

## 认知因素引发心理问题案例分析

认知因素致病在临床上经常可以见到。依据临床案例分类，可把致病的认知因素分为两大类。一类可称为知识性的认知偏差，如错误使用概念，对事物缺乏深刻了解；第二类可称为个性认知偏差，这一类多表现为逻辑使用失误或固执的思维方式。

(一) 关于如何从个人心理发育史资料入手，查看认知能力和成长中是否有错误观念产生的事例

例 1-32 X X X，男性，20 岁，父亲是个体企业老板。

高二辍学，现在一家外资企业干体力活。曾有两次自杀均被抢救过来。母亲陪来咨询，一见面就说自己有“恋母情结”，怕“乱伦”。

自述小学 3—4 年级可爱，5—6 年级顽皮，打架、骂人偷东西。送到做教师的姨母家住，要求严格，学习成绩变好，并且考入初中，到初二时从原来班中的 30 名变为前 10 名。但恰在此时，暗恋本班的一名女同学，在她面前逞强，惹得对方大笑，认为那是“嘲笑”而感到尴尬，心情不好，学习退步。初三时得到一位好老师的帮助和鼓励，学习又有进步并顺利升入高中。

上高一时，告诫自己千万不能再想男女之事，以免影响学习。高二达到班级第二名，自认为不幸的是此时从外地转来一位女同学，长得漂亮，一开始见到她就担心自己会“陷下去”，并认为“这下完了”。想挣扎不去想，但自己管不住自己，上课时要多看她几眼，为此痛苦，觉得“命中注定，难逃一劫”，服用了“50 片安定”，抢救过来之后，被家人送往某医院，开始服用“百优解”无效后，又服用“氯氮平”，休学在家。夏天一日吃饭时见母亲穿得很漂亮、很性感而有“邪念”，认为自己“罪不可赦”、“死有余辜”，于是通过干体力活、自残（螺丝刀扎手、刺胳膊）来惩罚自己和转移邪念。见到漂亮的女孩子就想亲近她，觉得可耻，认为自己“无可救药”了，又服用 1 瓶安定，昏迷 3 昼夜被抢救过来。也曾求助过心理热线，用过“森田疗法”，无效而来。

本例早期症状是青春期时对异性的爱慕或好感的正常性心理变化，因为没有这方面的知识，对此做了“罪恶”、“可耻”的错误认知而引起的。该生的这种错误认知与“完美主义有关”，即脑子中只能学习，不能有任何“杂念”，否则就不宽恕自己，甚至不容许自己生存。当时如果给予指导，可能不至于产生自杀及其后抑郁情绪的严重的后果。



虽然有过自杀的极端行为,但从他当时内心的痛苦感受及对症状的自知来分析,诊断“精神分裂症”显然是不对的。进一步的咨询要解决“乱伦邪念”问题。每次咨询均由母亲陪来,观察到母亲对儿子倍加呵护,为其整理衣服,梳理头发,遂了解到母亲自小娇惯和宠爱这一独生子,至今为他洗衣袜、盛饭、端水。咨询师建议立即改变这一“不健康的行为方式”,要求去饭店时由儿子料理一切,侍奉母亲。向母子说明这是一种治疗对母亲过分依恋的有效方法。午饭回来,母子情绪都非常好。儿子说自己好像一下子长大了,头脑清楚多了。嘱回家后就要按照这一原则生活,3个月后,病情好转,准备复学。本例还说明,有些问题产生的原因是在咨询过程中不断发现和认识的。

## (二) 关于如何查看求助者对现实问题有无误解或错误评价的事例

例 1-33 xxx, 男性, 19 岁, 父亲为县城教师, 其为高三学生, 已经被定为保送某大学新生, 自认为能力不够, 近来有失眠、头痛, 怕学习有困难而来求助。

自幼内向, 在陌生人面前特别拘谨, 初中时当过班长, 工作不顺利, 认为自己没本事, 自卑, 后自动辞职。老师同学都挽留, 认为干得不错。欣赏孟子的“仁爱”, 认为社会里黑暗的东西太多, 自己常有“愤世嫉俗”之感。喜欢看名人名言, 欣赏拿破仑, 想扫除一切丑恶腐败但又做不到。对“性”的看法很保守, 认为自己应当是一个“一本正经”的人, “但有时又有杂念”。有时, 对一些不能解释的自然现象感到困惑, 怕“被迷信思想俘虏”, 怕“精神分裂”。认为家长供自己上学不容易, 怕“学习不好, 对不起祖列宗”。本例测 EPQ: E3、P10、N20、LS; SCL—A10 中强迫、人际关系、焦虑、抑郁分值均呈中等程度的偏离正常。诊断为焦虑性神经症。分析其原因与性格内向、富于内省及凡事都追求完美有关。该分析中也看出该生对问题产生的原因多采取归内因解释, 因而容易有自责自罪。

