

# 1 例性心理创伤个案的临床治疗与分析

江 北

【关键词】 性心理创伤; 个案分析; 临床治疗

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

doi: 10.11886/j.issn.1007-3256.2015.04.033

心理创伤通常会导致许多严重心理问题的发生,是心理问题的重要根源所在。因此,需要对创伤心理进行有效的理解和分析。然而心理创伤可以影响到个体的身体机能以及智力、情感、情绪和行为等<sup>[1]</sup>。个体面对心理创伤会呈现不同的反应,需要对创伤细节进行熟练掌握,以便为其心理治疗提供依据<sup>[2]</sup>。另外,在临床研究中发现,心理创伤的早期治疗尤为重要,心理分析主要分为倾述、阐释、辅导和转化四个阶段。

## 1 案 例

1.1 基本情况 来访者 A,女,19岁,刚进入大学不久。其主动寻求心理咨询与治疗,问题主要为有童年期创伤性经历,母女关系不和,学习压力大以及人际关系等方面。A 神志拘谨,衣服颜色通常为黑色,口语能力较强,思维清晰,模仿能力较强,层次分明。通过第 1 次和第 3 次心理咨询了解到: A 家中共 4 人: 父母,弟弟和自己。父母关系一般,在 A 童年与少年时期,父亲通常不在家,与母亲接触时间较多,但母亲脾气暴躁,时常对 A 动怒打骂。而弟弟性格也存在一定的问题, A 问题主要来源于母亲的教养不当,与母亲关系不和等。

通过前几次的交流,心理咨询师了解到 A 常见的心理问题包括: (1) 学习压力大。由于学习成绩一般,周围学生学习比较优秀,经常在上课时由于紧张而影响学习效果。因此经常失眠,心跳加速。(2) 童年创伤性问题。在 12 岁那年,有一天 A 独自家,邻村一成年男子潜入家中,将其强暴。事发后, A 与母亲说起此事,母亲认为多一事不如少一事以及家丑不可外扬,告知 A 此事不得外扬,加之与母亲关系不和,导致 A 记恨母亲。(3) 母女关系不和。童年时期, A 放学回家要做饭,做得不好吃会被母亲骂。少年时期,由于 A 在外地读书,只有在需要生活费的时候,母女才会电话交流。母亲对 A 的生活以及成绩等漠不关心。甚至默认村民和邻居背后说

“A 是捡回来的孩子”。

## 1.2 治疗过程

1.2.1 初步分析与诊断评估 A 童年时期有过被他人性侵犯的创伤性经历,并且在一定程度上存在被虐待倾向。同时,缺乏与母亲稳固的情感依恋经历,在童年存在分离性创伤。缺乏安全感,长期缺乏母爱。对其进行 DES 分离体验测试,分值高达 0.82 分。A 对自身的创伤性经历,无意识的使用分离对其进行应对。

1.2.2 确定治疗目标 治疗初期解决 A 的学习压力与逃避问题; 治疗中期解决 A 与母亲不和的问题; 治疗的最终目标是对创伤经历及其相关事件不再回避,化解由创伤经历引起的各种问题与症状<sup>[3]</sup>。

## 1.2.3 治疗进程

1.2.3.1 治疗初期(第 4~6 次治疗) 主要通过催眠和自由联想治疗,让 A 更加了解自我。为有效缓解 A 的紧张心理,需要从分析与认识自我的治疗开始,由意识开始逐渐进入到无意识状态。在治疗初期,使用轻度的催眠技术,通过暗示和放松指导: 让 A 舒适地坐在椅子上,闭上双眼,感受自身的内心世界,进入到轻度催眠状态后,开展自由联想治疗。经过几次治疗后, A 睡眠质量显著提升,情绪改善,但上课仍然紧张,经过分析后,找出问题原因是由于 A 对老师不满,无意识对老师不认同而产生抗拒心理,在与老师的人际关系中,采用回避方式解决。治疗后, A 的学习压力得到有效缓解,症状逐渐转化。

1.2.3.2 治疗中期(第 7~17 次治疗) 主要采用梦的工作技术来缓解母女关系和心理创伤问题。首先,对 A 的童年分离焦虑创伤进行分析。通过 A 讲述的梦境并对梦境中的人物进行分析,以便对自身和母亲进行全面分析。其次,将母亲阴影与心理创伤躯体化。由于 A 对其外貌不够自信,想通过整容来改变现状。由于母亲通常无意识的表达对 A 外貌的批评与指责,并将其外貌缺点作为聊天话题。A 将心理问题躯体化,从而导致其存在整容的想法,试图通过躯体问题的解决来解决心理问题。另外,

