

## 2014年11月心理咨询师三级 (技能选择题、案例问答题)真题

### 第一部分 技能选择题

(第1~100题,共100道题)

本部分由十四个案例组成。请分别根据案例回答第1~100题,共100道题。每题1分,满分100分。每小题有一个或多个答案正确,请在答题卡上将所选答案的相应字母涂黑。错选、少选、多选,则该题均不得分。

#### 案例一

一般资料:求助者,男性,41岁,国企职员。

案例介绍:求助者由于亲子问题前来咨询。

下面是心理咨询师与求助者之间的一段咨询对话。

求助者:我儿子今年十四岁,读初中二年级。他上小学的时候,我一直在外地工作,一个月才回一次家,只有他妈妈和他生活在一起。儿子小时候就很顽皮,他妈妈根本管不了他。每次我回家,他妈妈就会和我说孩子又如何的不听话,我听了以后就会特别生气,然后就把孩子揍一顿。孩子读初一的时候,我申请调动工作回到本地。回来一段时间后,我发现孩子很怕我,平时基本不和我交流,更不会和我说心里话。孩子处在青春期,作为家长,我居然一点都不清楚孩子心里的想法,我很着急。于是我就经常找机会和孩子沟通,试着和他做朋友。可是,我儿子根本就不愿意理我,一回到家就躲在自己的房间里。我现在特别烦躁。孩子有时候做错事,我忍不住就狠狠地训他,甚至会像他小时候那样揍他。因为这个,孩子更加躲着我了。您说,我该怎么办啊?

心理咨询师:您的孩子正值青春期,很少和您交流,尽管您非常努力地尝试着与孩子多沟通,但似乎没有什么效果,这让您很着急,对吗?

求助者:是啊!我现在不仅着急,还特别生气。我这个当爸爸的都主动向他示好了,这孩子不但不领情还总躲着我,您说气人不气人!

心理咨询师:我非常理解您做父亲的这种心情。您刚才说您认为只要主动和孩子沟通,孩子就应该积极配合您对吗?

求助者:那当然,我是他爸爸,他就应该听我的!

心理咨询师:那您的意思是,孩子一定要事事听从家长的安排。

求助者:是呀,家长做的一切都是为了孩子好啊。

心理咨询师:那您小的时候,事事都听从您父母的安排?

求助者:……(沉默),那倒也不是。

心理咨询师:那是什么原因,使您没有事事听从您的父母呢?

求助者:小孩子嘛,总会有些自己的想法,而且有时候明知道父母是对自己好,但就是接受不了父母的一些教育方法。

心理咨询师:您说得很对。那您有没有想过您的孩子也许就是接受不了您的教育方法呢?

求助者:……(沉默),也许我的方法真的有问题?您有什么好的建议吗?  
心理咨询师:您以前的教育方法主要是批评甚至是体罚,这样很容易引起孩子的逆反心理。我建议您在教育孩子的过程中,对孩子的积极行为多给予奖励和表扬,对孩子不太过分的消极行为进行漠视和淡化。

多选:1. 该求助者的情绪症状包括( )。

- A. 紧张      B. 抑郁      C. 烦躁      D. 愤怒

单选:2. 在本案例中,求助者不合理信念的特征主要是( )。

- A. 个人化      B. 绝对化要求  
C. 选择性消极关注      D. 过分概括化

单选:3. 在本案例中,求助者教育孩子的方法属于( )。

- A. 消退法      B. 阳性强化法      C. 惩罚法      D. 代币管制法

单选:4. 在咨询对话中,求助者第一次沉默可能是( )。

- A. 反抗型      B. 思考型      C. 内向型      D. 情绪型

多选:5. 在本案例咨询过程中,心理咨询师表现出的咨询态度包括( )。

- A. 面质      B. 设身处地      C. 尊重      D. 积极关注

多选:6. 在咨询过程中,心理咨询师使用的参与性技术包括( )。

- A. 倾听      B. 开放式提问      C. 说明      D. 封闭式提问

多选:7. 在咨询过程中,心理咨询师使用的影响性技术包括( )。

- A. 指导      B. 内容表达      C. 释义      D. 情感表达

单选:8. 在本案例中,心理咨询师建议求助者对孩子尝试的新方法属于( )。

- A. 增强法      B. 代币管制法      C. 消退法      D. 阳性强化法

单选:9. 本案例中咨询师针对求助者所用的咨询方法属于( )。

- A. 合理情绪疗法      B. 阳性强化法      C. 行为渐隐技术      D. 代币管制法

多选:10. 行为矫正的常用方法包括( )。

- A. 增强法      B. 惩罚法      C. 消退法      D. 代币管制法

#### 案例二

一般资料:求助者,男性,40岁,外企高管。

案例介绍:求助者于国外名牌大学博士毕业,回国后一直在一家知名外企工作。

求助者全心扑在事业上,一直无暇顾及个人问题。两年前经人介绍,结识了现在的女友。虽然求助者比女友大了十几岁,但相处一年多以后,双方都觉得对方比较适合自己,很快发展到谈婚论嫁的阶段。但让求助者没想到的是,女友的父母以求助者年龄过大为由,坚决反对两人的婚事。求助者希望女友能够冲破家庭的阻挠,尽快和自己结婚。但女友觉得父母年纪大了,身体又不好,应该耐心做父母的工作,不应不顾老人的感受而仓促结婚。三个月前,求助者和女友为了结婚的事情,发生了激烈的争吵,随即两人陷入冷战。正当求助者为感情问题烦恼的时候,求助者的下属在工作中出现了重大失误,险些给公司造成巨大损失。因为这件事,求助者受到了总公司高层领导的批评。这让求助者觉得很没面子。两个多月来,求助者一直郁郁寡欢,心情烦躁,食欲下降,经常失眠,工作时也无精打采,工作效率明显下降,回避同事同学的聚会。

心理咨询师观察了解到的情况:求助者是家中独生子,从小学习成绩优异,争强

好胜,追求完美,较自我中心。

多选:11. 该求助者目前的情绪症状包括( )。

- A. 烦躁 B. 恐惧 C. 愤怒 D. 抑郁

多选:12. 该求助者遭遇的负性生活事件包括( )。

- A. 四十岁未结婚 B. 女友父母反对婚事  
C. 比女友年龄大 D. 受到公司领导批评

多选:13. 该求助者社会功能受损的指标包括( )。

- A. 与女友冷战 B. 工作效率明显下降  
C. 被领导批评 D. 回避同事同学聚会

单选:14. 该求助者承受的压力属于( )。

- A. 单一性生活压力 B. 叠加性压力  
C. 破坏性压力 D. 精神性压力

多选:15. 引发该求助者心理问题的可能原因包括( )。

- A. 与女友冷战 B. 人格特征 C. 被领导批评 D. 情绪困扰

单选:16. 对该求助者最可能的诊断是( )。

- A. 一般心理问题 B. 严重心理问题  
C. 神经症性心理问题 D. 精神病性问题

多选:17. 对该求助者可以采用的心理测验包括( )。

- A. SAS B. EPQ C. SDS D. 16PF

单选:18. 在本案例中,最恰当的咨询目标是( )。

- A. 改善负性情绪 B. 与女友结婚  
C. 提高工作效率 D. 缓解躯体症状

单选:19. 在本案例中心理咨询师要与求助者商定咨询目标与方案,应该在( )。

- A. 诊断阶段 B. 咨询阶段 C. 巩固阶段 D. 提高阶段

多选:20. 心理咨询师应当持有的咨询态度包括( )。

- A. 尊重 B. 热情 C. 真诚 D. 积极关注

### 案例三

一般资料:求助者,女性,38岁,事业单位职工。

案例介绍:求助者大专学历,工作能力强,人际关系好,深受领导和同事的好评。一年前,因为没有本科学历,在单位的干部竞聘中,未能如愿竞聘为副处级干部。这件事情让求助者认识到学历的重要性。此后,求助者对自己读小学的女儿开始严格要求。半年前开始,求助者除了要求女儿完成学校的学习任务外,还让女儿参加很多的校外补习班。两个月前,求助者和丈夫商量再给女儿多报一个补习班时,丈夫表示强烈反对,并指责求助者剥夺了女儿所有的业余时间,让女儿成为学习机器。求助者当即和丈夫大吵一架,此后一直和丈夫处于冷战状态。近一个月来,求助者每当想到丈夫不但不理解自己的苦心,还对自己横加指责,就感到很伤心,同时也非常愤怒,有时还有头痛、头晕的情况。只有不想这件事的时候,心情才会好些。

心理咨询师观察了解到的情况:求助者是家中长女,好强,追求完美。

多选:21. 该求助者的情绪症状包括( )。

- A. 恐惧 B. 悲伤 C. 烦躁 D. 愤怒

多选:22. 该求助者的躯体症状包括( )。

- A. 头痛 B. 食欲下降 C. 头晕 D. 睡眠问题

单选:23. 该求助者症状持续的时间是( )。

- A. 一个月 B. 半年 C. 两个月 D. 一年

多选:24. 心理咨询师还需要了解该求助者的资料包括( )。

- A. 性格特征 B. 体检报告 C. 认知倾向 D. 病程长短

多选:25. 该求助者的心理状态属于( )。

- A. 心理正常 B. 心理异常 C. 心理健康 D. 心理不健康

单选:26. 对该求助者最可能的诊断是( )。

- A. 一般心理问题 B. 严重心理问题  
C. 神经症性心理问题 D. 精神病性问题

多选:27. 在本案例中,恰当的咨询目标包括( )。

- A. 让丈夫理解自己 B. 改善情绪症状  
C. 让女儿努力学习 D. 学会理解别人

单选:28. 如果在咨询阶段,该求助者一直处于强烈的情绪反应状态,这说明该求助者出现了阻抗,其阻抗的表现形式属于( )。

- A. 理论交谈 B. 情绪发泄 C. 谈论小事 D. 假提问题

多选:29. 在本案例中,咨询师方面对咨询关系的建立与维护有至关重要的影响因素包括( )。

- A. 咨询理念 B. 咨询态度 C. 个性特征 D. 咨询理论

30. 心理咨询师控制会谈和转移话题的技巧包括( )。

- A. 释义 B. 引导 C. 中断 D. 情感反射

### 案例四

一般资料:求助者,女性,32岁,公务员。

案例介绍:求助者两年前离异,一直独自带着孩子生活。一年前,求助者与多年未联系的初恋男友偶遇。初恋男友一直未婚,当得知求助者离异后便对求助者展开追求。随着时间的推移,两人相处越来越融洽。几个月前,求助者正式向孩子介绍自己的男友。没想到8岁的儿子对男友非常排斥,甚至表示如果求助者再婚,他就要和爸爸一起生活。儿子的强烈反对让求助者非常为难,一方面舍不得孩子离开自己,另一方面又不愿辜负真心对待自己的男友。两个多月来,求助者一直情绪很低落,无精打采,注意力不集中,记忆力下降,工作效率因此明显下降。求助者甚至开始回避和同事聊天,因为一旦听到他人聊起家庭、婚姻的话题,求助者心理就会很不舒服。

