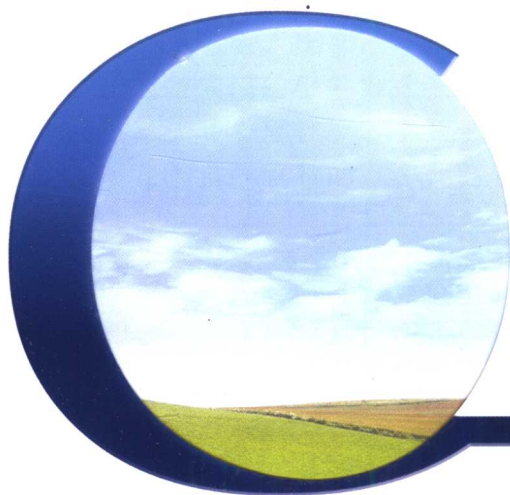


心理

“CT”

——让你了解自我



刘学俊 编著

31个真实案例

精细入微的案例分析

透析个性引发的心理问题

心理专家给予点评答疑

人民卫生出版社

心理“CT”

——让你了解自我



刘学俊 编著

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理“CT”——让你了解自我/刘学俊编著. —北京:
人民卫生出版社, 2005. 7

ISBN 7-117-06947-3

I. 心... II. 刘... III. 心身病—诊疗

IV. R749. 92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 071761 号

心理“CT”——让你了解自我

编 著: 刘学俊

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 67616688)

地 址: (100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: [pmph @ pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

邮购电话: 010-67605754

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 6.5 插页: 2

字 数: 142 千字

版 次: 2005 年 10 月第 1 版 2005 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-06947-3/R·6948

定 价: 18.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



前言

有人说“性格决定命运”，这句话是有道理的。坚强、独立、懦弱、善良、依赖、急躁，人的性格不同，情绪、思维以及行为方式就不同，人际间的互动就不一样，事情的结果也就当然有了差异。面对挫折，有的人能在逆境中奋起，有的人则一蹶不振。何谓性格？何谓个性呢？性格一般是指人比较稳定的心理特征，是个性中最为核心的部分。而个性所包含的内容则较广泛，它既包括一个人的兴趣、爱好、需要、理想与信念，也包括一个人的气质、性格和能力。但是性格是不容易改变的，正所谓“江山易改，本性难移”。其实，个性无好坏之分，每种个性都有各自的长处与短处，都是不“完美”的。我们每个人的个性是不同的，而最关键的问题是要了解自己，知道自己的长处和短处，这样就可以在社会工作、学习和生活等诸多领域“扬长避短，事半功倍”。

心理“CT”是了解自我的一种工具，是由北京回龙观医院邹义壮博士经过长期研究开发的，是目前我国较为成熟的测查个性及心身健康状况的工具之一。该项科研成果曾获得两项国家专利，并获得世界卫生组织(WHO)奖励，获得卫生部和中华医学会优秀论文一等奖及北京市科技进步三等奖等。它可以对人的个性、心理健康和心理素质进行全面的测量，并从269个方面对心理进行量化的分析与描述，可以让我们了解未被我们意识到的东西。应用范围主要是心理与精



神疾病、职业与婚姻咨询、犯罪心理分析和特殊人员选拔、学业咨询等。现几经修订，应用范围已逐渐扩大到综合医院。本人在临床工作中有机会目睹并接触到各式患有心理疾患的人们，书中选取介绍了31个典型案例，包括婚姻、心理疾病、精神疾病、躯体疾病、职业咨询与犯罪心理6个方面。每一案例都有详细的案例分析、治疗干预或咨询建议。通过这些案例我们不仅可以学习到一些心理卫生的常识，还可以从案例中看到自己和周围人的影子，看到不同个性所引发的特定心理问题。本书既可以作为大众的科普读物，也可以作为专业心理工作者学习心理“CT”的辅助材料。希望本书能成为大家的良师益友，对大家的生活有所帮助。对于书中可能存在的不足，欢迎心理界同行提出宝贵意见。

最后，向支持本书编写工作的我院徐宏平主任和屈英主任表示感谢。

刘学俊

2005年6月



目 录

一、心理“CT”知识 1

什么是心理“CT” 1

心理“CT”剖析图 2

二、心理“CT”与婚姻 3

灰色的婚姻 4

她是一个“贤妻良母”，担负着“相夫教子”的重任。她期待着能与丈夫相谐到老，然而她的丈夫却背叛了她，可她仍然能包容他，为了丈夫的荣誉她与丈夫离了婚。可她放不下他，苦苦地等待着丈夫的回归，守望着一份无望的情感。