附 7

作者单位: 621000 绵阳师范学院

分离焦虑与创伤初步转化。在治疗阶段中,有一次 A 与母亲大吵,将自己对母亲的各种不满和怨恨讲出,母亲得知后,哭诉并告知 A,她是母亲的亲生女儿,由于 A 刚出生时出现状况,按照当地的习俗认干妈,女儿就要被带走。直到女儿 4 岁才被接回来,导致母女关系疏远,而母亲感觉女儿不喜欢自己,常打骂女儿。母亲希望得到 A 的原谅, A 在后期治疗的过程中感受到父母对自己的关爱,体会到家庭的温暖。使得 A 与母亲关系转变。

1.2.3.3 治疗后期(第 18~24 次治疗) 主要是 A 的成长与转化阶段,治疗目的是让 A 面对创伤,并获得重生。A 仍在感情中挣扎,但在此过程中 A 在不断成长和领悟,会冷静地分析情感,理性思考,开始思考与反问自己该做什么,理解自己对情感的依赖原因。A 开始接纳自我,接受现实,脸上笑容逐渐增多,与咨询师更加亲近。

## 2 讨 论

A 童年遭受的强暴事件,发生在其不能自保和处理创伤的年龄,将唯一希望寄托给母亲,以便获取一丝安慰和支持,但事与愿违。相关研究表明,缺乏母亲支持的性虐待个体,通常将心理伤害能量聚集到内心,对自我进行伤害。而愤怒的对象是母亲,最终导致其拒绝与否认,例如认为自己不是母亲的亲生女儿。由于这部分能量指向外部,使得母女关系加快缓解。而 A 创伤性回避处理时间较长,主要是需要做准备与酝酿<sup>[4-6]</sup>。

治疗中,首先通过催眠技术以及自由联想全面了解 A 的内心世界,催眠技术主要是心理医生或催眠师运用特殊的方式,使来访者进入到催眠的状态,通过对来访者进行暗示,催眠师与来访者保持密切的感应关系,同时,催眠师能够根据来访者自身心理情况有计划地调控来访者的感受阈限和忍受阈限,从而达到治疗的目的<sup>[7-8]</sup>。在个案 A 中,心理医生通过催眠方式让患者了解自我,并根据患者出现的心理情况,由浅入深地解决心理问题。通过催眠得知个案对老师不满,学习压力较大等问题,并通过暗示与自由联想的方式对其进行控制,使得患者开始面对现实,认真分析自我心理情况。其次,通过梦的

工作技术来治疗,心理医生通过引导个案讲述自己做的梦,并引导个案对梦中出现的情景、任务以及事件进行分析,从而缓解与母亲关系不和的问题。后期通过与 A 的深入交流和沟通,让个案逐渐成长,不断对自我进行深入的了解,直面现实,逐渐对自己情感进行思考。通过一系列的心理治疗,使得 A 逐渐认可自己,了解自己,不再回避现实,并从中学会化解问题。

另外,有研究表明,创伤形成的丛集为情结<sup>[9]</sup>。心理分析治疗中,当个案认同自身的情结,就会表现出特定的心理问题。对正常的个体来说,情结是比较正常的,但是如果被情结控制,容易出现各种心理问题,需要心理咨询师正确识别个案可能会出现各种症状,并对其转移和把握,从而设计出全面、高效的治疗方案<sup>[10]</sup>。其中心理分析与治疗的目的是通过观察并理解情结在心理与行为中的作用,以便降低情结的消极影响。在治疗的最后阶段, A 对自己的过去以及创伤呈现出一种包容与接纳的态度,学会拥有情结,而不是被情结控制。

## 参 考 文 献

- [1] 赵冬梅. 弗洛伊德和荣格对心理创伤的理解[J]. 南京师大学报(社科版), 2013: 435-436.
- [2] 赵冬梅, 刘志雅. 创伤性分离个体注意加工的 STROOP 效应[J]. 心理科学, 2012, 34(12): 217-218.
- [3] 叶玲, 凌辉, 熊恋. 青少年防御方式发展特点的研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2013, 34(23): 132-133.
- [4] 孟宪璋. 一位失眠患者的精神分析治疗[J]. 中国临床心理学杂志, 2014, 28(12): 874-875.
- [5] 赵冬梅. 一例性心理创伤个案的临床治疗与分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2013, 28(13): 942-943.
- [6] 申荷永. 心理分析: 理解与体验[M]. 生活·读书·新知出版社, 2014: 145-146.
- [7] DePrince AP, Freyd JJ. Forgetting trauma stimuli[J]. Psychological Science, 2012, 15(7): 488-492.
- [8] DePrince AP, Freyd JJ. Dissociative tendencies, attention and memory[J]. Psychological Science, 2011, 10(5): 449-452.
- [9] 赵冬梅, 申荷永. 解释学与荣格心理分析[J]. 南京师大学报(社会科学版), 2013, 23(8): 213-214.
- [10] 施琪嘉. 精神分析在中国的应用前景[J]. 上海精神医学, 2013, 22(14): 837-838.

(收稿日期: 2015-08-13)