心理咨询师观察了解到的情况:求助者是家中独生女,父母均是军队退休干部,家教非常严格。求助者内向,依赖性强,优柔寡断。

多选:31. 该求助者与认知有关的症状包括( )。

- A. 记忆力下降 B. 情绪低落  
C. 注意力不集中 D. 头痛头晕

单选:32. 该求助者所遭遇的负性生活事件是( )。

- A. 孩子反对求助者再婚 B. 与初恋男友相遇

密封线内不要答题

- C. 离异独自带孩子生活 D. 回避和同事聊天  
 多选: 33. 该求助者的人格特征包括( )。  
 A. 优柔寡断 B. 内向 C. 争强好胜 D. 依赖他人

- 多选: 34. 该求助者心理问题的特点包括( )。  
 A. 人格障碍 B. 存在心理冲突  
 C. 负性情绪 D. 社会功能受损

- 多选: 35. 评估该求助者临床症状的严重程度, 可选用的心理测验包括( )。  
 A. SDS B. SCL-90 C. LES D. 16PF

- 单选: 36. 对该求助者最可能的诊断是( )。  
 A. 一般心理问题 B. 严重心理问题  
 C. 神经症性心理问题 D. 精神病性障碍

- 多选: 37. 引发该求助者心理问题的可能原因包括( )。  
 A. 社会功能受损 B. 人格特征 C. 负性生活事件 D. 情绪困扰

- 单选: 38. 如果在咨询过程中, 该求助者的某些表述出现了与常理不符的情况, 心理咨询师想要进一步澄清事实, 可以使用( )。  
 A. 面质技术 B. 鼓励技术 C. 解释技术 D. 重复技术

- 多选: 39. 选择会谈内容的原则包括( )。  
 A. 可接受 B. 有效 C. 积极 D. 量化

- 多选: 40. 制约心理咨询有效性的因素包括( )。  
 A. 一般性有效因素 C. 特殊性有效因素  
 B. 求助者的潜在适应能力 D. 求助者的生长、复愈能力

#### 案例五

一般资料: 求助者, 男性, 30岁, 国企职员。

案例介绍: 近几个月来, 求助者开始自言自语, 仿佛在和他人说话, 同时还会伴有恐惧的表情。最近一个月, 求助者的情况更加严重, 躲在家里不肯出门, 更不肯去上班, 说是有人要谋害他。求助者要求报警, 亲人朋友反复劝说无效, 因此被家人强行带来咨询。下面是心理咨询师与求助者的一段对话:

心理咨询师: 什么原因使您觉得有人要害您呢?

求助者: 我听到的啊! 总有人对我说“你是坏人, 我们要为了正义除掉你”, 可是我真的没做过什么坏事, 我怎么和他们解释都没有用, 最近他们还派人监视我, 跟踪我!

心理咨询师: 您怎么知道有人在监视您、跟踪您呢?

求助者: 我看到的啊! 我每次到楼下, 总能看见周围有人经过。走在路上的时候, 总有各种车跟着我, 这不就是在监视我、跟踪我嘛! 对了, 还有人经常骂我!

心理咨询师: 您知道是谁骂您吗?

求助者: 不知道! 不过我每次打开电视机, 就能听到里面有声音骂我“坏蛋、坏蛋”, 只有关上电视机, 这个声音才会消失。

心理咨询师: 如果我建议您去医院做个检查, 您愿意去吗?

求助者: 我才不去呢, 我又没病!

- 多选: 41. 求助者的主要症状包括( )。

- A. 思维奔逸 B. 幻觉 C. 感觉过敏 D. 妄想

- 多选: 42. 求助者认为有人要害他并认为有人跟踪监视他, 表明其可能存在( )。

- A. 被害妄想 B. 钟情妄想 C. 自罪妄想 D. 关系妄想

- 单选: 43. 求助者说他一打开电视机, 就能听到里面有声音骂他“坏蛋、坏蛋”, 只有关上电视机, 这个声音才会消失, 这种情况表明其可能存在( )。

- A. 假性幻觉 B. 功能性幻听  
 C. 思维鸣响 D. 物理影响妄想

- 多选: 44. 求助者躲在家里不去上班, 甚至不肯出门, 表明其可能存在( )。

- A. 焦虑情绪 B. 社会功能受损  
 C. 恐惧情绪 D. 人际关系不良

- 多选: 45. 本案例中该求助者的特点包括( )。  
 A. 主动求治 B. 自知力完整 C. 被动求治 D. 无自知力

- 单选: 46. 求助者目前的心理状态属于( )。  
 A. 心理健康 B. 心理不健康 C. 心理正常 D. 心理异常

- 单选: 47. 对该求助者最可能的诊断是( )。  
 A. 一般心理问题 B. 严重心理问题  
 C. 神经症性问题 D. 精神病性障碍

- 单选: 48. 对求助者的情况, 心理咨询师应做的工作是( )。  
 A. 心理咨询 B. 心理治疗 C. 转诊精神科 D. 药物治疗

- 多选: 49. 心理咨询的主要对象包括( )。  
 A. 精神正常, 心理健康的人群  
 B. 精神正常, 心理健康出现问题的人群  
 C. 临床治愈的精神病性障碍患者  
 D. 早期发现的精神病性障碍患者

#### 案例六

一般资料: 求助者, 女性, 39岁, 小学教师。

案例介绍: 求助者3年前与丈夫离婚, 无子女, 离婚后与父母共同生活。求助者有一个哥哥, 已婚, 与父母同一城市生活。两年前求助者的哥哥与父母发生矛盾, 从此再也没有看望过父母, 也不给求助者主动打电话。今年父亲七十大寿, 求助者想借全家团聚的机会帮助父母和哥哥消除隔阂, 给哥哥打电话, 希望哥哥一家回来一起祝寿, 但哥哥说他们一家三口要去国外旅游。在打电话的过程中, 求助者的父母一直站在她的旁边。通话结束后, 她能够明显感觉到父母的失望, 父亲还责怪她多事儿, 说她连自己的家都保不住还来管别人的事。求助者很委屈, 那段时间过得非常难受。每当想起这件事, 求助者都暗自伤心, 后悔自己多事, 感觉自己很无能, 每天回家看到父母都有些不自在。最近一个多月里, 茶饭不香, 胃里总觉得像是堵着什么东西, 头痛, 睡眠差, 感觉疲惫。主动前来求助, 强烈要求摆脱内心痛苦。

- 多选: 50. 引发求助者心理问题的社会原因包括( )。

- A. 父亲的指责 B. 调节家庭矛盾未果  
 C. 工作压力大 D. 后悔自己离婚

单选: 51. 该求助者最可能的诊断是( )。

- A. 一般心理问题 B. 严重心理问题  
C. 可疑神经症 D. 抑郁性神经症

多选: 52. 对于该求助者, 还需要了解的资料包括( )。

- A. 对家庭的看法 B. 成长经历 C. 身体状况 D. 工作记录

多选: 53. 咨询师对于该求助者的尊重可以表现为( )。

- A. 保护求助者的隐私  
B. 指出其介入父母与兄长矛盾的错误  
C. 相信求助者改变自我的主观愿望  
D. 难以接纳求助者时实施转介

多选: 54. 咨询师在倾听时应做到( )。

- A. 认真地听 B. 适度地听 C. 关注地听 D. 积极参与

单选: 55. 咨询师在与求助者商定咨询目标时, 应把握的是( )。

- A. 咨询目标尽量高 B. 注重与求助者协商  
C. 咨询目标尽量低 D. 与上级咨询师协商

单选: 56. 本案例咨询中求助者曾出现阻抗, 其原因可能是( )。

- A. 失调的行为满足心理需求 B. 建立新行为带来的影响  
C. 失调的行为掩盖深层次矛盾 D. 抵抗心理咨询的动机

#### 案例七

下面是咨询师与求助者的一段对话。

心理咨询师: 刚才您讲到本想利用父亲生日来调解父母和哥哥的矛盾, 但由于您哥哥的原因这个愿望没有实现, 您受到了父亲的埋怨, 感觉很伤心、很后悔, 身体也不舒服, 是吧?

求助者: 是, 那段时间我心里一直不舒服。父亲埋怨我多事儿, 找个话题就唠叨我几句, 说我如果会办事, 当初就不至于离婚。我现在也感觉我做人确实挺失败的, 离婚前老公(前夫)就曾经说不该和我结婚。

心理咨询师: 我能理解您的感受, 也为您的经历难过。那以后您哥哥和您联系过吗? 您父母也没再想和他联系吗? 他们当初的矛盾究竟是什么原因呢?

