

2013 年 5 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)

答题指导: 本部分由十一个案例组成。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, 30 岁, 公司职员。

案例介绍: 求助者由于工作问题烦躁, 情绪不好两个多月。下面是心理咨询师与求助者之间的一段咨询对话:

心理咨询师: 您好! 请问我能为您提供什么帮助吗?

求助者: 我最近心情不好, 烦躁。

心理咨询师: 您能谈谈是什么事情让您感到烦躁吗?

求助者: 主要是工作不顺心, 领导排挤我。

心理咨询师: 您的意思是, 因为领导排挤您, 所以您觉得在工作上不顺心, 是吗?

求助者: 是的。

心理咨询师: 那您能谈谈是什么样的事情让您觉得领导排挤您吗?

求助者: 我是一年前从国外留学回来, 进入这家国企的, 一直跟着现在的领导工作。这一年来, 他总是让我做些收集资料、整理文件等无足轻重的事情, 从来没有交给我任何重要的工作。两个多月前, 我们部门有个大项目, 我主动要求在这个项目中参与一些重要的工作, 他答应得挺好, 结果还是让我做些辅助工作。

心理咨询师: 因为这件事, 您开始觉得领导排挤您?

求助者: 是啊! 他这就是排挤我啊! 他一定是怕我这个海归博士盖过他的风头, 所以处处压着我, 不让我参与重要的工作。最近两个多月, 见到本单位其他领导我都生气、心烦。父母有时劝我两句, 我还和父母大发脾气, 惹得父母伤心。

心理咨询师: 听了您的叙述, 我非常理解您的心情。在工作上, 领导的做法让您觉得他排挤您, 这让您感到愤怒、心烦, 甚至还影响了生活和您与父母的关系, 对吗?

求助者: 是啊!

心理咨询师: 我想了解一下, 你们单位其他部门的新员工都承担了重要的工作吗?

求助者: 没有, 他们基本上和我差不多, 都是做些无足轻重的工作。

心理咨询师: 既然新员工做的工作都差不多, 那您为什么觉得您的领导排挤您呢?

求助者: 我是海归博士啊, 领导就应该重用我!

心理咨询师: 你们这些新员工中, 只有您一个人是海归博士吗?

求助者: 那倒不是。

心理咨询师: 那其他海归博士是否也觉得领导排挤他们呢?

求助者: 这倒没听说。

心理咨询师: 同样是领导暂时没有委以重任, 为什么其他人都能接受, 而您却认为是领导排挤您呢?

求助者: 难道是我的问题?

心理咨询师: 应该说是您对这件事的想法存在问题。人们对事物都有一些自己的想法。有些想法是合理的, 有些想法是不合理的。合理的想法导致恰当的情绪和行为, 而不合理的想法则导致情绪困扰和行为问题。

多选: 1. 该求助者的情绪症状包括()。

A. 紧张 B. 愤怒 C. 烦躁 D. 抑郁

单选: 2. 按照合理情绪疗法的 ABC 理论, 该求助者的 A 是()。

A. 惹父母伤心 B. 回避同学朋友聚会

C. 领导排挤自己 D. 领导未委以重任

多选: 3. 按照合理情绪疗法的 ABC 理论, 该求助者的 C 包括()。

A. 烦躁 B. 向父母发脾气

C. 愤怒 D. 回避同学朋友聚会

多选: 4. 按照合理情绪疗法的 ABC 理论, 引发该求助者心理问题的直接原因包括()。

A. 歪曲的认知 B. 现实的刺激 C. 不合理信念 D. 非理性思维

多选: 5. 该求助者不合理信念的特征包括()。

A. 乱贴标签 B. 绝对化要求

C. 过分概括化 D. 选择性消极关注

多选: 6. 心理咨询师还需要了解该求助者的资料包括()。

A. 人格特征 B. 躯体症状 C. 病程长短 D. 情绪症状

单选: 7. 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. 精神病性问题 D. 神经症性心理问题

多选: 8. 在咨询过程中, 心理咨询师使用的提问方式包括()。

A. 间接询问 B. 开放式提问 C. 直接逼问 D. 封闭式提问

多选: 9. 在咨询过程中, 心理咨询师使用的技术包括()。

A. 倾听 B. 重复 C. 解释 D. 面质

单选: 10. 这段咨询最可能是发生在()。

A. 心理诊断阶段 B. 领悟阶段 C. 再教育阶段 D. 修通阶段

多选: 11. 合理情绪疗法中, 认知性家庭作业主要包括()。

A. 自我管理程序 B. RET 自助表

C. 问题解决训练 D. 合理自我分析报告

多选: 12. 合理情绪疗法的局限性包括()。

A. 对于过分偏执的求助者可能难以奏效

- B. 对于领悟困难的求助者可能难以奏效
- C. 对自闭症患者所提供的帮助是有限的
- D. 不适用于急性精神分裂症患者

案例二

一般资料：求助者，女性，28岁，无业。

案例介绍：求助者由于孩子的问题前来咨询。

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4岁了，他胆子太小，到现在还不敢一个人去卫生间。我试着改掉他这个毛病，曾和孩子约定，他每次自己去卫生间后，我就给他讲个有趣的故事。可这孩子一旦自己进入卫生间就怕得不行，有时气急了，我也打他几巴掌，但除了哭得更厉害以外，根本没效果。因为这个毛病，他根本无法适应幼儿园生活。可是他总要上学的，到时候这个毛病还改不了可怎么办？一想到这事我就急得不行，您一定要帮帮我啊！

心理咨询师：您的孩子4岁了，不敢自己去卫生间，一定要有您的陪伴才敢如厕，针对这个问题您尝试了一些方法，但都不奏效，这让您很焦虑，对吗？

求助者：是啊！我现在就是干着急！

心理咨询师：我也是个母亲，所以我非常理解您作为母亲的这种心情，也替您感到着急。既然您所用的方法都不奏效，那您愿意尝试一种新方法吗？

求助者：当然愿意，什么方法啊？

心理咨询师：该方法的具体步骤包括，当孩子进入卫生间的时候，①您陪在他旁边，但要把卫生间的门打开；②您陪着他进入卫生间，把卫生间的门打开，您站在卫生间里面靠近门口的位置；③您不再进入卫生间，而是把卫生间的门打开，站在卫生间外面靠近门口的位置；④您站在卫生间外面靠近门口的位置，把卫生间的门半掩上；⑤您站在卫生间外面靠近门口的位置，把卫生间的门关上；⑥您把卫生间的门关上，然后离开。