吵闹鸳鸯 10

争吵其实在每一对夫妻间都可能发生过。有人说“恩爱夫妻不久长，吵吵闹闹到白头”。但争吵并不是一件好事，它能伤害夫妻感情，成为扼杀婚姻的杀手。现在就让我们走进这对夫妻，看一看他们为什么争吵？

闪电婚姻 17

失恋后的她与一直追求她的男人结了婚。但是5年后，她却情不自禁地爱上了另外一个男人，她非常的害怕。事情是如何发生的？让我们一起走进她的情感世界，听一听她的心里话。



“恐婚”男人

26

他有过一份真挚的情感，但他的“前妻”却辜负了他。事情已经过去6年，他仍然不能走出这段阴影，开始新的生活。他与女友相处很好，但却不敢再次走入婚姻的围城。两个人为此感到深深的困惑。

性的困惑

31

他与妻子相亲相爱地度过了13年，孩子已经9岁。而她却突然离家出走，任凭他千呼万唤却没有任何音信，这是为什么？他感到迷惘、痛苦、无助。

三、心理“CT”与职业选拔

37

咨询师的困惑

38

他从小就很胆小，经常被小朋友欺负，为此也经常受到父母的批评。长大以后他成为一名“内科医生”。可他偏爱心理学，医院开设“心理咨询”门诊，他主动请缨上阵。但几年的咨询生涯却让他越来越沮丧，他开始怀疑自己的选择。

压抑的女秘书

44

她是一个“北漂族”，一个能干独立的女人。3年前应聘到一家合资公司担任了总裁“秘书”。这是一个有着高额薪水和优厚福利的职位，可她却有着难言的苦衷。

“马路杀手”

49

他原来是一家公司的老板，由于公司经营不善倒闭

了，留给他的唯一财产是一部“奥迪”。为了生计，他开始了开“黑车”的生涯。尽管有着13年的驾龄，但马路上“险情”不断，被朋友戏称为“马路杀手”。

郁闷的总裁 54

他是一个正直勤奋的工程师，与领导和同事们关系融洽。5年前被委以重任，担任了公司老总。按理这是一件令人羡慕的好事，但他却面临诸多烦恼，甚至想到辞职，是什么原因让他如此困惑呢？

“跳槽”女人 58

她是某名牌大学的高才生，在短短8年的职业生涯中，已经6次“跳槽”，她的朋友都戏称她为“跳槽大王”。现在，她又觉得工作没意思，想第7次“跳槽”了。

⑩、心理“CT”与犯罪心理 64

杀害母亲的中学生 65

他从小就恨自己的母亲，因为学习不好，母亲经常打骂他，不给他自由。除一日三餐之外，生活上不闻不问，也不与他谈心。一天因为学习上的事情，母亲又打他，他实在忍受不了，就用菜刀杀死了自己的母亲。

杀害幼女的博士母亲 70

她是位学者，一位母亲，有着令人羡慕的职业和家庭。可她总感到力不从心，生不如死。她想告别这个世界，可又舍不得年幼的女儿。无奈她亲手杀死女



儿，然后割腕自杀。

嫉妒引发的伤害案

75

他自幼丧母，与父亲相依为命，可父亲的再婚，打破了他的心理平衡。他恨夺走父爱的女人，更嫉妒他们的孩子。于是将刚满5个月的婴儿摔在地上。

四处放火的男人

80

他是一个安分守己的人，但家里4次、村里20多次着火都是他所为。在被抓获后，他没有一点悔意，还说是别人让他这样做的。如果不放火，他就要被人“杀死”。

被压抑男人的愤怒

84

他不满18岁，不喜欢学习，只有小学文化。朋友喝酒时的一句玩笑话刺伤了他的自尊心，让他心生杀机，造成一重两轻的恶性伤人事件。

五、心理“CT”与躯体疾病

89

“娇气”的产妇

90

林女士是一位大龄产妇，快40岁了才怀上孩子，他的老公是个独生子，全家都希望她生个儿子，可结果却是女儿。产后的疼痛和婆婆的冷脸让她终日抑郁寡欢。她患上了隐匿性抑郁症。

站在“生命边缘”的女人

94

她是一位年仅32岁的癌症患者，无情的病痛让她

感到死亡的恐惧和绝望的心境，她甚至想以自杀的方式结束自己的生命。

术前焦虑的教授 99

她是位老教授，患胆结石 20 多年，近年病情逐渐加重，疼痛总不能缓解。她害怕住院做手术。手术前夕，她血压升高、恐惧、焦虑，以致手术不得不一次次延期。

“争分夺秒”的男人 103

他是一个争强好胜的男人，为了自己的事业，为了让人“看得起”，为了学历，他拼搏。可他耗失的除了时间和精力，还有健康，45 岁的他已经第三次躺在了医院的病床上。

六、心理“CT”与心理障碍 108

惶恐不安的白领丽人 109

一次感情创伤带给她的是无尽的烦恼。18 年来每当她遇到压力或挫折，就害怕再次出现那种如入深渊的感觉。她抑郁寡欢，想离开这个世界，却又有些不舍，为此她两次住进医院。