求助者: (沉默)……说实话, 我那时候刚离婚不久, 心里很乱, 没精力顾及其他的事, 所以我也不知道他们究竟是为了什么。(沉默)……不过就算再有矛盾, 即便是错在我爸妈, 但作为晚辈, 他也不能几年都不露面, 甚至连个电话也不打。去年我爸生病, 我一个人忙前忙后, 家里、医院两头跑, 白天还要上班, 事后我打电话告诉他, 他只是说“你辛苦了”。作为儿子, 父亲得病竟然不闻不问, 这也太不孝顺了吧! 我父母做事也够绝, 2年了, 不但不理儿子、儿媳, 孙子的事也从不过问。这两年我侄子过生日, 都是我买了礼物去看他, 考初中的事也是我帮着去办的……

心理咨询师: 您稍微休息一下, 喝口水。……那您这次来主要是想解决什么问题呢?

求助者: 我心里难受, 憋屈。我平时夹在他们中间, 为他们做了很多事, 他们应该能给我这个做女儿、做妹妹的一点面子。而且我觉得时间过了那么久了, 他们对过去的事应该能够想开一点了。父亲七十大寿是个重要的日子, 这个机会我认为把握得

也非常好。但是我哥找了个出国旅游的借口, 还是不想回家。鬼知道他们一家是不是真的去旅游了。现在这事办砸了, 爸爸埋怨我, 我哥也不接我电话, 弄不好他还会觉得是我在他和爸妈之间搅和, 在爸妈面前买好。我现在觉得日子都要过不下去了。

心理咨询师: 那么您认为您现在的情绪是父母和哥哥造成的?

求助者: 应该是吧, 至少大部分是, 还有可能就是我自己确实能力差吧。

心理咨询师: 您刚才所讲, 我们称之为诱发事件, 但它们可能并不是造成您情绪困扰的直接原因。

求助者: 那您觉得直接的原因是什么呢?

心理咨询师: 是您对这些事情的看法。人们对所遇到的事情会有自己的看法, 这些想法有的是合理的, 有的是不合理的, 不同的想法会导致不同的结果, 按照合理情绪疗法的 ABC 理论, 您刚才所提到的诱发事件是 A, 事件之后您产生了情绪和身体上的反应, 是结果 C, 但是 A 并不是造成 C 的直接原因, 而您对这些事件的看法 B 才是产生情绪困扰的真正原因。比如您后悔自己多事儿, 感觉父亲也埋怨您多事, 但您刚才提到, 您在给哥哥打电话的过程中父母一直待在您的身旁, 而且没有阻止您给哥哥打电话, 这说明他们对儿子回家团聚是有期待的。作为女儿, 您在这件事上尽到了自己的责任。至于能不能成功, 不是您所能决定的。

求助者: 听您这么说, 我感觉心里舒服多了。您说得有道理, 看来是我对这些事情的看法导致了我现在的问题。您接着给我分析吧。

心理咨询师: 您能够接受这个理论我很高兴。接下来还有很多工作要做, 咱们一步一步地进行。

多选: 57. 咨询师说“刚才您讲到本想利用……是吧?”在这段话里, 咨询师运用的技术包括( )

- A. 内容反应技术 B. 内容表达技术  
C. 情感反应技术 D. 情感表达技术

多选: 58. 在本段对话中, 咨询师的提问包括( )。

- A. 开放式提问 B. 封闭式提问  
C. 多重问题 D. 多重选择性提问

单选: 59. 求助者在对话过程中两次出现沉默, 其类型可能是( )。

- A. 情绪型 B. 思考型 C. 茫然型 D. 怀疑型

单选: 60. 咨询师说“您稍微休息一下, 喝口水”, 表明咨询师( )。

- A. 要指导求助者该怎么做 B. 对求助者的尊重  
C. 要控制会谈内容和方向 D. 对求助者的共情

多选: 61. 根据 ABC 理论, 该求助者的不合理信念的特征包括( )。

- A. 绝对化要求 B. 糟糕至极 C. 过分概括化 D. 主观推断

多选: 62. 在对话中, 求助者出现了多话现象“不过就算再有矛盾……, 但作为晚辈, ……考初中的事也是我帮着去办的……”这种多话类型可能属于( )。

- A. 宣泄型 B. 倾吐型 C. 表现型 D. 表白型

单选: 63. 咨询师说“但您刚才提到, ……您在这件事上尽到了自己的责任。”这段话表达了咨询师对求助者的( )。

- A. 真诚 B. 热情 C. 尊重 D. 共情



多选: 64. 咨询师说“我能理解您的感受, 也为您的经历难过”, 咨询师使用的技术包括( )。

- A. 内容反应      B. 内容表达      C. 情感反应      D. 情感表达

多选: 65. 咨询师说“您能够接受这个理论我很高兴”, 咨询师使用的技术包括( )。

- A. 内容反应      B. 情感反应      C. 情感表达      D. 自我开放

单选: 66. 这段对话应该属于( )。

- A. 心理诊断阶段      B. 领悟阶段      C. 修通阶段      D. 再教育阶段

#### 案例八

一般资料: 求助者, 女性, 23岁, 某公司职工。

案例介绍: 求助者自述最近一段时间总是莫名地担忧和害怕, 失眠, 经常做噩梦, 感觉非常痛苦。当问及症状产生的原因时, 求助者不愿回答, 由母亲代为叙述。并且在母亲讲述事件的时候, 求助者走出咨询室, 在另外的屋子里等候。母亲说求助者在一家大型公司担任前台接待工作, 地点为一高层建筑的一楼大堂。几个月前的一个上午, 求助者听到楼上传来惊叫声, 紧接着听到身后不远的拐角处“嘭”的一声, 她和一名同事急忙跑过去, 看到地上趴着一个人, 身下流了一大摊血。求助者当时一边安抚身边的同伴, 一边打电话通知自己的领导, 之后又帮忙维护现场秩序。在其后的一段时间里, 求助者一直能够正常地生活和工作, 只是在上下班时会躲开出事地点而从大楼的另外一个门出入。但是最近开始害怕大的房子, 如果不得不身在其中, 她一定要待在房子的一个角落, 使自己能够一眼看清整个屋子; 经常会被关门声或突如其来的声响惊吓; 晚上睡觉不能关灯, 否则精神紧张难以入睡; 经常做噩梦。以前求助者是个性格开朗、活泼的女孩, 喜欢和男朋友逛街, 有时间就会陪父母聊天、讲单位里的事情。但最近工作之余不愿意出门, 不爱多说话, 与男友的关系也疏远了。在事件发生之后, 求助者向公司申请调换了工作岗位。由母亲陪同前来咨询。

心理咨询师观察了解到的情况: 求助者神情疲惫, 情绪低落, 不愿回忆自己所经历的事件。

多选: 67. 求助者目前的主要生理症状包括( )。

- A. 焦虑      B. 抑郁      C. 失眠      D. 多梦

单选: 68. 在本案例中, 求助者所体验到的压力是( )。

- A. 一般单一性压力      B. 破坏性压力  
C. 同时性叠加压力      D. 继时性叠加压力

单选: 69. 求助者目前的主要表现是( )。

- A. 创伤性体验反复重现      B. 意识障碍  
C. 植物神经过度兴奋      D. 情绪脆弱

单选: 70. 该求助者社会功能受损程度是( )。

- A. 轻度受损      B. 中度受损      C. 重度受损      D. 极重度受损

单选: 71. 对于该求助者, 可能的诊断是( )。

- A. 严重心理问题      B. 急性应激障碍      C. 抑郁症      D. 灾难症候群

多选: 72. 临床资料的来源包括( )。

- A. 求助者自身      B. 求助者的亲属

C. 其他咨询师

D. 求助者的朋友

多选: 73. 验证临床资料可靠性的办法包括( )。

- A. 补充提问      B. 比较同一资料的不同来源  
C. 使用问卷      D. 有经验的上级咨询师的分析

多选: 74. 该求助者在母亲讲述事件经过时自己躲到其他房间, 可能的原因包括( )。

- A. 无自知力      B. 咨询关系上的阻抗  
C. 反应对象泛化      D. 回避唤起创伤回忆的刺激

#### 案例九

一般资料: 求助者, 女性, 46岁, 已婚, 退休职工。

案例介绍: 求助者23岁结婚, 33岁怀孕, 但怀孕5个月时检查出胎儿畸形, 被迫做人工流产手术。术后求助者情绪十分低落, 经常流泪。在丈夫、家人及朋友的陪伴和帮助下, 求助者一年左右才基本恢复正常生活。之后虽然用尽各种办法, 但始终未能生育。2个月前求助者参加同学聚会, 聊到子女问题时, 求助者突然感觉胸口憋闷、心慌气短, 头晕、头痛, 手心出汗, 只好以身体不适为由提前离开。此后, 求助者经常会有类似的状况, 同时伴有紧张和担忧, 想到自己和丈夫老无所依十分害怕, 担心自己躺在病床上无人照料。不愿做家务, 对生活的兴趣也明显降低, 觉得现在做任何事情都是徒劳。求助者担心这样下去丈夫也会因无法忍受而离开自己, 以后就彻底无依无靠了, 越想越害怕, 经常失眠。内心十分痛苦。