多选：13. 在本案例中，求助者孩子的问题主要包括()。

- A. 多动
- B. 胆小
- C. 缄默
- D. 不敢自己如厕

多选：14. 在本案例中，心理咨询师持有的咨询态度包括()。

- A. 同感心
- B. 正视现实
- C. 同理心
- D. 积极关注

多选：15. 在本案例中，心理咨询师使用的参与性技术包括()。

- A. 内容反应
- B. 开放式提问
- C. 情感反应
- D. 封闭式提问

多选：16. 在本案例中，心理咨询师使用的影响性技术包括()。

- A. 解释
- B. 内容表达
- C. 指导
- D. 情感表达

单选：17. “我试着想办法改掉他这个毛病，曾和孩子约定，他每次自己去卫生间后，我就给他讲个有趣的故事。”这表明求助者对孩子不敢如厕的行为采取了()。

- A. 增强法
- B. 惩罚法
- C. 消退法
- D. 代币管制法

单选：18. “有时气急了，我也打他几巴掌……”这表明求助者对孩子不敢如厕的行为采取了()。

- A. 增强法
- B. 惩罚法
- C. 消退法
- D. 代币管制法

单选：19. 在本案例中，心理咨询师建议求助者尝试的新方法属于()。

- A. 消退法
- B. 阳性强化法
- C. 代币管制法
- D. 行为渐隐技术

单选：20. 在本案例中，心理咨询师建议求助者尝试的新方法的理论基础是()。

- A. 人本主义
- B. 认知科学
- C. 行为主义
- D. 精神分析

多选：21. 行为疗法的理论基础包括()。

- A. 认知理论
- B. 经典条件反射理论
- C. 社会学习理论
- D. 操作条件反射理论

多选：22. 关于阳性强化法，正确的说法包括()。

- A. 阳性强化法要改变的行为应该是单一的、具体的
- B. 阳性强化应该适时、适当
- C. 强化物可由物质刺激逐渐变为精神奖励
- D. 阳性强化就是正强化

案例三

一般资料：求助者，男性，40岁，某机关处级干部。

案例介绍：求助者10年前离异。两年前，经人介绍，求助者与现在的妻子相识，并于一年前结婚。半年前，考虑到求助者父母的年纪越来越大，求助者便将一直生活在父母家的女儿接过来与自己同住。求助者没想到，正处于青春期的女儿与现在的妻子根本无法和平相处，两人经常发生争执。求助者曾多次做双方工作，但没有任何效果，家庭矛盾不断升级。两个多月来，求助者想到家事就郁郁寡欢，心情烦躁，食欲下降，经常失眠，下班后不想回家，经常喝闷酒。工作时无精打采，效率下降，甚至多次出错。朋友担心他一直这样消沉下去，劝说他来寻求帮助。

心理咨询师观察了解到的情况：求助者内向，好强，工作能力强，人际关系好，深受领导和同事的好评。

单选：23. 该求助者的症状持续时间是()。

- A. 两个多月
- B. 半年
- C. 一年
- D. 两年

多选：24. 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：25. 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. 躯体疾病
- D. 精神病性问题

单选：26. 在本案例中，恰当的咨询目标是()。

- A. 家庭和睦
- B. 提高工作效率
- C. 改善情绪
- D. 改善饮食、睡眠情况

多选：27. 该求助者心理问题的特点包括()。

- A. 行为异常
- B. 人格障碍
- C. 负性情绪
- D. 社会功能受损

多选：28. 对该求助者可选用的心理测验包括()。

A. 16PF B. SAS C. EPQ D. SCL-90

多选: 29. 在本案例中, 求助者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. 咨询动机 B. 合作态度 C. 期望程度 D. 人格特征

多选: 30. 验证临床资料可靠性的方法包括()。

A. 补充提问 B. 心理测验
C. 质疑对峙 D. 比较同一资料的不同来源

单选: 31. 面对求助者请求解决母女矛盾的问题, 咨询师正确的做法是()。

A. 告诉其解决措施 B. 促成母女来做咨询
C. 明确婉拒其请求 D. 请上级咨询师解决

单选: 32. 本案例中, 对价值中立原则理解正确的是()。

A. 赞赏其离异后再婚 B. 鼓励摆脱痛苦
C. 批评其没有搞好团结 D. 接纳其喝闷酒

案例四

一般资料: 求助者, 女性, 22岁, 大学生。

案例介绍: 求助者自幼学习成绩优异, 进入大学后, 每年都获得一等奖学金。一进入大四, 求助者就开始复习, 准备考研。三个多月前, 参加了研究生入学考试。求助者感觉自己考得不错, 没想到成绩公布出来, 自己居然落榜了。得知落榜消息一个多月以来, 求助者情绪低落, 觉得自己真笨, 真没用, 只有不想考研的事情, 求助者的心情才会好些。

心理咨询师观察了解到的情况: 求助者父母均是中学教师, 对求助者要求非常严格。求助者自幼争强好胜, 追求完美。

单选: 33. 该求助者的心理状态主要是()。

A. 恐惧 B. 强迫 C. 焦虑 D. 抑郁

多选: 34. 该求助者的人格特征包括()。

A. 性格内向 B. 争强好胜 C. 谨小慎微 D. 追求完美

多选: 35. 引发该求助者心理问题的可能原因包括()。

A. 考研落榜 B. 不合理信念
C. 人格特征 D. 父母要求严格

多选: 36. 评估该求助者症状的严重程度, 可选用的心理测验包括()。

A. EPQ B. IES C. SDS D. SCL-90

单选: 37. 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: 38. 该求助者的不合理信念的特征包括()。