“自闭”的女人 115

她是位漂亮女人，爱上了有妇之夫。当她顶着重重压力，准备和离了婚的男友结婚时，男友却离她而去。巨大的情感打击，使她失去生活的信心，她不愿与人交往，生活在孤独的世界里。



“害怕声音”的工程师 121

他有强迫症，总是注意各种声音，无法集中注意力。想尽力摆脱，可无法控制自己。8年了，这样的生活让他感到很累，很痛苦。他不想活了，因为他不知道他还要熬多久？

“痛”的烦恼 126

她是个能干、说话算数的女老板。同老公一起在北京经营一家服装店。因患腹膜炎做了手术。2年后因腹痛难忍去医院检查，无异常发现。她不相信这样的结果，频繁地就诊于各大医院，做了4次手术，可结果依旧。

贪食的女孩 131

她是一名大学生，曾为减肥而节食。几个月前，突然食欲大增，不管什么东西，看见就想吃。一次能吃20多个包子、一只烧鸡，家里的剩菜、剩饭每次都被她一扫而光。她害怕发胖，不想吃减肥药，可又无法控制贪食的欲望。

不敢看人的大学生 136

他是一名大学生，因认为自己的眼睛长得不好看而不敢与他人目光接触，回避社交活动。经治疗，情况好转，但始终未根除。这是他第一次住院治疗。

博士的忧虑 141

他是一名在读博士，因读了一篇有关“预防心脏



病”的文章，便担心自己会得心脏病，学习时精力不集中，感到胸闷，有“大祸临头”之感。而且这种感觉不断加重。

抑郁寡欢的老人

145

这是一位 65 岁的老人，家庭和睦，儿女孝顺。因突发脑血管梗死，治疗及时，没有留下任何后遗症，但她却抑郁寡欢，总觉得生不如死。

七、心理“CT”与精神疾病

151

被人“洞悉”的烦恼

152

他是一个内向自尊的男孩子，学习成绩优秀，曾就读于某重点中学。高考落榜后，进入复读班学习。他感到没面子，怕碰见旧校的老师、同学，抑郁哭泣，跳楼自杀。

做事缓慢的护士

157

从事护理工作 10 年有余的她，近来被发现工作很慢，有时连输液也要花费很长时间。她话语减少，工作时常走神。在家与家人争吵，家人怀疑她精神有问题，让她入院治疗。

“口若悬河”的女人

161

她是一名大学老师，性格外向开朗。因无诱因的突然兴奋、话多，到处乱走，被诊断为“躁狂症”。她多次住院治疗，但病情反复，不见好转。



卧轨自杀的研究生 165

一位正在攻读硕士学位的研究生，交替出现情绪低落、少语、兴趣下降与情感高涨、话多夸大和爱发脾气。近来多次出现自杀行为，家中无法护理，被送入医院。

八、附录 169

常用的自我心理调节术 169

几种常用的心理疗法 183

精神卫生小常识 190



一、心理“CT”知识

什么是心理“CT”

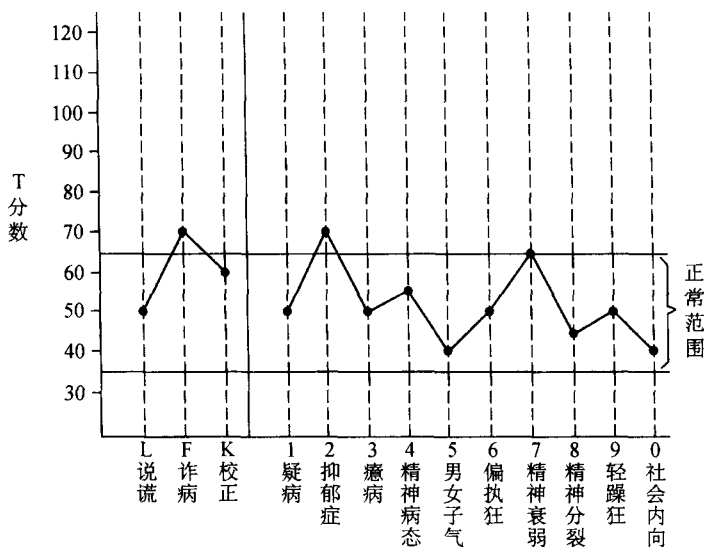
心理“CT”，也称计算机多向个性测查专家解释诊断系统，它是在美国“明尼苏达多向人格测查问卷”的基础上发展起来的，包括566个问题，要求逐一进行“是”或“否”的回答。这些问题无对错之分，都是我们日常生活中经常遇到的问题。我们既可以通过计算机触摸屏直接回答问题，也可以使用文本问卷，将答案涂在光电卡上。测查结束后，系统会打印出13页的心理分析报告。心理“CT”有9种专用报告，包括：精神卫生、心理咨询、综合医院、心理护理、学业咨询、职业咨询、婚姻咨询、犯罪心理和驾驶员心理考评。我们可以根据自己的需求，选择报告的类型。