心理咨询师观察了解到的情况: 求助者曾经从事有毒有害作业的工作, 夫妻感情一直很好, 在丈夫的陪伴下前来咨询。

多选: 75. 引发该求助者心理问题的生物学因素包括( )。

- A. 女性      B. 不能生育  
C. 曾做人工流产手术      D. 更年期

多选: 76. 引发该求助者心理问题的社会因素包括( )。

- A. 近期参加同学聚会      B. 曾经从事有毒有害作业  
C. 对老无所依的担忧      D. 曾经接受人工流产手术

多选: 77. 对于该求助者的问题, 目前可以考虑的诊断包括( )。

- A. 焦虑神经症      B. 躯体疾病  
C. 恐惧神经症      D. 神经症性心理问题

单选: 78. 对该求助者进行心理评估, 首先应排除的是( )。

- A. 精神病性障碍      B. 人格障碍      C. 疑病症      D. 躯体疾病

多选: 79. 对于该求助者, 咨询师可以进行的工作包括( )。

- A. 进行咨询性会谈      B. 收集和整理临床资料  
C. 进行鉴别性会谈      D. 商定咨询方案和目标

单选: 80. 对该求助者不曾生育的问题, 咨询师恰当的做法是( )。

- A. 给予充分的同情      B. 启发其不要将此看得过重  
C. 给予充分的理解      D. 帮助其看清无子女的好处

多选: 81. 本案例中, 咨询师应该对求助者关注的方面包括( )。

- A. 想生孩子      B. 体验到情绪低落

C. 不曾生育

D. 曾从事有毒作业

**案例十**

**一般资料:**求助者, 男性, 29岁, 未婚, 本科毕业, 工程师。

**案例介绍:**求助者大学毕业后进入一家国企任职, 工作稳定。近期企业招聘了一些硕士研究生, 求助者为自己学历低感到有些自卑。2个多月前, 在某技术问题上与新同事产生分歧, 领导最终选择了同事的设计方案, 求助者心中感到很不平衡, 因为是领导的决定, 也只好压住心中的怒气, 继续工作。当晚翻来覆去总是不能入睡, 认为领导是因为自己的学历不如新同事, 所以否定了自己的方案。第二天起来后感觉头痛、疲劳, 全身酸痛。以后又有几次相似的经历, 求助者开始觉得领导不重视自己了, 担心长久下去失去晋升的机会, 甚至可能会被辞掉, 觉得当初如果听从父母的建议读研究生就好了, 内心感到十分痛苦和担忧。于是工作中越发谨慎小心, 但却经常出错, 偶尔会向同事、家人发脾气。

**心理咨询师观察了解到的情况:**求助者是独子, 家教严格, 学习成绩优秀。自幼身体健康, 未患过严重疾病, 性格比较内向。工作认真、勤奋, 经常主动加班。近2周来, 睡眠严重不足, 食欲也有所下降, 偶尔会出现心慌、眩晕等情况。

单选: 82. 引发该求助者心理问题的原因中可能不存在的是( )。

- A. 青年男性
- B. 领导认为其学历低
- C. 个体的不良认知
- D. 工作中与同事产生分歧

多选: 83. 引发该求助者心理问题的社会因素包括( )。

- A. 工作中与同事产生分歧
- B. 领导认为其学历低
- C. 工作认真、勤奋
- D. 领导否定了自己的方案

多选: 84. 在本案例资料分析阶段, 咨询师应重点考虑的内容包括( )。

- A. 是否存在冲突
- B. 反应对象是否泛化
- C. 症状持续时间
- D. 是否曾经进行咨询

多选: 85. 一般心理问题与严重心理问题的鉴别要点包括( )。

- A. 咨询持续时间
- B. 社会功能受损情况
- C. 症状持续时间
- D. 症状严重程度如何

单选: 86. 对该求助者最可能的诊断是( )。

- A. 一般心理问题
- B. 严重心理问题
- C. 焦虑神经症
- D. 神经症性心理问题

多选: 87. 对于该求助者, 恰当的近期咨询目标包括( )。

- A. 改善情绪
- B. 改善睡眠质量
- C. 改变认知
- D. 增加与领导的交流

多选: 88. 本案例中, 求助者的不合理信念的特征包括( )。

- A. 反黄金规则
- B. 以偏概全
- C. 糟糕至极
- D. 黄金规则

单选: 89. 与该求助者协商制定的咨询方案中不应包含( )。

- A. 咨询时间
- B. 咨询理论
- C. 咨询地点
- D. 咨询费用

多选: 90. 能表明咨询效果的指标包括( )。

- A. 工作中差错明显减少
- B. 不向家人和同事发脾气
- C. 睡眠质量提高
- D. 不再为学历低苦恼

**案例十一**

下面是某求助者的WAIS-RC的测验结果:

	言语测验							操作测验							言语	操作	总分
	知识	领悟	算术	相似	数广	词汇	合计	数符	填图	积木	图排	拼图	合计				
原始分	15	20	16	17	15	38		45	19	37	34	33		量表分	67	66	133
量表分	9	12	14	11	13	8	67	10	15	12	16	13	66	智商	106	121	113

单选: 91. 下列说法正确的包括( )。

- A. PIQ、FIQ的智力等级都属于“高于平常”
- B. 有8个分测验的结果高于常模平均数
- C. 同时接受了农村式和城市式两个版本测验
- D. 分测验都需要严格限制时间

多选: 92. 根据该求助者的图片排列得分, 可以判断其( )。

- A. 综合分析能力强
- B. 善于辨认空间关系
- C. 言语理解能力强
- D. 善于观察因果关系

多选: 93. 根据测验结果, 该求助者百分等级低于50的项目包括( )。

- A. 知识
- B. 词汇
- C. 相似
- D. 数符

**案例十二**

下面是某求助者的MMPI的测验结果:

量表	Q	L	F	K	Hs	D	Hy	Pd	Mf	Pa	Pt	Se	Ma	Si
原始分	2	4	31	13	15	28	18	30	31	25	22	42	23	46
K校正分					?		?			?	?	?		
T分	44	43	75	51	63	53	42	75	58	81	55	68	58	66

单选: 94. 该求助者社会病态量表的K校正分应当是( )。

- A. 22
- B. 26
- C. 35
- D. 55

多选: 95. 从测验结果来看, 该求助者可能存在( )。

- A. 胆小、退缩、过分自我控制
- B. 对身体功能不正常的关心
- C. 不恰当的情感反应、行为退缩
- D. 诈病倾向

多选: 96. 以下正确的说法包括( )。

- A. 说谎分数原始分超过22分, 答卷无效
- B. 该求助者可能有人格异常
- C. 测验结果支持偏执型精神病的临床诊断
- D. 可能表现为强迫思维、紧张、焦虑

**案例十三**

下面是某求助者的SCL-90测验结果:

总分 177

密封线内不要答题

阴性项目分 54

因子名称	躯体化	强迫症状	人际关系敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病性	其他
因子分	1.5	2.3	2.0	1.8	2.1	3.0	1.4	3.3	1.5	1.4

多选：97. 该求助者的测验结果显示( )。

- A. 有明显的主观躯体不适感
- B. 有明显的厌烦、争论、摔东西等症状
- C. 有轻微的明知没有必要但又无法摆脱的想法或冲动
- D. 有明显的恐怖状态或社交恐怖症状

单选：98. 该求助者的阳性项目均分是( )。

- A. 2.0
- B. 2.5
- C. 2.6
- D. 3.4

**案例十四**

下面是某求助者的 EPQ 的测验结果：

	粗分	T分
P	9	65
E	5	40
N	10	50
L	3	20

多选：99. 根据测验结果，可以判断该求助者为( )。

- A. 典型内向型
- B. 倾向内向型
- C. 神经质得分处于常模平均水平
- D. 黏液质和抑郁质的混合型

多选：100. 关于应对方式问卷，正确的说法包括( )。

- A. “退避—自责”的组合可解释为不成熟型
- B. 评定的时间范围是最近一年
- C. 属于他评工具
- D. 分为6个分量表

**第二部分 案例问答题**

本部分采取专家阅卷，第1~4题，满分100分。请在答题纸上写明题号，用钢笔、圆珠笔按要求作答。

一般资料：求助者，男性，20岁，大学生。

案例介绍：求助者是某重点大学三年级学生。求助者不仅学习成绩优异，社会活动能力也很强，担任学院学生会主席。半年前，求助者代表学院参加全校的辩论赛。由于赛前准备充分，求助者顺利带领队友闯入决赛。没想到，求助者在决赛中几次出现口误，惹得对手和台下观众哄堂大笑。最后，求助者所在团队没有获得名次。这件事以后，求助者一直闷闷不乐，他认为自己连累了整个团队，觉得自己辜负了老师和同学们的信任，甚至认为自己根本就是不堪重任。两个多月来，求助者情绪低落，烦躁不安，学习效率下降，学生会的工作也经常出错，借故不参加有比赛性质的校园活

动，不像以前那样经常和朋友、同学交流；常常一个人在宿舍里发呆。求助者的同学担心他继续这样消沉下去，建议他接受心理咨询。

心理咨询师观察了解到的情况：求助者是独生子，家庭经济条件较好，父母都是医生，对求助者管教比较严格。求助者自幼学习成绩优异，一直是班干部，好强，追求完美。身体健康，历年体检结果正常。

请根据案例回答以下问题：

- 一、请对该求助者做出初步诊断，并说明诊断依据。(30分)
- 二、请简述心理咨询保密原则中保密内容及保密例外。(20分)
- 三、在本案例中，如果心理咨询师采用合理情绪疗法解决求助者的问题，请简述合理情绪疗法的原理与步骤。(30分)
- 四、在本案例中，咨询师与求助者共情时应注意什么?(20分)

密封线内不要答题

## 答案及解析

### 第一部分 技能选择题

1. CD 求助者因为孩子不跟他交流，特别生气，忍不住会打孩子，导致孩子更加躲着他，主动向孩子示好也不能改善父子关系，所以前来求助。从对话中的“我现在很烦躁”和“我现在不仅着急，还特别生气”可以看出该求助者的情绪症状包括烦躁和愤怒。AB 两项材料中并未提到。

2. B 求助者认为“我是他爸爸，他就应该听我的”，认为孩子一定要事事听从家长的安排，可见，求助者对孩子的要求是绝对化的。对事物的绝对化的要求是指人们以自己的意愿为出发点对某一事物怀有认为其必定会发生或不会发生的信念，这是一种常见的不合理信念。