A. 绝对化要求 B. 过分概括化 C. 糟糕至极 D. 追求完美

单选: 39. 适用于该求助者的心理咨询方法是()。

A. 代币管制法 B. 合理情绪疗法
C. 阳性强化法 D. 行为渐隐技术

单选: 40. 咨询中, 心理咨询师曾说“你刚才说自己真笨, 但我记得你之前提到

过, 你从小到大学习成绩优异, 进入大学后, 每年都获得一等奖学金, 你前后的表达似乎有些矛盾, 你觉得呢?”心理咨询师使用的技术是()。

A. 解释 B. 重复 C. 面质 D. 积极关注

多选: 41. 在本案例中, 咨询方案应该包括()。

A. 咨询方法 B. 咨询的费用 C. 咨询目标 D. 咨询的次数

多选: 42. 求助者的主要问题指的是求助者()。

A. 最关心的问题 B. 最困扰的问题
C. 最迫切需要解决的问题 D. 最先提出的问题

案例五

一般资料: 求助者, 女性, 54岁, 某国企部门经理。

案例介绍: 求助者与丈夫感情好, 家庭条件优越。今年春节前得知儿子是同性恋, 当时就被气疯了, 丈夫和儿子发生了激烈的争吵。在接下来的两天里, 求助者和丈夫都没有去上班, 丈夫时而唉声叹气, 时而火冒三丈, 求助者则是默默地流泪, 两人都有一种绝望的感觉, 感觉二十几年的努力都白费了。大约三天之后, 两人慢慢恢复了平静, 但求助者饮食、睡眠比以往差了许多, 时常觉得胸闷、心慌, 一想起儿子就会头痛。虽然每天能够正常上下班, 但工作提不起精神, 经常丢三落四, 有时还因自己的失误对下属发脾气。看到公司里和自己儿子年龄相仿的小伙子们在一起吃饭聊天就觉得别扭, 怀疑他们的性取向也不正常。

心理咨询师观察了解到的情况: 求助者衣着整洁但精神疲惫、焦虑, 谈起儿子便会流泪。几个月以来, 儿子没有回过家, 虽然打过几个电话, 但交流很不愉快。求助者也因为儿子的问题不愿与亲戚朋友见面或通电话, 觉得很丢人。求助者希望咨询师不仅要帮助她自己, 更要帮助她纠正儿子的性取向, 让儿子成为一个正常的人。

多选: 43. 求助者目前的情绪症状包括()。

A. 愤怒 B. 焦虑 C. 抑郁 D. 悲哀

多选: 44. 求助者目前的躯体症状包括()。

A. 头晕 B. 失眠 C. 胸闷 D. 恼怒

单选: 45. 对该求助者最可能的诊断是()。

A. 一般心理问题 B. 抑郁神经症
C. 严重心理问题 D. 神经症性心理问题

单选: 46. 求助者在得知自己儿子是同性恋的最初三天的症状, 最可能的是()。

A. 转换性障碍 B. 惊恐障碍
C. 急性应激反应 D. 创伤后应激障碍

多选: 47. 造成求助者心理问题的可能原因包括()。

A. 对年轻人的偏见 B. 得知儿子的性取向
C. 存在不合理信念 D. 更年期女性

多选: 48. 如果求助者的儿子前来咨询, 咨询师恰当的做法是()。

A. 指出同性恋的危害 B. 接纳其性取向
C. 促使其与家人沟通 D. 解决情绪困扰

多选: 49. 求助者“因自己的失误对下属发脾气”, 表明其()。

- A. 内心有愤怒情绪
C. 情绪失控
- B. 运用了转移的防御机制
D. 运用了投射的防御机制

单选: 50. 求助者请求咨询师帮助纠正儿子的性取向, 说明其()。

- A. 对咨询师产生移情
C. 有正确的求助动机
- B. 对心理咨询的性质缺乏了解
D. 提出合理的咨询目标

多选: 51. 求助者因为儿子的问题不愿与亲戚朋友见面或通电话, 觉得很丢人, 其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. 夸大和缩小

多选: 52. 求助者因为儿子的性取向引发了心理冲突, 其不合理信念包括()。

- A. 绝对化要求
C. 糟糕至极
- B. 过分概括化
D. 贴标签或错贴标签

多选: 53. 对于该求助者, 还需要重点了解的资料包括()。

- A. 个性特点
B. 成长经历
C. 既往病史
D. 家庭条件

多选: 54. 本案例恰当的咨询目标包括()。

- A. 重新认识儿子的问题
C. 促使其儿子改变性取向
- B. 改善求助者的情绪状态
D. 协助求助者面对现实

案例六

一般资料: 求助者, 女性, 46岁, 某公司副总经理。下面是心理咨询师与求助者的一段咨询对话:

心理咨询师: 您好! 您希望在哪些方面得到我的帮助?

求助者: 我最近一段时间, 确切地说是两个月左右, 经常控制不住自己的情绪, 有时是对下属发脾气, 有时是莫名其妙地紧张和担忧。

心理咨询师: 您能具体说说是什么原因导致您产生这样的情况吗?

求助者: 具体是什么原因我也说不准。其实最近我们公司的老总看我工作很辛苦, 嘱咐我多注意休息, 还为我增加了两个助手, 让我指挥他们去做各种繁杂的事。

心理咨询师: 您的意思是说您最近工作的负担是减轻了。我看这是件好事啊!

求助者: 可是看着他们做事我总是着急, 怕他们没有经验做不好, 影响公司的业绩。有时我勉强控制住自己不对他们发脾气, 但就会胸闷、心慌、出虚汗, 手脚也不自主地颤抖。一天下来, 感觉头晕脑胀, 脖子僵硬。我曾经学过一点心理学, 感觉自己现在的这些情况应该是心理原因引起的, 所以我就到您这儿来请您帮忙了。

心理咨询师: 非常感谢您的信任! 我能体会您的感受, 也为您的情况着急。我想问您一下, 您布置的工作助手们都不能很好地完成吗?

求助者: 也不是。布置给他们的工作基本都能完成, 只是我觉得他们没有我的工作效率高、不如我做得圆满。

心理咨询师: 感觉您是个很追求完美的人?

求助者: 是。从小我的父母对我的要求就非常严格, 所以我才能有今天的成就。我希望我的下属也能像我一样把所有工作完成好。您现在能理解我为什么看他们工作时总是紧张和担忧了吧?