## (三) 关于如何分析求助者内在世界中无新、旧观念冲突或对人、对事的持久偏见的事例

例 1-34 X X X, 女性, 34 岁, 职员。

患者主诉: 近半年来, 终日心烦, 注意力不能集中, 工作效率很低, 情绪低落, 失眠, 乏力。

个人生活史: 自幼丧父母, 被姑母收养。从小学到中专毕业, 一直比较顺利。27



岁结婚，一直来生育。婆婆为此很不高兴，对其态度冷淡。去年秋天，患者发现丈夫与同院的女邻居有越轨行为，虽经丈夫解释后能基本原谅，但心里总觉得不愉快，可自己不能生育，所以对丈夫有负疚感。今年春天开始，患者内心冲突很大，想另外寻找新的生活，不愿再这样生活下去，但又觉得一个女人离婚后再结婚太难为情，多少年来自己一直清白和守规矩，如一离婚，岂不破坏了自己的形象，在这种矛盾冲突中，精神日渐颓萎，生活兴趣渐渐低落。

该患者的心理障碍是由新的观念与旧的行为模式的冲突造成的。而旧的行为迷失在一种错误的和陈旧的观念支配下形成的，所以归根结底是新旧观念的冲突，这类问题虽然与社会文化和传统影响有关，但个人的认知偏差却是造成问题的关键。

#### （四）关于如何寻找求助者的记忆中有无持久的负性情绪记忆的事例

例 1-35 X X X，女性，29 岁，大专文化程度，管理人员。

患者主诉：经常头痛，健忘，一考试就紧张，睡眠不好，多梦，白天嗜睡，乏力，头昏。近半年来，情绪低落，经常委屈、哭泣，对未来觉得太遥远，而现实又冷酷。工作和学习压力太大。

个人生活史：幼年时，由于父母感情不和，家庭气氛终日紧张，母亲偏爱弟弟，常常打骂患者。父母多年分居，矛盾从未缓和过。“文化大革命”期间，在学校受欺辱，同学们在墙上到处写“打倒 xxx（患者的名字）”，有意孤立患者，使其经常蒙受羞辱。不久前恋爱失败，心里的委屈没处倾诉，母亲和父亲的关系一天天恶化，由于一直没结婚不得不和家人住在一起，无法摆脱家庭带来的烦恼。

从该例主诉的精神状态和躯体症状可以看到患者有着较严重的心理障碍，心理障碍既影响着她的情绪，也影响到她的思维，同时也使她对自己失去信心。那么这种情绪抑郁。委屈感和自信心不足的原因在哪里呢？从患者自己写的一份自述中可以得到答案，患者写道：

……咱从有了弟弟以后，大家的注意力转移了。上学以后，有时我把好成绩拿给母亲看时，旁人都说好，而母亲却说将来儿子上学一定比女儿好，当时旁人没有做声。但从那以后，我就不断地感到在家庭中缺少重视和母爱，常常想，我要和别人一样有个哥哥或姐姐多好，或是没有弟弟也好。多年来我与母亲关系相处不好，别人不能理解，



我把自己紧紧封闭起来。感觉自己就好像是在一个纸盒中，就是无法逃出来……长期家庭不和给我带来的心灵创伤，是很难愈合的……还有母亲，那让人心中充满了深深的恨和更深的爱而集于一身的母亲，说起来她这一生并没有享受到做母亲的快乐，而我也没有品尝到什么是做女儿的幸福，她不懂得施爱。作为儿子，那是她将来的依靠。为完成一个生命过程的寄托，她对他有所求；作为女儿，那是自降生以来就大了她一笔一辈子也还不完的债，她需要的是钱和物，没有吗？那你就应该备受侮辱和折磨……你不堪忍受吗？要反抗就是大逆不道，不义不孝，哪有晚辈违背长辈意志的道理。你说这是封建家长制，可谁管呢？自古如此，这是残酷的现实。用这沉重的心，写这沉重的事，呼吸沉闷的空气，看着这压抑的世界……

例 1-36 X X X, 女性, 17 岁, 初中文化, 农民。

患者主诉：对自己无信心，感到做不好任何事，对事对人都冷漠，无所谓。有时想哭，高兴不起来，有时一句话也不愿意说，每天无论什么时候都回忆往事、回忆童年。

医生：这种情况在什么时候开始的还记得吗？

患者：一年前，我姐姐因对婚姻不满与家人闹矛盾，家里吵成一团，当时我心里压力很大。有一天，有一个人闯入我家，拿菜刀逼我父母，我当时吓得发抖，从那以后就开始了。

医生：你为什么总要回忆童年呢？

患者：童年的事印象太深了，特别是父母打架的场面和母亲醉酒后失态的情景总出现在眼前。母亲和父亲吵架后拿我出气，狠狠打我，现在想起来心里都发抖。

患者的情绪障碍和躯体反应的直接原因是家庭问题。而且经验背景上的阴影也是来自家庭问题，其自信心不足和懦弱的个性，是由于缺乏童年期的母爱造成的。弗洛伊德说过，“自幼充分享受母爱的人一生充满自信”，该例从反面证实了他的这一判断。