3. C “孩子有时候做错事，我忍不住就狠狠地训他，甚至会像他小时候那样揍他”，从这句话可以看出求助者的教育方法主要是批评甚至是体罚，这属于惩罚法。

4. B 咨询师提出问题之后，求助者回忆自己小时候的情况，在思考之后，得出了符合事实的结论，所以此时的沉默是在思考问题，为思考型。

5. BC 共情又叫设身处地，指咨询师站在求助者的角度来看待问题，“您的孩子正值青春期，很少和您交流，尽管您非常努力地尝试着与孩子多沟通，但似乎没有什么效果”这句话体现了咨询师的共情；尊重意味着咨询师对求助者无条件的接纳，“我非常理解您做父亲的这种心情”这句话体现了咨询师对求助者的尊重；积极关注是咨询师对求助者言语和行为的积极、光明、正性的方面予以关注，从而使求助者拥有积极的价值观，拥有改变自己的内在动力，材料中并未体现；面质技术是咨询影响性技术的一种，不属于咨询态度。

6. ABCD 求助者诉说内心困扰的问题，咨询师认真、积极的倾听，适度参与，这是倾听技术；“那是什么原因，使您没有事事听从您的父母呢？”是开放式提问；“您刚才说您认为只要主动和孩子沟通，孩子就应该积极配合您吗？”是封闭式提问；“您的孩子正值青春期，很少和您交流，尽管您非常努力地尝试着与孩子多沟通，但似乎没有什么效果（内容反应），这让您很着急（情感反应），对吗？”是内容反应技术，也称说明。

7. AB “我建议您在教育孩子的过程中，对孩子的积极行为多给予奖励和表扬，对孩子不太过分的消极行为进行漠视和淡化”是咨询师教给求助者阳性强化法，是直接的指导技术；内容表达是指心理咨询师向来访者传递信息、提出建议忠告、给予保证、进行反馈等，指导、解释、自我开放、影响性概述等均为内容表达。内容反应技术，也称“释义技术”或“说明”，属于参与性技术。而情感表达是指咨询师将自己的情绪、情感及对求助者的情绪、情感等，告之求助者，以影响求助者，材料中未提及。

8. D 本案例中，咨询师建议求助者在教育孩子的过程中，对孩子的积极行为多给予奖励和表扬，对孩子不太过分的消极行为进行漠视和淡化，这是阳性强化法。阳性强化法是建立、训练某种良好行为的治疗技术或矫正方法，也称为“正强化法”或“积极强化法”。此方法是通过及时奖励目标行为，忽视或淡化异常行为，促进目标行为的产生。

9. A 艾利斯提出了合理情绪理论，他认为不是诱发事件直接引起症状，这两者之间有中介因素在起作用，这个中介因素是人的信念、认知、评价或看法。事件本身的刺激情境不是引起情绪反应的直接原因，个人对刺激情境的认知解释和评价才是引起情绪反应的直接原因。改变不合理信念，情绪和行为困扰就会在很大程度上解除或减轻，负性情绪将得到纠正。本案例中咨询师通过改变求助者对父子关系存在的不合理信念，来帮助求助者摆脱情绪困扰。

10. ABCD 在行为治疗中，主要通过调节行为的结果（奖励或惩罚）来调整行为再次出现的频率。常用的方法有四种，即增强法、惩罚法、消退法和代币管制法。

11. AD 案例中提到“求助者一直郁郁寡欢，心情烦躁，食欲下降，经常失眠，工作时也无精打采，工作效率明显下降，回避同事同学的聚会”，可以看出求助者的烦躁和抑郁。而恐惧和愤怒在材料中并未提及。

12. BD 女友的父母以求助者年龄过大为由，坚决反对两人的婚事，导致求助者与女友因婚事问题发生激烈争吵；求助者的下属在工作中出现了重大失误，险些给公司造成巨大损失，求助者受到了总公司高层领导的批评，这两件事给求助者带来极大负性情绪和困扰，因而是求助者遭遇到的负性生活事件。而 AC 两项是求助者的客观现实情况，事实本身并未给求助者带来情绪困扰。

13. BD 社会功能水平包括以下几个方面：与所在文化和年龄相当的社会角色和任务适应情况；应对能力及解决问题的能力；遵守社会规则和道德水准的能力；与年龄相适当的自我管理能力和保持健康和愉快的行为；维护和发展亲密人际关系的能力；承受一定的压力和心理调节的能力。BD 两项属于心理问题导致的社会功能受损情况，而 AC 两项是导致心理问题的负性生活事件。

14. B 材料中表明求助者先是因为结婚问题与女友发生激烈争吵，而“正当求助者为感情问题烦恼的时候，求助者的下属在工作中出现了重大失误，险些给公司造成巨大损失。因为这件事，求助者受到了总公司高层领导的批评”，因此求助者在同一时间内，有两个构成压力的事件发生，属于叠加性压力。破坏性压力又称极端压力，其中包括战争、地震、空难、遭受攻击、被绑架、被强暴等，材料中求助者的压力并不属于这一种。精神性压力并不属于压力的种类，而是压力源的种类。

15. ABC 引发心理与行为问题的原因有生物学因素、社会性因素和心理因素。求助者遭遇的与女友冷战、被领导批评是引起心理问题的社会性因素；争强好胜，追求完美是人格特征。烦躁和抑郁是心理本身，而非心理问题的原因。

16. B 根据病与非病三原则，求助者无明显精神病性症状，自知力完整，排除精神病性问题。又因求助者心理问题由感情困扰和工作中被领导批评两个负性事件引发，内心冲突属于常形，排除神经症性心理问题。从病程和社会功能受损程度来看，求助者的心理问题超过两个月，工作效率明显下降，回避同学同事聚会，社会功能中度受损，故属于严重心理问题。

17. ABCD 求助者目前的主要情绪症状有焦虑和抑郁，SAS 是焦虑自评量表，SDS 是抑郁自评量表，这两个量表可以测量求助者焦虑、抑郁症状。另外，求助者的人格特征也是引发心理问题的原因之一，艾森克人格问卷（EPQ）和卡氏 16 种人格因素测验（16PF），有助于了解求助者的人格特征。

18. A 心理咨询的目标应属于心理学范畴，主要涉及心理障碍、心理适应、心理发展等方面的问题。负性情绪是导致工作效率下降和躯体症状的原因，负性情绪得到改善，其他症状就会消失。与女友结婚是现实中的具体问题，不属于心理学范畴。

19. A 在心理诊断阶段，咨询师应该对求助者的具体问题、心理问题有了较为全面、深刻的了解，也知晓了求助者问题的原因、严重程度及持续的时间等情况，也掌握了求助者的认知、行为、情绪及个性等特点。在这种前提下，根据心理咨询的流程，就可以与求助者协商咨询方案和咨询目标。

20. ABCD 咨询态度对咨询关系的建立和发展有着重要的影响。建立良好的咨询关系，心理咨询师应该持有的态度包括：尊重，意味着对来访者由心而生的理解和平等对待；热情，创造出令来访者感到放松且被接纳的温暖环境，可以让来访者加强建立咨询关系的意愿；真诚，指在咨询关系中心理咨询师以“真正的我”出现，将自己表里一致、真实可信地置于与来访者的关系之中；共情，能够感受到求助者的体验，同时又不丧失自己对现实的体验；积极关注，对来访者的言语和行为的积极方面予以关注，从而推进来访者拥有正向价值观。

21. BD “近一个月来，求助者每当想到丈夫不但不理解自己的苦心，还对自己横加指责，就感到很伤心，同时也非常愤怒……”，可以看出求助者的情绪症状是悲伤和愤怒。AC 两项材料中并未表现。

22. AC 案例材料中指出求助者“有时还有头痛、头晕的情况”，BD 两项材料中没有提到。



23. A “近一个月来，求助者每当想到丈夫不但不理解自己的苦心，还对自己横加指责，就感到很伤心，同时也非常愤怒，有时还有头痛、头晕的情况”表明求助者症状持续已有一个月。
24. BC “好强、追求完美”是求助者的性格特征；“近一个月来”说明了病程长短，这两方面的资料材料中已经提及。求助者有头痛、头晕的情况，故需要了解求助者的身体状况，来判断她是否有器质性病变；另外，咨询师还需要进一步了解求助者对事情的看法，即认知倾向。
25. AD “心理正常”是指变态心理学中说的具备正常功能的心理活动，或者说不包含有精神障碍症状的心理活动。“健康”和“不健康”是在“心理正常”范围内来讨论的，用来讨论“正常”的水平高低和程度如何。该求助者没有精神障碍方面的症状，故属于心理正常的范畴；近一个月来求助者悲伤、愤怒，心理健康水平低，属于心理不健康状态。
26. A 根据病与非病三原则，求助者无明显精神病性症状，自知力完整，排除精神病性问题。又因求助者心理问题由与丈夫因孩子学习问题发生争吵这一负性事件引发，内心冲突属于常形，排除神经症性心理问题。从病程和社会功能受损程度来看，求助者的心理问题持续一个月，情绪反应尚在能控制的水平，并未泛化，故属于一般心理问题。
27. BD 心理咨询的目标应属于心理学范畴。心理咨询主要涉及心理障碍、心理适应、心理发展等方面的问题。只有属于心理学范畴的认知、行为、情绪、个性等方面的内容才有可能成为咨询目标。让丈夫理解自己和让女儿努力学习属于现实生活中的具体问题，不属于心理学的范畴。
28. B “情绪发泄”指求助者对于某些咨询内容的强烈情绪反应。求助者可表现为大哭大闹、泪流不止，或不自然地大笑。它旨在避开使求助者感到焦虑或精神痛苦的问题。从这层意义上讲，它也是一种精神防御的表现。
29. ABC 在心理咨询过程中，心理咨询师要针对来访者的不同问题采用不同的技术方法、咨询理论，这些方法是否有效是建立在良好的咨询关系基础上。心理咨询师职业理念、人性的表达、咨询态度都会影响这种关系的建立与发展。
30. ABCD 控制会谈和转移话题的技巧包括：释义，指心理咨询师将来访者谈话内容进行综合整理，用自己的语言将其主要内容及思想观念反馈给来访者；中断，当求助者所说的话题毫无意义时，咨询师可以适当打断并引导他谈论重要话题；情感反射，应适可而止；引导，是指心理咨询师直接指示来访者做某件事、说某些话或以某种方式行动，它被人们认为是最有影响力的技巧。
31. AC AC 两项属于认知范围，B 项属于情绪症状，D 项属于躯体症状。
32. A BC 两项并没有导致求助者出现不良症状，而是因为儿子的反对才开始为难，接着出现心理问题，D 项是问题所带来的影响，是结果。
33. ABD 材料中表明“求助者内向，依赖性强，优柔寡断”，而并没有提到争强好胜。
34. BCD 求助者的人格特点尚未达到人格障碍的诊断标准。求助者存在舍不得孩子离开自己，又不想辜负男友的心理冲突，存在心理冲突导致的不良情绪，社会功能也受到一定影响。
35. AB 求助者有情绪低落的症状，可以用 SDS 来测量求助者是否出现抑郁及其程度大小。除了情绪症状，求助者还存在认知等其他方面的症状，可以用 SCL-90 来具体了解求助者所表现的心身症状及严重程度。LES 用来了解生活事件对求助者的影响，16PF 用来测量求助者的人格特征，这两个测验均不能评估求助者的临床症状。
36. B 根据病与非病三原则，求助者无明显精神病性症状，自知力完整，排除精神病性问题。又因求助者心理问题源于舍不得孩子离开自己，又不想辜负男友的心理冲突，内心冲突属于常形，排除神经症性心理问题。从病程和社会功能受损程度来看，求助者的心理问题超过两个月，情绪反应强烈且出现泛化，工作效率下降，回避与同事聊天，社会功能中度受损，符合严重心理问题的诊断标准。
37. BC 求助者“内向，依赖性强，优柔寡断”，这些人格特征是引发该求助者心理问题的心理因素。求助者的儿子反对求助者再婚，这一负性生活事件是引发该求助者心理问题的社会性因素。社会功能受损是心理问题的结果。情绪困扰是心理问题本身。

