例所涉及的所有来访者、故事的主人和心理咨询师！

衷心感谢北京师范大学出版社编辑何琳老师的全力支持与认真校阅！

在本书的写作过程中，加拿大毅伟商学院公开出版的有关案例写作和案例开发的书籍贡献了许多经验与智慧，在此，一并致谢！

案例集以及更大规模的案例库的建设是一项长期而艰巨的系统工程。敬请各位教师和使用本书的过程中，不吝提出宝贵意见与建议，以便本书不断修改与提高。

苑 媛

2015年4月于中央财经大学

目 录

教学型案例

- 案例 1: 暴力冲动的男生……3
- 案例 2: 食欲过旺的女生……7
- 案例 3: 精神缺氧……11
- 案例 4: 疑病男子……19
- 案例 5: 控制不住的洗手……24
- 案例 6: “中邪”的爱情脚本……30
- 案例 7: 多动男童……38
- 案例 8: 厌学少女……42
- 案例 9: “这里真好……”……46
- 案例 10: 灾后心理援助……51

研究型案例

- 案例 1: 孩子像谁……59
- 案例 2: 自杀未遂的小英……64
- 案例 3: 分手之痛……68
- 案例 4: 怕猫……72
- 案例 5: 马加爵的故事……75
- 案例 6: 蛇鼠之争……90
- 案例 7: 蓝色的煤油灯……96

Contents

案例 8: 阿诺的心肌炎……101

案例 9: 压力的舞蹈……105

案例 10: 案例督导……112

视频案例

案例 1: 美国电影《心灵捕手》(Good Will Hunting)……125

案例 2: 美国电影《入侵脑细胞》(The Cell)……131

案例 3: 美国电影《鸟》(Bird)……135

案例 4: 日本电影《午夜凶铃》……142

案例 5: 中国电影《济公》……146

案例 6: 美国电影《蝴蝶梦》(Rebecca)……150

案例 7: 美国电影《爱德华大夫》(Spellbound)……158

案例 8: 中国电影《异度空间》……162

案例 9: 美国电影《闪灵》(The Shining)……166

案例 10: 印度电影《地球上的星星》(Stars on Earth)……170

参考文献

教学型案例

JIAOXUEXING ANLI

书中案例在没有得到中央财经大学社会发展学院心理学系书面许可及作者亲笔签名的情况下，禁止任何形式的复制、传播和交换。如果需要订购或者获取重印材料许可，请联系北京师范大学出版社、中央财经大学社会发展学院心理学系。电话：010-58808079，传真：010-58806546，邮箱：hl@bnupg.com。

版本：2015-01-27

案例 1： 暴力冲动的男生

PTTC001

本案例为作者的心理咨询案例，仅为课堂讨论提供有关资料。为了尊重来访者并保护其个人信息，作者已隐去来访者真实姓名以及可被辨识的信息。

来访者基本信息 男，20岁，大学生。

主诉及个人陈述

主诉

近两年，常常有不公正感，感觉自己不被尊重，总想打人，但从未打过人。

个人陈述

我总有一种不公正感，觉得不被尊重，别人老想压我一头（说到这里，他的右手食指向上指了一下），我很难跟人合作或者商量问题，我喜欢一个人待着。他们都忒自私，我无法信任别人，也许只能用暴力保护自己，但我从未打过人，因为不值得跟他们计较……（说着说着，头垂了下来）

我从小跟父母一起生活。上初中以后，父母关系不好，他们分居了，家里总是特别压抑。我想，这种压抑的家庭环境对自己肯定有影响。我的性格比较内向、安静。学习成绩一直很好。

自上大学以来，我越来越感觉到自己有暴力倾向，数次产生过打人的冲动。最近一次是，我从图书馆里走出来，准备去食堂吃饭，看见对面水房里走出一个高个子男生，手里拎着两个暖瓶。他比我高一年级，是我们学院的。我们都参加过学院的一个项目，到国外学习过一段时间。我冲他点了一下头，算是打招呼，可是那家伙竟然径直走了过去，什么反应都没有。当时我气坏了，心里想：你也太不尊重我了吧?!连看都不看我一眼!当时真恨不得冲过去，狠狠地揍他几拳，再把暖瓶踹翻在地。那一瞬间，我心跳加快，呼吸急促，两个拳头攥得紧紧的，但是，我咬着牙一忍再忍，不停地劝自己：“都快毕业了，打架是要受处分的，不值得……”终于没有出手。但是，我当时的心情糟透了。

我想，我可能有问题，要不然为什么总想打人?可是光靠压抑肯定不行，我必须解决这个问题。

咨询师的观察

来访者瘦瘦高高，文质彬彬，眼睛总是定定地看着咨询师，非常坦诚。思维清晰，语速适中，表达流畅，敢于表达自己的情绪感受。有自制力，有求助愿望，未见精神病性症状。咨询过程合作顺利。