心理咨询师: 是的。我现在对您的情况已经有了初步的了解。针对您的情况, 我

今天想先教您学会放松训练, 希望您学会后每天坚持练习; 另外, 鉴于您现在的年龄, 我建议您到医院做一下检查。

多选: 55. 咨询师在咨询中所使用的提问方式为()。

- A. 直接逼问
B. 开放式提问
C. 间接询问
D. 封闭式提问

多选: 56. “您能具体说说是什么原因导致您产生这样的情况吗?” 心理咨询师所使用的提问方式与技术包括()。

- A. 摄入性谈话
B. 封闭式提问
C. 具体化技术
D. 开放式提问

单选: 57. 求助者目前的主要情绪症状是()。

- A. 抑郁
B. 烦恼
C. 焦虑
D. 恐惧

单选: 58. 求助者说控制不住自己的情绪, 这可能反映的是()。

- A. 陈述事实
C. 意志比较薄弱
- B. 内心活动的表现
D. 已经出现了阻抗

单选: 59. “您的意思是说您最近工作的负担是减轻了。我看这是件好事啊!” 在这里咨询师没有()。

- A. 内容反应
B. 释义
C. 内容表达
D. 共情

多选: 60. 对于该求助者, 可以排除的诊断包括()。

- A. 更年期综合症
C. 严重心理问题
- B. 神经症性心理问题
D. 焦虑症

多选: 61. “非常感谢您的信任! 我能体会您的感受, 也为您的情况着急。” 咨询师使用的技术包括()。

- A. 情感表达
B. 内容表达
C. 自我开放
D. 内容反应

单选: 62. 咨询师对求助者的最后一段谈话中所使用的技术是()。

- A. 释义
B. 指导
C. 解释
D. 鼓励

多选: 63. 下列关于“放松训练”的描述中, 正确的包括()。

- A. 放松训练是使用最广的认知技术之一
B. 放松训练的基本假设是改变生理反应, 主观体验也会随着改变
C. 心理咨询师最好用非专业指导语
D. 首次进行放松训练时, 心理咨询师应进行示范并讲解要点

单选: 64. 呼吸放松法不包括()。

- A. 鼻腔呼吸放松法
C. 腹式呼吸放松法
- B. 胸式呼吸放松法
D. 控制呼吸放松法

多选: 65. 心理咨询师建议求助者到医院进行检查的做法()。

- A. 是要排除躯体疾病
C. 有利于明确诊断
- B. 违反了心理咨询的基本原则
D. 超出了心理咨询的工作范围

多选: 66. 通过案例介绍, 心理咨询师可以掌握的资料包括()。

- A. 求助者成长史
C. 求助者婚姻史
- B. 求助者的症状
D. 求助者的人格

案例七

一般资料: 求助者, 男性, 21岁, 高中学历, 一年前来城市打工。下面是心理咨询师与求助者的一段咨询对话:

心理咨询师: 记得你上次临走时说一周以后再来咨询的, 现在半年都过去了, 你不

觉得两次咨询间隔的时间太长了吗?这次又有什么问题需要我帮助?是新问题还是上次的老问题?

求助者:上一次没有再来是因为您的咨询确实有效!我妈听了您的建议第二天就收拾自己的东西回老家了。她不在我身边,我们之间就再没产生过摩擦。我现在特别相信您的咨询水平,所以这次又有两件事想请您帮我解决。

心理咨询师:我可以帮你解决问题,但是你这次不能再违反我们的咨询规定了。咨询过程中我们双方都有各自特定的责任、权利和义务,我们必须遵守。你具体说说哪两件事吧!

求助者:第一件事是我公司里比我晚来的几个人两个月前都涨工资了,唯独我的工资没变,我觉得是老板想用这个办法让我觉得难受,让我自己主动辞职;第二件事是我的女朋友不想和我继续交往了,这对我的打击也太大了。我现在心里烦得不得了,吃不香、睡不着,可又不知道该怎么办。

心理咨询师:同时遇到两件麻烦事确实让人很难应付,而且恋爱、工作对于年轻人来说都是头等大事。但是我们不能同时进行,问题必须一个一个地解决,你觉得应该先从哪一个问题入手?

求助者:(沉默)……我也不知道应该先解决哪一个,最好是能一起解决。

心理咨询师:那你不能仔细思考一下,在目前情况下,事业和婚姻哪一个对你来说更重要?

求助者:(沉默)……我还是决定不了。以前遇到问题,或者还没出现问题,我妈妈就都帮我提前处理了。我现在这份工作就是我妈托人给我介绍的。唉!如果我妈还在这里,我们老板也不会这么对我,我女朋友也不会嫌我窝囊。您是有水平的咨询师,这种事情一定见过很多,还是您帮我选择吧!

心理咨询师:我终于理解你妈妈为什么要陪着你了!你根本没有独立生活的能力,这样下去会越来越糟。我现在倒是觉得培养你独立生活的能力、自立自强的精神比解决你那两个问题更重要,你说是吗?

求助者:(沉默)……真是这样吗?两个多月来,我一进单位心里就不舒服,看见谁都烦。我今天来找您,本来是想让您帮我解决问题,可是听您刚才的话,内容和口气都和我的老板差不多,我现在的感觉就像是在公司里。

心理咨询师:咨询中的阵痛是难免的,我们咨询师有责任给求助者建立正确、健康的价值观,不能一味满足求助者的快乐。如果咱们的咨询目标不一致,说明我们不匹配,你有权利选择其他的咨询师。