38. D 重复技术就是咨询师直接重复求助者刚刚所陈述的某句话，引起求助者对自己某句话的重视或注意，以明确要表达的内容。咨询中有些求助者的表达常常是令人不解的，或与事实不符，或与常理不符等，对此咨询师可以应用重复技术澄清。而面质技术是指咨询师指出求助者身上存在的矛盾，促进求助者的探索，最终实现统一，目的并不是为了澄清事实。

39. ABC 选择会谈内容的原则可以概括为以下三条：可接受，有效，积极。该知识点为教材新增加知识点，是近期考试常考的知识点。

40. ABCD 制约心理咨询有效性的因素包括以下三个方面：①一般性有效因素，如求助者希望改善自身状况的动机，对咨询师的信心，因得到帮助而产生的希望以及咨询师的尊重、关切等；②特殊性有效因素，即针对性的咨询所产生的效果；③求助者自身的潜在适应能力与生长、复愈的能力。在一个完整的咨询过程中，这三方面的因素是同时起作用的。

41. BD 材料中求助者提到总有人对他说“你是坏人，我们要为了正义除掉你”，但实际情况并非如此，现实中并无此声音，说明求助者出现幻听。求助者认为周围有人监视、跟踪他，而现实中没有人要这样做，说明求助者出现妄想。思维奔逸的患者表现为语量多，语速快，口若悬河，滔滔不绝，词汇丰富，诙谐幽默，该求助者并无此症状。感觉过敏是由于病理性或功能性感觉阈限降低而对外界低强度刺激的过强反应，该求助者也无此症状。

42. AD 被害妄想的患者坚信周围某人或某些团伙对他进行跟踪监视、打击、陷害，甚至在其食物和饮水中放毒等谋财害命活动。关系妄想的患者把现实中与他无关的事情认为与他本人有关系。该求助者认为电视里的声音和马路上的汽车都在骂他、跟踪他，表现出被害妄想和关系妄想。自罪妄想又称罪恶妄想，是指患者会毫无根据地认为自己犯了严重的错误和罪行，甚至觉得自己罪大恶极，死有余辜，应受惩罚，以至拒食或要求劳动改造以赎其罪，该求助者并无此症状表现。

43. B 功能性幻觉指在某个感觉器官处于功能活动状态的同时出现的幻觉。功能性幻听与正常知觉同时出现、同时存在、同时消失，两者互不融合。例如，患者在听收音机的时候同时听到骂他的声音，关闭收音机，便听不到骂他的声音。该求助者的表现与此类似。假性幻觉产生于患者的主观空间（如脑内、牙齿内），患者叙述幻觉不是通过相应的感觉器官感知到的。思维鸣响的表现是患者能听到自己所思考的内容。

44. BC 案例中并未提及求助者有焦虑和人际关系不良的现象。求助者不出门、不上班是社会功能受损的表现。求助者有恐惧表情，认为周围有人想害他，由此可以推测求助者可能是因为恐惧而不敢出门。

45. CD 求助者是被家人强行带来咨询的，属于被动求治。案例中咨询师提出让他去医院检查，求助者认为自己没病，所以不去，这是没有自知力的表现。

46. D 区分心理正常与异常的依据：主观世界与客观世界的统一性原则，心理活动的内在协调性原则，人格的相对稳定性原则。该求助者出现幻觉和妄想等精神病性症状，对自己症状并无自知力，属于心理异常的表现。

47. D 在精神科临床上，常把有无“自知力”作为判断精神障碍的指标。所谓无“自知力”或“自知力不完整”，是指患者对自身状态的错误反映，或者说是“自我认知”与“自我现实”的统一性的丧失。本案例中求助者对自身的异常状态没有自知力，是精神病性障碍的表现。

48. C 该求助者的问题是精神病性障碍，不属于心理咨询的范畴，应转诊给精神科医生。

49. ABC 心理咨询的主要对象可分为三类：一是精神正常，但遇到了与心理问题有关的现实问题并请求帮助的人群；二是精神正常，但心理健康水平较低，产生心理障碍导致无法正常学习、工作、生活并请求帮助的人群；三是特殊对象，即临床治愈或潜伏期的精神病患者。

50. AB 求助者是在调节家庭矛盾失败后，又受到父亲指责才出现心理问题。案例材料中没有提到工作的原因；而求助者离婚是三年前的事，也并没有提到后悔离婚。

51. A 求助者心理问题由现实问题引发，心理冲突属于常形，排除神经症性心理问题。求助者心理问题出现一个多月，持续时间较短，情绪反应并未泛化，故可以诊断为一般心理问题。

52. ABC 求助者的工作记录与其当前心理问题无关,故无需了解。而求助者对家庭的看法、成长经历和身体状况与当前心理问题密切相关,是还需要了解的资料。

53. ACD 尊重意味着保护隐私;尊重意味着信任,相信求助者有解决心理问题、改变自我的主观愿望;当心理咨询师难以接纳求助者时,可以转介,这本身也是对求助者的一种尊重。

54. AC 对于倾听,咨询师应该把握的原则是:可问可不问时,少问或不问;可说可不说时,少说或不说;求助者讲的都要倾听。咨询师并非说得越多越好,有时点头比说话是更好的倾听方式。故BD两项不正确。

55. B 咨询目标是双方共同的目标,应该由咨询师与求助者共同商定。咨询目标不能太高,也不宜过低。

56. B 本案例中求助者心理失调的原因主要在于其家庭观念,她想要调解家庭矛盾但是没有成功,反而被父亲指责,既觉得委屈又觉得自己无能(把家庭矛盾调解当做自己的责任)。她由家庭观念引发的失调行为并不是为了满足其心理需求,也不是为了掩盖更深层次的矛盾。另外,求助者主动前来咨询,求助愿望迫切,并没有抵抗咨询的动机。对于该求助者,咨询的关键是需要她重新考虑自己的基本信念和价值观,以认识到心理冲突与心理问题源于自己的信念与价值观的偏差,这就需要求助者进行深刻的反省,而瓦解自己过去相信的、习惯的某些东西是痛苦的,建立新的信念和价值观、新的思维、行为习惯也是很艰难的过程。故求助者可能会在这个过程中出现阻抗。

57. AC 内容反应技术是指咨询师把求助者陈述的主要内容经过概括、综合与整理,用自己的话反馈给求助者,以达到加强理解、促进沟通的目的。情感反应技术是指咨询师把求助者所陈述的有关情绪、情感的主要内容经过概括、综合与整理,用自己的话反馈给求助者,以达到加强对求助者情绪、情感的理解,促进沟通的目的。“刚才您讲到本想利用父亲生日来调解父母和哥哥的矛盾,但由于您哥哥的原因这个愿望没有实现,您受到了父亲的埋怨(内容反应),感觉很伤心、很后悔(情感反应),身体也不舒服,是吧?”