咨询师了解到的情况

既往史

既往身体健康，无重大器质性病变史、无手术史、无传染病史、无高热抽搐及外伤昏迷史。

家族史

家族成员中无精神疾病史。

个人史

独生子，家住城市，经济条件较好。在他上初中时，父母离异分居，但都住在家里。父母离异后很少直接沟通，有什么事都是让他作为中间人

相互传话。他非常反感这种状态，但很无奈。于是，他暗下决心，将来一定要考上大学，而且离家越远越好。

来访者的父亲十分能干，但脾气暴躁。在来访者记忆中，他父亲不止一次地打过来访者的母亲。母亲是一个非常柔弱的女性，沉默寡言，挨打时只会缩成一团哭泣，从来不会反抗。上大学后，一般都是母亲主动给来访者打电话，关心一下他的生活起居。父亲偶尔打电话问问他的学习情况。他跟父母通电话的时间总是很短，因为不想跟他们说话，也不知道说什么。

父亲对他要求严格，他小时候经常被体罚。一提到儿时的体罚，他的神情立即变得严肃而紧张，面色也有些发白。儿时的他非常害怕父亲，因为被打得太厉害了。记忆中，他经常被父亲用皮带抽得无处躲藏，只能抱头缩在墙角，身上很疼，却很少哭。长大后，他越来越恨父亲，恨父亲践踏他的尊严，恨父亲欺凌他的弱小，恨父亲从不关心他的感受。

上大学期间，他先后谈过两次恋爱，都是女生主动追求他。他认为自己并不爱对方，只是享受那种被关心、被照顾的感觉。这两个女朋友都很迁就他，招之即来，挥之即去。平日里，他潜心学习，成绩优异。除了上课，大多时间待在图书馆里，不太关心女朋友。即使跟女友发生性关系，他也认为只是出于生理需求，并无情感成分。对此，他觉得自己不道德，不应该如此。

来访者的父亲年幼丧母，跟随继母长大。作为家中长子，他承担起家庭重担，曾经过得非常艰辛。父亲是个控制欲很强的人，总期望能够把握生活，活得有尊严，常常在家里抱怨自己受到不公正的待遇。

来访者感觉父亲不相信感情。在他离开家上大学的第一年，有一次父亲酒后给他打电话说，这辈子只爱他。但是，他不相信，他觉得父亲谁也不爱。

反馈记录

随着心理咨询的深入(前三次咨询逐层解决来访者与父亲的关系问题，还引导来访者重新看待和体验与父母的亲密关系)，他和父亲的关系有所缓和，暴力冲动明显下降。有时想起自己曾经的冲动，来访者觉得挺可笑的：

“跟别人根本就没有关系嘛，是我自己太敏感了。”

第三次咨询结束的那一周，来访者收到父亲的一封长信，他称其为“一件神奇的事”，因为长这么大，父亲从未给他写过信。这封信让他很受触动，读完信，他主动给父亲打了一个电话——这是他上大学两年以来第一次主动拨打家里的电话。对于这次通话，他的感觉是：“我和我爸好像都开始融化了，不那么冷，也不那么远了。”

第四次咨询，也是最后一次咨询，解决他的性心理问题。三周之后，心理咨询师收到他的短信：“我感觉周围很多同学还是挺不错的。我现在准备参加学校的模型设计比赛……心里有阳光的感觉真好！”

教·学·目·标

1. 掌握心理评估与初步诊断的基本知识及专业技能；
2. 学会从生理、社会和心理三个方面进行病因分析；
3. 探索来访者不同问题行为之间的相关性。

问·题·讨·论

1. 本案例关于来访者症状的初步诊断是什么？其诊断依据是什么？
2. 本案例需要对来访者的症状做哪些鉴别诊断？为什么？
3. 请从生理、社会和心理三个方面进行病因分析。
4. 在前三次咨询中，心理咨询师针对来访者的心理层面逐步解决他与父亲的关系问题，但是在现实层面，心理咨询师并未跟来访者的父亲进行任何沟通，来访者的父亲也无从知道儿子接受心理咨询的事情。为什么来访者会接到父亲的长信，并主动给父亲打电话？如何解释这件事的发生？
5. 来访者的暴力冲动与亲密关系之间是否有关系？为什么？