求助者:您让我再想想……

多选:67. 咨询师在第一段谈话中使用了()。

- A. 修饰性反问 B. 多重选择性提问
C. 责备性问题 D. 多重提问

单选:68. 求助者不遵守咨询预约时间是违反了()。

- A. 求助者的权利 B. 咨询师的权利
C. 求助者的责任 D. 求助者的义务

多选:69. 咨询师说“那你不能仔细思考一下,在目前情况下,事业和婚姻哪一个对你来说更重要?”这表明咨询师()。

- A. 启发引导求助者 B. 运用了指导技术

C. 解释求助者问题

D. 运用了内容表达技术

单选:70. 求助者说“我还是决定不了……还是您帮我选择吧”,说明求助者对咨询师产生了()。

- A. 信任 B. 阻抗 C. 移情 D. 依赖

单选:71. 咨询师说“我现在倒是觉得培养你独立生活的能力、自立自强的精神比解决你那两个问题更重要,你说是吗?”在这里咨询师使用了()。

- A. 责备性问题 B. 解释性问题 C. 修饰性反问 D. 开放式提问

单选:72. 求助者说“两个多月来……我现在的感觉就像是在公司里”。说明求助者对咨询师产生了()。

- A. 信任 B. 依赖 C. 移情 D. 共情

单选:73. 求助者在对话中共出现了三次沉默,前两次沉默可能是()。

- A. 怀疑型 B. 思考型 C. 茫然型 D. 反抗型

单选:74. 求助者第三次沉默可能是()。

- A. 怀疑型 B. 情绪型 C. 思考型 D. 反抗型

多选:75. 求助者产生心理问题的原因包括()。

- A. 母亲强势 B. 女友要分手 C. 独立性差 D. 工作不满意

单选:76. 对于该求助者的心理问题,最可能的诊断是()。

- A. 一般心理问题 B. 神经症性心理问题
C. 严重心理问题 D. 社交恐怖症

单选:77. 通过对话,可以了解咨询师与求助者在匹配关系上属于()。

- A. 匹配型 B. 冲突型 C. 欠缺型 D. 忌讳型

多选:78. 在本次咨询过程中,咨询师出现的失误包括()。

- A. 使用了不恰当的提问 B. 对咨询目标存在错误观念
C. 没有积极关注求助者 D. 对咨询关系匹配理解错误

案例八

一般资料:求助者,男性,30岁,公司职员

案例介绍:求助者原计划在四个月前举行婚礼,准岳母却以求助者的父亲没有兑现“全款买房”为由,不同意女儿马上结婚。女友站在了母亲一边,认为求助者的父亲只支付了60万元首付,购房合同中没有自己的名字,是对她们母女的轻视和不信任;而且如果婚后小夫妻自己还贷,生活会相当艰苦。求助者认为她们不该这样不讲理,与母女二人吵了起来。但安静下来后也常常回忆四年里二人相处的甜蜜时光,希望能挽回女友的心,如期结婚,但母女二人不同意。求助者陷入两难的境地:一边是女友和其母苦苦相逼,另一边是目前确实拿不出足够的房款。求助者为此吃不下饭、睡不好觉,身体明显消瘦。求助者感觉四年的感情还比不上的一套房子!况且在相恋的四年里,对她们母女的生活关怀备至,连女友大学后三年的费用基本都是自己家支付的。现在自己家里只是遇到了暂时的经济困难,女友就准备抛弃自己,这让求助者难以接受,对她们母女充满了怨恨,内心处在极度的矛盾和痛苦之中,无心去单位工作。经朋友劝说,主动前来寻求帮助。

心理咨询师观察了解到的情况:求助者情绪低落,面容憔悴,说话声音低沉。求助者为家中独子,自幼娇生惯养,性格内向,缺乏独立性。

多选:79. 求助者产生心理问题的社会原因包括()。

- A. 女友悔婚

B. 自己失去生活来源
- C. 性格懦弱

D. 女友不和自己一心
- 单选: 80. 求助者目前面临的压力是()。
- A. 一般单一性生活压力

B. 继时性叠加压力
- C. 破坏性压力

D. 同时性叠加压力

单选: 81. 资料收集阶段, 求助者大量陈述了与女友的感情, 家中的经济状况等细节内容, 咨询师恰当的处理是()。

- A. 不用处理

B. 利用内容反应技术提出新问题
- C. 控制话题

D. 利用情感表达技术接纳求助者

多选: 82. 对于该求助者, 可选用的心理测验包括()。

- A. LES

B. SAS

C. CRT

D. SCL-90

多选: 83. 根据案例介绍, 该求助者的心理冲突属于()。

- A. 常形

B. 双趋式冲突

C. 变形

D. 双避式冲突

单选: 84. 对该求助者最可能的诊断是()。

- A. 精神病性障碍

B. 一般心理问题
- C. 严重心理问题

D. 神经症性心理问题

单选: 85. 求助者明显表现出的不合理信念的特征是()。

- A. 绝对化要求

B. 糟糕至极

C. 过分概括化

D. 夸大和缩小

多选: 86. 对于该求助者, 合理的近期咨询目标包括()。

- A. 鼓励倾诉

B. 宣泄情绪

C. 与女友和解

D. 寻找新工作

多选: 87. 对于该求助者, 评估咨询效果的指标可以包括()。

- A. 女友和求助者结婚

B. 求助者开始认真工作
- C. 求助者负性情绪消失

D. 求助者睡眠恢复正常

多选: 88. 对于该求助者, 咨询师已经掌握的临床资料包括()。

- A. 成长经历

B. 婚恋观
- C. 性格特点

D. 社会交往情况

多选: 89. 该求助者心理问题的特点包括()。

- A. 社会功能明显受损

B. 持续时间较短
- C. 存在明显人格缺陷

D. 存在认知错误

多选: 90. 适宜的求助者应具备的条件包括()。

- A. 人格正常

B. 动机强烈

C. 行动自觉

D. 年龄适宜

案例九

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	18	17	9	19	8	62		46	13	29	25	27		量表分	59	53	2
量表分	11	10	7	12	6	13	59	11	10	9	12	11	53	智商	99	110	104

多选: 91. WAIS-RC 的各项分测验中, 有严格时间限制的包括()。

- A. 知识

B. 算术

C. 数字符号

D. 图片排列

单选: 92. 该求助者“相似性”分测验成绩高于常模平均数()个标准差。

- A. 1/3

B. 2/3

C. 1/2

D. 1
- 单选: 93. 根据测验结果, 可以判断该求助者 FIQ 的智力等级是()。
- A. 超常

B. 高于平常

C. 平常

D. 低于平常

案例十

下面是某求助者的 MMPI 测验结果:

量表	Q	L	F	K	Hs	D	Hy	Pd	Mf	Pa	Pt	Sc	Ma	Si
原始分	8	5	23	10	21	34	33	21	28	16	26	33	16	36
K 校正分					?			?			?	?	?	
T 分	47	49	66	43	71	78	65	56	50	57	59	58	48	52