58. ABC 所谓开放式提问技术就是咨询师提出的问题没有预设的答案,求助者也不能简单地用一两个字,或一句话来回答,从而尽可能多地收集求助者的相关资料信息。“他们当初的矛盾究竟是什么原因呢?”是开放式提问。封闭式提问技术是指咨询师提出的问题带有预设的答案,求助者的回答不需要展开,从而使咨询师可以明确某些问题。“那以后您哥哥和您联系过吗?”是封闭式提问。“我能理解您的感受,也为您的经历难过。那以后您哥哥和您联系过吗?您父母也没再想和他联系吗?他们当初的矛盾究竟是什么原因呢?”这是连珠炮式的多重问题,是一种错误的提问方式。

59. A 当咨询师询问到求助者哥哥和父母的矛盾时,求助者出现沉默,之后的回复带有对哥哥有抱怨,带着很大情绪,所以是情绪型沉默。

60. C 从案例材料中看到,咨询师让求助者喝水后,提出“那您这次来主要是想解决什么问题呢?”而不是继续听求助者之前的讲述,可见,咨询师是使用中断技术来控制会谈和转移话题。

61. ABC 绝对化要求是指个体以自己的意愿为出发点,认为某一事物必定会发生或不会发生的信念。求助者认为,“我平时夹在他们中间,为他们做了很多事,他们应该能给我这个做女儿、做妹妹的一点面子……”体现了她的绝对化要求。糟糕至极是一种把事物的可能后果想象、推论到非常可怕、非常糟糕,甚至是灾难结果的非理性信念。求助者说:“爸爸埋怨我,我哥也不接我电话,弄不好他还会觉得是我和他爸妈之间搅和,在爸妈面前买好。我现在觉得日子都要过不下去了。”这是糟糕至极的信念。求助者仅以两个事例就得出父亲和哥哥之间完全互不关心的结论,是以偏概全、过分概括化的表现。D项主观推断是贝克认知疗法中提出的认知歪曲的一种,不属于ABC理论中的不合理信念的特征。

62. ABD 宣泄型求助者只是为了宣泄一时的剧烈情绪,他们急需一个宣泄的对象,在倾诉时往往犹如倾盆大雨、排山倒海,喜怒哀乐都会表现出来。倾吐型求助者与宣泄者有些相仿,日常生活中他们多有不快而又缺乏倾吐的对象,倾吐的闸门一开,便一发不可收拾,把多年来积压的大小小的不满、烦恼、伤心都通通讲了出来。求助者叙述的主要内容是自己多年来的委屈,是宣泄型

和倾吐型的表现。表白型求助者知道自己正面临某方面的问题,然而,面谈时,他们一味地只谈论别人的不是,该案例求助者说自己如何尽力照顾父母,哥哥如何不孝,这是表白型多话。表现型求助者总是滔滔不绝地发表意见,乃至对心理咨询及心理咨询师品头论足,但很少谈论自己,这是本案例中求助者没有表现的。

63. D 共情的含义包括:第一,咨询师通过求助者的言行,深入对方内心去体验他的情感与思维;第二,咨询师借助于知识和经验,把握求助者的体验与其经历和人格之间的联系,更深刻理解求助者的心理和具体问题的实质;第三,咨询师运用技巧,把自己的共情传达给对方,表达对求助者内心世界的体验和所面临问题的理解,理解对方并取得反馈。咨询师说“但您刚才提到,……您在这件事上尽到了自己的责任”主要表达了对求助者的理解,这是共情的表现。

64. BD “我能理解您的感受(内容表达),也为您的经历难过(情感表达)。”内容表达技术指咨询师传递信息、提出建议、提供忠告、给予保证、进行解释和反馈,以影响求助者,促使求助者实现咨询目标。情感表达技术是咨询师将自己的情绪、情感及对求助者的情绪、情感等,告之求助者,以影响求助者。

65. ACD “您能够接受这个理论(内容反应)我很高兴(情感表达,自我开放)”。内容反应技术,也称“释义技术”或“说明”,是指咨询师把求助者陈述的主要内容经过概括、综合与整理,用自己的话反馈给求助者,以达到加强理解、促进沟通的目的。情感表达技术是咨询师将自己的情绪、情感及对求助者的情绪、情感等,告之求助者,以影响求助者。自我开放是咨询师把自己的想法、情感或经历开放给求助者,帮助其领悟。

66. A 材料中咨询师主要在帮助求助者找出她情绪困扰和行为不适的具体表现C以及与这些反应相对应的诱发事件A,并对两者之间的不合理信念B进行初步分析。这是心理诊断阶段咨询师的主要任务。

67. CD 焦虑和抑郁属于心理症状。失眠和多梦属于生理症状。

68. B 破坏性压力又称极端压力,其中包括战争、地震、空难、遭受攻击、被绑架、被强暴等。一般单一性生活压力是指在某一时间段内,经历着某一种事件并努力去适应它,而且其强度不足以使经历的人崩溃。求助者亲眼目睹了一起跳楼现场,造成了严重的心理伤害,属于破坏性压力。

69. C 该求助者现在害怕大房子,一定要待在房子的角落,容易被突然的声响惊吓,晚上睡觉不敢关灯(过度警觉);经常做噩梦(失眠),这是植物神经过度兴奋的表现。创伤性体验反复重现是指患者仿佛又完全身临创伤性事件发生时的情境,重新表现出事件发生时所伴发的各种情绪,不符合该求助者的表现。情绪脆弱是指患者常常因为一些细小或无关紧要的事情而伤心落泪或兴奋激动,无法克制,不符合该求助者的表现。该求助者意识清晰,并无意识障碍。

70. B 轻度受损者能照常工作学习以及人际交往只有轻微妨碍;中度社会功能受损者,工作学习或人际交往效率显著下降,不得不减轻工作或改变工作,或只能部分工作,或某些社交场合不得不尽量避免;重度社会功能受损者,完全不能工作学习,不得不休病假或退学,或某些必要的社会交往完全回避。求助者“最近工作之余不愿意出门,不爱多说话,与男友的关系也疏远了。在事件发生之后,求助者向公司申请调换了工作岗位”是社会功能中度受损的表现。

71. A 急性应激障碍的患者在遭受急剧、严重的精神打击后,在数分钟或数小时内发病,病程为数小时至数天。求助者是在几个月后发病的,排除急性应激障碍。灾难症候群特指强大的自然灾害后的心理反应,不符合该求助者的情况。该求助者是由破坏性压力导致的创伤后应激障碍,心理冲突为常形,已出现较重的生理和心理症状,情绪泛化,社会功能中度受损,属于严重心理问题。

72. ABCD 临床资料的来源包括求助者自身、亲友或转诊的中介人,有时候中介人是心理咨询师。

73. ABC 验证临床资料可靠性的办法:第一,使用补充提问验证求助者的社会交往方面的资料是否可靠;第二,使用问卷和心理测验;第三,比较同一资料的不同来源,各种来源如果都给出类似的印象,那么这一资料的可靠性就较高。

74. CD 求助者不愿意自己叙述事情经过,可能是由于害怕回忆起当时的场面,说明有回避倾向;求助者在母亲叙述事情经历时不愿旁听,而是要躲到其他房间,说明这件事情的提及(而不止这件事情本身)也会引发她的痛苦情绪,反应对象出现泛化。求助者主动前来咨询,有自知力,并无对咨询关系的阻抗。

75. ABD 女性,更年期(多数妇女的更年期发生在45~55岁,一般延续8~17年)是该求助者的基本特点,可能对求助者的心理产生影响,属于生物学因素;不能生育(躯体疾病)也是引发心理问题的生物学因素。而曾经做过人流手术属于造成不能生育这一结果的负面事件,属于社会性因素。

76. AD “求助者参加同学聚会,聊到子女问题时,求助者突然感觉胸口憋闷、心慌气短,头晕、头痛,手心出汗,只好以身体不适为由提前离开”,由此可见求助者是由于参加同学聚会引发症状,这一因素是引发心理问题的社会因素之一。求助者是因为曾经接受人流手术所以导致不能生育,之后一直对子女问题不能释怀,最后因同学聚会时聊到子女话题而激发不良症状,表明人流手术也是引发其心理问题的社会性因素。曾经从事有毒有害作业可能会对求助者生理健康造成影响,但是材料中并没有明确体现其与求助者心理问题的关系。而求助者对老无所依的担忧属于引发心理问题的心理因素(不良认知)。

77. BD 求助者的心理问题主要源于因没有子女而担心未来生活无依无靠,从而引发心理冲突,心理冲突属于变形,但是未满三个月,故只考虑诊断神经症性心理问题,而不考虑诊断神经症。又因求助者曾经从事有毒有害工作,可能对身体健康产生影响,因而不能排除躯体疾病的可能性。

78. D 对求助者进行心理评估必须首先应排除没有躯体的器质性病变,只有明确求助者的问题在心理治疗或心理咨询的范畴,才能进行下一步工作。

79. BCD 咨询性会谈是针对健康人的某些问题,如职业选择、人员的任用和解雇、家庭关系问题、婚姻恋爱中的问题、子女教育培养问题等而进行的会谈,该求助者明显处于心理健康水平较低的心理不健康状态,所以咨询师和求助者之间的会谈不属于咨询性会谈,而是属于带有诊断和鉴别诊断色彩的鉴别性会谈,通过会谈可以搜集、整理资料,并商定咨询方案。

80. C 对于求助者不能生育的问题,咨询师应当跟她充分共情(理解),而非同情,以此充分把握求助者的内心世界,并促进良好咨询关系的建立。BD两项均没有共情。

81. AB 积极关注就是咨询师对求助者言语和行为的积极、光明、正性的方面予以关注,从而使求助者拥有积极的价值观,拥有改变自己的内在动力。想生孩子是每个女人的正常需要,应当肯定;求助者能体验到自己的情绪问题,是有自知力的表现,应当积极关注。

82. B 领导选择了同事的方案,不一定是由求助者的学历导致的,所以,可能不存在领导认为其学历低。求助者认为领导之所以选择同事方案是因为自己学历低所致,这是不良的认知。工作中与同事产生分歧是导致求助者对自己学历不良认知的原因,也可能会引发其心理问题。而从发展心理学的角度来看,处于青年期的男性正处于事业拼搏的阶段,工作、生活方面的压力会比较大,尤其是工作方面的问题更容易引发心理问题。

83. AD “领导认为其学历低”是求助者自己感觉的,未必是事实,属于认知问题(心理因素);工作认真、勤奋是求助者的工作状态,并没有引发心理问题。而工作中与同事产生分歧,后来领导否定了自己的方案,这是导致求助者心理问题出现的社会性事件,是引发求助者问题的社会因素。