建·议·作·业

1. 如果你是心理咨询师，你将采用什么心理咨询方法？为什么？
2. 如何评估咨询效果？

案例 2：食欲过旺的女生

PTTC002

本案例为作者的心理咨询案例，仅为课堂讨论提供有关资料。为了尊重来访者并保护其个人信息，作者已隐去来访者真实姓名以及可被辨识的信息。

来访者基本信息 女，21岁，大学生。

主诉及个人陈述

主诉

食欲过旺。

个人陈述

我跟很多女生一样，特别想减肥。可一年来，我的食欲很不正常，总是要吃很多东西。最近半年，食欲变得特别好，也不知怎么回事，我的饭量是只增不减。越想减，吃得就越多，曾经一顿吃下8斤的东西！连我自己都奇怪，胃里怎么能装下那么多的东西！一到吃饭的时候，我就控制不住地猛吃，每次不吃到撑，就不算完。所以经常是吃完了吐，吐完了下顿再接着吃。我觉得自己挺没出息的。

咨询师的观察

来访者身材娇小，脸色发黄，面带愁容。说话时声音略显细弱，语速

稍快，有些紧张和焦虑。眼神无助，目光中流露出几分自责。

咨询师了解到的情况

既往史

既往身体健康，无重大器质性病变史、无手术史、无传染病史、无高热抽搐及昏迷史。因食欲过旺、食量过大，曾主动去医院检查，检查结果未见器质性病变。

家族史

家族成员中无精神疾病史。

个人史

来访者出生在一个普通的农村家庭。父母整日忙于生计，很少能够关心到她的情绪感受。男尊女卑的传统观念驱使父母在她4岁时生育了一个男孩。虽然父母在物质方面对她和弟弟是一视同仁的，但家庭生活的重心还是偏向了弟弟，弟弟得到了更多的关注与呵护。

母亲忙不过来的时候，就让年纪尚小的来访者承担照顾弟弟的责任。有时，她照顾不周，或者弟弟突然哭闹，母亲就会指责她。在来访者的记忆中，母亲冤枉她的事情发生过几次。但无论如何，她很爱弟弟。

在来访者上小学三年级的时候，因为一件小事，母亲错怪了她，数落她好半天，可她既不反驳，也不解释，含着眼泪继续干家务活，还帮弟弟把球鞋刷洗干净，拿到院子里去晾。后来，母亲知道是自己错怪了她，虽然嘴上没说什么，晚饭时却做了她最喜欢吃的红烧鸡块儿。平常，鸡大腿都是分给父亲和弟弟的。那一天，母亲把鸡大腿给了弟弟和她，还当着父亲和弟弟的面夸她是个懂事的好孩子。

负性生活事件

大学一年级第一学期的一天，来访者收到母亲寄来的500元钱，那是她当月的生活费。她高高兴兴地拿着100块钱到学校附近的一家小超市去购物，正在挑选东西的，突然发现刚刚从超市门口走过的一个女生很面熟，

就追了出去。可还没到门口，老板就抓住她，一口咬定她是小偷。无论她怎么解释，老板都不相信，她忍不住哭了起来。生性柔弱的她又急又怕，恨不能跪地求饶，但老板不依不饶，不仅没收了她兜里仅有的100块钱，说是罚款，还强行记下她的姓名、所在学校、班级和身份证号码。临走时，她还被迫写下“保证书”，保证再也不偷东西。

回到学校已是中午时分，她筋疲力尽，感觉很饿，就跑到食堂一股脑吃了很多东西（据回忆，至少有3斤的食物，显然这是一次超量进食）。吃完以后，她的身体恢复了力气，心情也有所好转。

事后，来访者非常担心别人知道自己曾被超市老板抓住。如果别人知道了，肯定会改变对自己的看法，弄不好，大学都念不完。于是，她决定将此事深埋心底，谁都不说，而且再也不去那家超市了。自此，每每想到这件事，她就去吃东西，吃完就会好受许多。过了一段时间，生活依旧平静，慢慢地她也就淡忘了这件事。

然而，狂吃东西的状况却一发不可收拾。一开始，她只在不开心的时候猛吃东西。到后来（大约半年前）无论心情如何，每顿饭都要吃很多。不吃到撑，心里就不舒服，会发慌。为了避免被同学发现，她常常辗转于几个食堂。

由于担心自己变胖，每次吃完之后，就会跑到洗手间，关上门，抠自己的嗓子眼儿，让自己呕吐。吐完之后，心理负担就会减少。等到下一餐，又是狂吃，吃到撑得不行，再让自己吐出来……循环往复。

咨询记录片段

咨询师：在你回忆起那段不开心的经历时，有什么感觉？

来访者：我很害怕，也很委屈。

咨询师：请打个比方形容一下这种心情。

来访者（轻轻地闭上眼睛）：我……好像不是我了，站在一大片空地上，身子挺小的，我变成猪八戒了，脸白白的，瘦瘦小小的……猪八戒怎么会这么小？！（她快速地笑了笑，又皱了一下眉）

咨询师：在想象中把这个画面定格，看着你的猪八戒。