单选: 94. 社会病态量表的 K 校正分应当是()。

- A. 25

B. 26

C. 36

D. 43

多选: 95. 该求助者得分超过中国常模标准的临床量表包括()。

- A. 癔症量表

B. 抑郁量表

C. 偏执狂量表

D. 诈病量表

多选: 96. 从临床量表得分来看, 求助者主要表现出()。

- A. 对身体功能的不正常关心

B. 抑郁、悲观、思维、行动缓慢
- C. 多疑、孤独、烦恼、过分敏感

D. 内向、胆小、退缩、不善交际

单选: 97. 某求助者的 EPQ 结果(T 分)如下: P 量表 60 分、E 量表 70 分、N 量表 65 分、L 量表 35 分, 该求助者属于()。

- A. 胆汁质

B. 抑郁质

C. 多血质

D. 粘液质

单选: 98. 某求助者 SDS 总粗分为 50, 对测验结果判断正确的是()。

- A. 轻度焦虑

B. 中度焦虑

C. 轻度抑郁

D. 中度抑郁

案例十一

下面是某求助者的 SCL-90 测验结果(1~5 评分): 总分: 220

阳性项目数: 65

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	1.8	3.6	3.4	3.9	2.2	2.0	1.9	2.5	1.9	2.6

多选: 99. 从测验结果来看, 正确的表述包括()。

- A. 可确诊为抑郁症

B. 有轻度焦虑症状
- C. 可考虑筛选阳性

D. 需要进一步检查

单选: 100. 与该求助者的阳性项目均分最接近的数值是()。

- A. 2.0

B. 2.5

C. 3.0

D. 3.5

第二部分 案例问答题

答题指导: 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, 18 岁, 高三学生。因控制不住想女友, 感到内疚、矛盾一个月而求助。

案例介绍: 两个多月前, 距离高考还有三个月时间, 求助者父母发现求助者经常很晚还给女友打电话, 担心他谈恋爱影响高考, 感到很生气, 就与求助者谈话要求他

答案及解析

第一部分 技能选择题

1. BC 案例中求助者的情绪问题由于工作问题烦躁、情绪不好，领导的做法让求助者觉得不受重视，“感到愤怒、心烦”。

2. D 合理情绪疗法的核心是 ABC 理论，A 是诱发事件，B 是不合理信念，C 是情绪或行为的表现。在本题中，领导未委以重任是求助者心理问题的诱发事件，“领导排挤自己”是求助者的不合理信念。

3. ABC 合理情绪疗法的核心是 ABC 理论，A 是诱发事件，B 是不合理信念，C 是情绪或行为的表现。烦躁、愤怒，向父母发脾气都属于不合理信念引发的情绪行为表现。案例中并未提到求助者回避同学朋友聚会。

4. ACD ABC 理论是合理情绪疗法的核心，即 A 是诱发事件，B 是不合理信念，C 是情绪或行为的表现。A 不是导致 C 的原因，B 才是导致 C 的原因。本案例中引发求助者心理问题的不合理信念包括歪曲的认知和非理性思维。

5. BC 案例中求助者认为自己身为海归博士，应当受到领导重用，这是绝对化要求的表现。求助者认为领导处处压制他排挤他，不让他参与重要的工作，这是过分概括化。

6. AB 求助者的人格特征和躯体症状信息有助于咨询师对求助者的诊疗，属于还需要咨询师搜集的资料。案例中提到求助者情绪不好两个多月，这是病程。烦躁、焦虑等是情绪症状。

7. B 案例中求助者的病程在两个月到半年内，他见到本单位其他领导也生气心烦，属于情绪泛化的表现，社会功能也有受损。因此，可以判断求助者是严重心理问题。

8. ABD 案例中“请问我能为您提供什么帮助吗？”属于间接询问技术；“您能谈谈是什么样的事情让您觉得领导排挤您吗？”属于开放式询问技术；“在工作上，领导的做法让您觉得他排挤您，这让您感到愤怒、心烦，甚至还影响了生活和您与父母的关系，对吗？”运用的是封闭式询问。

9. AC 在整个心理咨询过程中，咨询师都使用了倾听技术。“人们对事物都有一些自己的想法。合理的想法导致恰当的情绪和行为，而不合理的想法则导致情绪困扰和行为问题。”表明咨询师在对求助者解释合理情绪疗法的理论。

10. A 合理情绪疗法的工作程序主要包括：①心理诊断阶段，咨询师要明确求助者的 ABC，并对求助者解说 ABC 理论；②领悟阶段，主要是让求助者了解到是信念而不是诱发事件本身引起了情绪及行为后果，求助者要对自己的情绪和行为反应负有责任，只有改变了 B，才能减轻消除症状；③修通阶段，与不合理信念辩论，常用和有特色的是苏格拉底产婆术式辩论、家庭作业、RET 自助表和合理自我分析报告(RSA)，也可采用其他方法；④再教育阶段，重建心理和行为模式。

11. BD 合理情绪疗法中，认知性家庭作业主要包括 RET 自助表和合理自我分析报告(RSA)。

12. ABCD 合理情绪疗法强调改变认知偏差，重建合理信念，因此它对那些在治疗中拒绝做出改变自己信念的努力的人，或过分偏执者以及有领悟困难的人，可能难以奏效。此外，合理情绪疗法对于患有自闭症、急性精神分裂症等病症的人也不适用。

13. BD 案例中求助者的儿子今年 4 岁，胆子小，到现在还不敢一个人去卫生间。

14. AC 共情指体验求助者内心世界的的能力，又称投情、神入、同感心、同理心、通情达理和设身处地。案例中提到“我也是个母亲，所以我非常理解您作为母亲的这种心情，也替您感到着急。”咨询师表达了对求助者的理解，是共情的表现。

15. ACD 参与性技术主要有：倾听、开放式询问和封闭式询问、鼓励技术、重复技术、内容

高考前暂时中断与女友联系，并找了女生父母一起讨论如何处理。女方父母也很担心，就要求女儿在高考前不再与求助者见面或电话联系。求助者和女友均答应了双方父母的要求，专心学习，高考以后再联系。但是最近两个月求助者上课时头脑里总是冒出女友形象，总是反复地想“她现在做什么？她会想自己吗？她复习得怎么样？……”等念头，以至于影响了学习效率。求助者觉得不应该这样想，可越是压抑却越想得厉害，以至于晚上控制不住要打电话给女友，但是女友却不接电话。因此更加思念，出现了烦躁情绪，注意力难以集中于学习，记忆力也下降，经常失眠。最近一个月，求助者觉得实在控制不住地想女友，又很内疚觉得对不住父母。高考越来越接近，非常担心高考会落榜，于是到咨询中心来求助。求助者没有躯体疾病史和精神疾病史，高考前体检没有明显异常。