84. ABCD 症状持续时间、是否存在冲突和反应对象是否泛化是咨询师对求助者进行初步心理诊断时必须参考的临床资料,而不是曾经进行咨询这一信息能够为咨询师提供有价值的资料,以此形成正确的诊断。

85. BCD 一般心理问题与严重心理问题的诊断要点包括:第一,病程长短;第二,精神痛苦的程度(症状严重程度);第三,社会功能受损情况。

86. B 求助者心理问题由现实因素引发(工作中与同事发生意见分歧,而领导采纳了同事的意见),心理冲突属于常形,排除神经症性心理问题。症状持续两个多月,表现严重,工作经常出错,社会功能中度受损,属于严重心理问题。

87. ACD 只有属于心理学范畴的认知、行为、情绪、个性等方面的内容才能成为咨询目标。改善躯体症状不是咨询目标,改变情绪、认知、不良行为都可以作为咨询目标。

88. BC 求助者因为领导一次没有采纳他的方案就认为领导不重视他,是偏概全的表现。又因为不被采纳进而担心长久下去会失去晋升的机会,甚至被辞退等,是糟糕至极的表现。黄金规则是指“像你希望别人如何对待你那样去对待别人”,这是一种理性观念。

89. C 咨询的理论、时间、费用都是可以商定的,地点是不需要商定的,必须在咨询师所在的专业机构内进行。

90. ABCD 咨询效果评估可以采用以下六个维度进行:第一,求助者对咨询效果的自我评估。经过一段时间的心理咨询,求助者自己可以感到心理问题或症状是否有了缓解或改变,该求助者不再为学历低苦恼就是一种自评指标。第二,求助者社会功能恢复的情况。例如,可以正常上班、上学,可以与人正常交往相处,工作、学习效率提高等。第三,求助者周围人士特别是家人、朋友和同事对求助者的评定。例如,他人报告求助者不再乱发脾气、摔东西,与父母或孩子的关系融洽了。第四,求助者咨询前后心理测量结果的比较。第五,咨询师的观察与评定。第六,求助者某些症状的改善程度,如饮食、睡眠等。

91. B PIQ和FIQ分别是操作智商和总智商,分数介于110~119的智力等级是高于平常,120~129是超常,A项错误。农村式和城市式测验版本是适用于不同人群的两个版本,不可能对同一求助者都进行施测,C项错误。算术、数字符号、图画填充、木块图案、图片排列和物体拼凑测验有时间限制,其他一些测验则不限制时间,D项错误。各分测验的原始分按手册上相应量表可转化为平均数为10、标准差为3的量表分,材料中有8个分测验的量表分高于10分,B项正确。

92. AD 图形排列测验主要测量受测者的分析综合能力、观察因果关系的能力、社会计划性、预期力和幽默感等。该受测者图片排列量表分为16,高于平均数两个标准差,故说明其综合分析能力强,善于观察因果关系。言语理解能力由词汇分测验测量;辨认空间关系的能力由木块图分测验测量。

93. AB 百分等级低于50说明水平低于平常(平均数)。该求助者知识和词汇测验都低于10分,所以它们的百分等级小于50。

94. C Pd(社会病态量表)的校正分=Pd原始分+0.4K=30+0.4×13=35。

95. ABCD MMPI的解释主要是考虑各量表的高分特点,如果那个分量表的T分在60分以上(中国常模),便视为可能有病理性异常表现或某种心理偏离的现象。ABCD四项分别描述的是社会内向(Si)、疑病(Hs)、精神分裂症(Sc)和诈病(F)的高分者表现,从测验结果来看,求助者在这4个分测验量表得分均高于常模。

96. BC 对于Q量表(疑问量表),如果566题版本原始分数超过30分或399题版本原始分超过22分,则答卷无效。L量表是说谎量表,原始分超过10分时,就不能信任MMPI的结果。该求助者偏执狂(Pa)量表81分,可能是精神分裂症偏执型或偏执型精神病;社会病态(Pd)量表75分,所以可能人格异常。强迫思维、紧张、焦虑是精神衰弱(Pt)量表高分的表现,求助者在此分测验得分55,低于常模。

97. BC 按照全国常模结果,任一因子分≥2分,可考虑筛选阳性。躯体化1.5分,排除明显的躯体不适感;敌对主要从思维、情感及行为三方面来反映受测者的敌对表现,其项目包括从厌烦、争论、摔物,直至争斗和不可抑制的冲动爆发等各个方面,该求助者敌对分数是3分,敌对症状表现明显。C项描述的是强迫症状,该求助者2.3分,强迫症状表现明显。该求助者的恐怖因子得分是1.4,不筛选阳性。

98. D 由于每个阳性项目为1分,所以可由阳性项目数推知阳性项目总分。那么阳性症状均分=(总分-阴性项目总分)÷(90-阴性项目数)=(177-54)÷(90-54)=3.4。

99. BCD 规定各量表的T分在43.3~56.7分之间为中间型,38.5~43.3分或56.7~61.5分之间为倾向型,在38.5分以下或61.5分以上为典型型。所以该求助者为典型精神质,倾向内向型,



神经质处于常模平均水平。四种体液类型中，胆汁质和多血质行为外向，而粘液质和抑郁质行为内向，该求助者内向型倾向，典型精神质，结合精神质表现的特点，可以判断该求助者的气质类型是黏液质和抑郁质的混合型。

100. AD 应对方式问卷的评定时间范围是指受测者近两年来的应对行为状况，属于自评工具。“退避—自责”是不成熟型，这类受测者在生活中常以“退避”“自责”和“幻想”等应对方式对应困难和挫折，而较少使用“解决问题”这类积极的应对方式。本问卷有六个分量表：退避、幻想、自责、求助、合理化、解决问题。

## 第二部分 案例问答题

### 一、请对该求助者做出初步诊断，并说明诊断依据。

答：初步诊断：严重心理问题。

诊断依据：

- (1)该求助者平时身体健康，历年体检结果正常，因此排除器质性病变。
- (2)根据区分心理正常和心理异常的原则，该求助者主客观统一，心理活动协调一致；人格相对稳定，自知力完整，没有幻觉、妄想等精神性症状，可以排除精神病性问题。
- (3)该求助者因辩论赛发挥失常导致心理问题，属于现实刺激引发，内心冲突为常形，可以排除神经症性问题。
- (4)该求助者辩论赛失利之后一直闷闷不乐，情绪低落，烦躁不安，借故不参加具有比赛性质的活动，初始情绪反应强烈，且情绪对象已经泛化；时间超过两个月，但在半年以内；内心痛苦，无法自行摆脱；不像以前那样与同学、朋友交流，学习效率下降，学生会工作经常出错，社会功能受损较为严重。

因此，对该求助者的诊断为严重心理问题。

### 二、请简述心理咨询保密原则中保密内容及保密例外。

答：心理咨询师应该在初诊接待及其他必要的时候，向求助者说明保密范围及保密例外。保密原则既是职业道德的要求，也是心理咨询本身的性质所决定的。

需要心理咨询师保密的内容：求助者暴露的内容，与求助者的接触过程。在没有征得求助者同意的情况下，心理咨询师不得随意透露上述信息。心理咨询师也不得随意打探求助者与咨询无关的个人隐私。

保密例外：求助者同意透露给他人；司法机关要求提供的保密信息；出现针对咨询师的伦理或诉讼；法律规定的保密问题限制，如报告虐待儿童、老人等；求助者可能对自身或他人造成即刻伤害或死亡威胁的；求助者患有危及生命的传染性疾病。当遇到以上保密例外情况时，心理咨询师应将泄密程度控制在最小范围内。

### 三、在本案例中，如果心理咨询师采用合理情绪疗法解决求助者的问题，请简述合理情绪疗法的原理与步骤。

答：合理情绪疗法的原理：合理情绪疗法是美国心理学家埃利斯创造的一种心理治疗理论和方法，通过纯理论分析和逻辑思辨的途径，改变求助者的非理性观念，解决情绪和行为上的问题。其核心理论是ABC理论。A是诱发事件，B是信念，C是情绪反应、行为结果。ABC的关系：A不是C的直接原因；B是导致情绪困扰和神经症的直接原因；治疗核心是通过改变不合理的信念来改变、控制情绪及行为结果。

合理情绪疗法的步骤：

- (1)心理诊断阶段：寻找求助者的不合理信念。
- (2)领悟阶段：实现三点领悟：①是信念而不是诱发事件本身引起了情绪及行为后果；②求助者对自己的情绪和行为反应应负有责任；③只有改变了不合理信念，才能减轻或消除各种症状。
- (3)修通阶段：①与不合理信念辩论；②合理情绪想象技术；③家庭作业；④其他方法。

(4)再教育阶段：重建心理与行为模式。

### 四、在本案例中，咨询师与求助者共情时应注意什么？

答：(1)咨询师应从求助者而不是自己的角度来看待求助者及其存在的问题。

(2)共情的基础不是有与求助者相似的经历和感受，而是能设身处地地理解求助者的问题。

(3)表达共情要因人而异。因此咨询师对不同的求助者，在不同的咨询阶段表达共情时应有所区别。

(4)表达共情应把握时机，共情应适度。共情反应的程度应该与求助者的问题的严重程度、感受程度等相匹配。

(5)表达共情要善于把握角色。咨询师表达共情，要站在求助者的角度来看待求助者，在角色上可以把自己当作求助者，但要善于把握咨询师—求助者角色的转换。

(6)表达共情要善于使用肢体语言。有时使用非言语表达共情比言语表达更简便有效，咨询师应善于把两者结合起来，恰到好处地应用。

(7)表达共情要考虑求助者的特点与文化特征，这一点在非言语表达上尤其应该注意。

(8)咨询师应验证自己是否与求助者产生共情，在不确定时更应如此。咨询师可以主动采用尝试性、探索性的语气进行询问，从求助者说出的感受中，得到求助者的反馈，并根据反馈意见及时做出修正。