由于个性问题的复杂性和矛盾性，进行心理“CT”测查要到医院或专业的心理咨询机构，由专业人员进行测查，并对测查结果给予正确的解释。对于本书中有关心理“CT”测查结果的内容，如果感到艰涩难懂，你可以跳过，直接阅读案例分析。个性中比较重点的问题，案例分析都会涉及到。

为了便于大家更好地理解心理“CT”，我们将心理“CT”剖析图附后，并给予简短的解释。



心理“CT”剖析图



注释

1. 心理“CT”是以标准T分为记分方法，正常范围在35~65分之间，当量表分数高于65分时，为“高点量表”，低于35分时，为“低点量表”。

2. 心理“CT”剖析图中的L、F、K为效度量表，也就是准确性量表。主要用于防止被检查者在测查时说谎、装好、装坏、伪装精神病等方面的问题。

3. 在心理“CT”剖析图中的1、2、3、4、5、6、7、8、9量表，我们称其为临床量表。这8个量表中的最高两点，我们称之为两点峰，也就是测图类型。如：本剖析图中最高的两点是2、7量表，我们就称其为“27测图”。两点测图显示的是最为典型的个性心理特征。

三、心理“CT”与婚姻

在临床婚姻咨询中，经常听到这样的话或这样的离婚理由：“我们性格不合”、“我们性格差异很大”。那么，个性与婚姻究竟有没有关系呢？有，这一点是肯定的。

夫妻的个性对婚姻关系的影响是比较大的，夫妻性格并没有匹配与不匹配之分，感情因素是婚姻中最重要的东西。但具有不同个性特征的人结合到一起，会产生一些特定的问题，特别是个性差异较大的夫妻会出现“相爱容易相处难”的倾向。但有些问题是在心理医生的帮助下得以解决的。在婚姻咨询与治疗方面，心理“CT”有以下几方面的用途：

1. 筛选精神病理性问题

心理“CT”能够准确地发现存有心理及精神病理疾病的患者，对于这部分患者，首要的问题是进行疾病方面的治疗和干预，婚姻治疗需要在疾病的康复期才可以进行。

2. 作为心理治疗的辅助工具

心理“CT”可以协助治疗者发现夫妻双方潜在的“心理问题”和双方的个性心理特质，从而制定出切实可行的干预措施。此外，它还可针对不同个性易产生的婚姻问题提出相应的咨询建议。

我们可以通过本专题的5个案例，看到不同个性夫妻易发生的矛盾与冲突以及心理“CT”在婚姻咨询领域的应用。



灰色的婚姻

她可以说自己是一个“贤妻良母”，担负着“相夫教子”的重任。她期待着能与丈夫相谐到老。然而，她的丈夫却背叛了她，可她仍然能包容他，为了保全丈夫的荣誉，她与丈夫离了婚。可她放不下他，苦苦地等待着丈夫的回归，守望着一份可能无望的情感。

我今年42岁，是一名公司的职员。与丈夫结婚已经15年了，我们有一个女儿。我的丈夫是一家金融公司的经理。前几年，我们贷款买了一所180平方米的大房子，汽车也有了，女儿也考上了一所重点中学，生活可谓是芝麻开花节节高。

表面上看，我是一个幸福的主妇。可实际上，我的内心充满了苦楚，事情还要从5年前说起。5年前，我发现我丈夫有了外遇，对方是他单位的同事小芳，一位厚颜无耻的女人。不是我故意贬损她，是丈夫单位里的同事告诉我的，这个女人跟谁都上床，专门诱惑已婚的男人。我老公肯定是上了她的当，受了她的骗，他真正爱的人是我。老公也曾告诉我，他和那个女人只是逢场作戏，不会对她动真情的，但我还是接受不了这样的事实。因为我们的夫妻感情很好，我一直都很相信他，我哭闹了好几个晚上。最后，总算让他答应与对方中断了关系。但实际上，他一直在欺骗我，我想离婚，可我割舍不下这十几年的夫妻之情以及孩子没爹少娘的日子。我也不知道，没有他的日