请根据以上案例，回答以下问题：

一、本案例最可能的诊断及理由是什么？（30 分）

二、本案例恰当的咨询目标是什么？（20 分）

三、如果采用合理情绪疗法，请按照 ABC 理论，分析一下该求助者的 A、B、C 各是什么？（25 分）

四、咨询师自己 56 岁，自己的孩子早已大学毕业，面对该求助者，咨询师在建立咨询关系上应该注意什么？（25 分）

反应(释义)、情感反应、具体化、参与性概述、非言语行为的理解。“您的孩子4岁了,不敢自己去卫生间……但都不奏效”属于内容反应技术;“这让您很焦虑,对吗?则运用了情感反应和封闭式提问。

16. BCD 影响性技术主要有:面质、解释、指导、情感表达、内容表达、自我开放、影响性的概述、非言语行为的运用。“我非常理解您作为母亲的这种心情,也替您感到着急”,属于情感表达技术。“您的孩子4岁了,不敢自己去卫生间,一定要有您的陪伴才敢如厕,针对这个问题您尝试了一些方法,但都不奏效”属于内容表达技术,最后咨询师为来访者提供一种解决问题的方法,属于指导技术。

17. A 增强法有两种方式:①正强化,是给予人所喜欢的刺激物;②负强化,是撤销让人厌恶的刺激物。两者都可用来鼓励求助者产生受欢迎的行为和抑制不受欢迎的行为。本案例中求助者采用的是正强化的方法,将有趣的故事作为强化物,鼓励孩子自己去卫生间。

18. B 求助者气急了就打儿子几巴掌,这种方法称为惩罚法,具体有两种形式:①给予个体不喜欢的强化或厌恶刺激;②撤销个体还在享用的正性强化物。两种方式都可用来抑制或阻断不良的行为。本案例中采用的是第一种形式。

19. D 行为渐隐技术指通过利用明显刺激(线索)来改变非适应性行为从而建立新的适应性行为的方法。本案例中咨询师指导求助者由陪在儿子身边,一步一步地远离卫生间,最终达到让儿子独立上卫生间的目标,属于行为渐隐技术。

20. C 行为渐隐技术是行为疗法的一种,以行为主义为理论基础。

21. BCD 经典条件反射在治疗中的应用就称为行为疗法,斯金纳的操作条件反射理论和班杜拉的社会学习理论也是行为疗法的理论基础。

22. ABCD 阳性强化就是正强化,强调要改变的行为应该是单一的、具体的;强化应该适时、适当;强化物可由物质刺激逐渐转变为精神奖励,避免造成依赖物质奖励。

23. A 案例中提到两个多月来,求助者想到家事就郁郁寡欢,心情烦躁,食欲下降,经常失眠,下班后不想回家,经常喝闷酒。

24. AD 根据心理正常和异常的三原则,求助者属于心理正常。心理正常包括心理健康和心理不健康,心理不健康又分为:一般心理问题、严重心理问题、神经症性心理问题。

25. B 案例中求助者的病程为两个多月,情绪症状较重,社会功能受损明显,产生了明显的回避行为。故诊断为严重心理问题。

26. C 改善情绪、认知和行为都是心理咨询的近期目标,咨询的远期目标是健全人格,促进心理健康水平的提高。

27. CD 案例中求助者的负性情绪表现在:郁郁寡欢,心情烦躁,下班后不想回家,经常喝闷酒,工作时无精打采,效率下降,甚至多次出错,属于社会功能受损的表现。

28. ABCD 由于求助者内向,好强,可以选用16PF、EPQ等人格测验;另外,求助者想到家事就郁郁寡欢,心情烦躁,可以选用症状测验,比如SAS和SCL-90。

29. ABC 求助者对咨询关系及咨询效果的影响因素主要有:咨询动机、合作态度、期望程度、悟性水平、自我觉察水平、行为方式以及对咨询师的反应。

30. ABD 验证资料可靠性的方法主要有:①补充提问;②使用问卷和心理测验的办法;③比较同一资料的不同来源。

31. B 心理咨询只解决求助者的心理和行为问题,并不解决其实际生活中面临的具体问题。案例中求助者请求咨询师解决母女矛盾,咨询师最好的做法是促成母女来做咨询,将二人转化为求助者。

32. D 价值中立原则指咨询师采取非评判性的态度,既不赞赏也不批评,而是无条件的尊重和接纳,包括接纳求助者身上消极负性的一面。

33. D 案例中求助者抑郁情绪的表现是:情绪低落,觉得自己真笨,真没用。只有不想考研

的事情,求助者的心情才会好些。

34. BD 案例中求助者的人格特征是:自幼争强好胜,追求完美。

35. ABCD 求助者心理问题产生的原因可以从心理和社会两个层面进行分析。其中,不合理信念和人格特征是求助者问题产生的心理原因;考研落榜和父母要求严格是求助者产生心理问题的社会原因。

36. CD 抑郁自评量表(SDS),90项症状清单(SCL-90)可用来评估案例中求助者症状的严重程度;艾森克人格问卷EPQ和生活事件量表LES一般用来评估求助者心理问题的原因。

37. A 案例中求助者情绪低落的时间为一个月,病程短,不想考研的事情心情就好,说明没有出现泛化,据此诊断为一般心理问题。

38. BC 案例中求助者因没有考上研究生就觉得自己真笨,真没用,表现了过分概括化和糟糕至极的认知特点。

39. B 合理情绪疗法是通过理性分析和逻辑思辨,改变造成求助者情绪困扰的不合理观念,从而建立起合理的、正确的理性观念,帮助求助者克服自身的情绪问题,以合理的人生观来创造生活,并以此来维护心理健康,促进人格的全面发展的一种方法。本案例中求助者因为考研失败而产生自己“真笨,无用”的不合理信念,适合使用合理情绪疗法。

40. C 面质是指咨询师指出求助者身上存在的矛盾,让求助者做出思考和领悟,又称质疑、对质、对峙、对抗、正视现实等。咨询师通过指出求助者成绩优异和觉得自己真笨的想法之间的矛盾,促使求助者思考。

41. ABCD 咨询方案的内容主要包括:①咨询目标;②咨询的具体心理学方法或技术原理和过程;③咨询的效果及评价手段;④双方各自的特定责任;⑤权利与义务;⑥咨询次数与时间安排;⑦咨询的相关费用;⑧其他问题及有关说明。

42. ABC 求助者的“主要问题”是求助者最关心、最困扰、最迫切需要解决的问题。

43. AB 案例中求助者的情绪症状表现为:精神疲惫、焦虑,有时还因自己的失误对下属发脾气。

44. BC 案例中求助者的躯体症状表现为:饮食、睡眠比以往差了许多,时常觉得胸闷、心慌,一想起儿子就会头痛。

45. C 案例中求助者的心理问题是由现实刺激引起,具有道德色彩,情绪表现焦虑、愤怒,持续时间超过两个月,社会功能受损,出现泛化,据此,可诊断为严重心理问题。

46. C 急性应激反应又称急性心因性反应,这是由于突然而来且异乎寻常的剧烈的精神刺激、应激性生活事件或持续困境的作用下引发的应激性精神障碍,一般在数天或一周内缓解,最长不超过一个月。“儿子是同性恋”这一事件对求助者造成了强烈的精神刺激,从而引发了急性应激反应。

47. BCD 求助者心理问题产生的原因可以从生理、心理、社会三个方面进行分析:①社会原因,得知儿子的性取向是同性恋;②心理原因,存在不合理信念;③生理原因,54岁,更年期女性。A项,对年轻人的偏见是心理问题的结果,而非原因。

48. BD 如果求助者的儿子前来咨询,咨询师应秉持价值中立原则,接纳其性取向,解决和家人矛盾造成的情绪困扰。

49. ABC 案例中求助者对下属发脾气是不能控制的愤怒情绪,是把对儿子的愤怒转移到了下属身上。

50. B 心理咨询的职责是帮助求助者解决心理问题和相关行为问题,同性恋不属于心理问题,不在心理咨询解决问题的范围之内。

51. BC 案例中求助者因为儿子的性取向问题不愿与亲戚朋友见面或通电话,觉得很丢人,这是糟糕至极和过分概括化的表现。

52. ABC 案例中求助者认为儿子不应该是同性恋,要求咨询师扭转儿子的性取向,这是绝对化的要求。此外,求助者不愿与亲戚朋友见面或通电话,觉得很丢人,这是糟糕至极和过分概括化

的表现。

53. BC 案例中求助者家庭条件优越,得知儿子是同性恋,当时就被气疯了,觉得丢人,说明她个性好强,而成长经历和既往病史在案例中没有明确提及,还需要咨询师继续了解。

54. AB 咨询目标包括认知和情绪两个方面,咨询师应协助求助者接纳现实,对儿子的问题建立合理的信念,而非改变儿子性取向。此外,还应改善求助者的愤怒和焦虑情绪状态。D项“面对现实”既包括接纳现实也包括改变现实,过于笼统。

55. BCD “您能具体说说是什么原因导致您产生这样的情况吗?”属于开放式提问;“您希望在哪些方面得到我的帮助?”属于间接询问;“您布置的工作助手们都不能很好地完成吗?”属于封闭式提问。

56. CD 问题中有“具体”二字,说明咨询师使用了具体化技术,这是一种咨询师协助求助者清楚准确表达自己观点的参与性技术。同时,这个问题又是开放式提问,主要是为了不带诱导性地全面了解求助者的问题。

57. C 案例中求助者的情绪症状主要有:经常控制不住自己的情绪,对下属发脾气,莫名其妙地紧张和担忧,是焦虑的表现。

58. A 案例中求助者自诉近两个月经常控制不住自己的情绪,有时是对下属发脾气,有时是莫名其妙地紧张和担忧,是在陈述事实,没有表现出明显的阻抗情绪。

59. D 共情指理解他人内心世界的的能力。咨询师认为求助者配了两个助手后工作减轻是好事,属于典型的从自己的角度出发看待问题,而不是从求助者的角度看待问题。“您最近工作的负担是减轻了”运用了内容反应和释义技术,“我看这是好事”属于内容表达技术。

60. BD 案例中的求助者为46岁的女性,正处在更年期阶段,尚不能排除更年期综合症。此外,求助者出现焦虑情绪两个月左右,可能是一般心理问题或严重心理问题,可以排除神经症性心理问题和焦虑症。

61. AB “非常感谢您的信任!”属于内容表达技术。“我能体会您的感受,也为您的情况着急”属于咨询师的情感表达。

62. B “我今天想先教您学会放松训练,希望您学会后每天坚持练习。”属于直接告诉求助者如何操作,是指导技术。

63. BD 放松训练是使用最广的行为技术之一,其基本假设是改变生理反应,主观体验也会随着改变。心理咨询师最好使用专业指导语进行首次放松训练,并进行讲解示范。

64. B 放松训练主要有三种方法:①呼吸放松法;②肌肉放松法;③想象放松法。其中,呼吸放松法包括鼻腔呼吸放松法、腹式呼吸放松法和控制呼吸放松法。

65. AC 在诊断心理问题之前,需要排除躯体疾病。咨询师建议求助者到医院进行检查,有利于明确诊断,符合心理咨询的基本原则,是心理咨询的工作范围。

66. BD 案例中求助者的症状表现是焦虑;其人格特点是追求完美。而求助者的成长史和婚姻史案例中未提及。

67. BCD 案例中咨询师的“你不觉得两次咨询间隔的时间太长了吗?”属于责备性问题,容易让求助者产生防卫心理。“这次又有什么问题需要我帮助?是新问题还是上次的老问题?”是多重选择性问题,本质上是封闭式问题,会显得咨询师缺乏训练,让求助者不知所措。

68. D 求助者的义务主要有:①遵守咨询机构的相关规定;②遵守和执行商定好的咨询方案各方面的内容;③尊重咨询师,遵守预约时间,如有特殊情况提前告知咨询师。

69. AD 这句话是咨询师运用内容表达技术来启发引导求助者,内容表达是指咨询师传递信息,提出建议,提供忠告,给予保证,进行褒贬和反馈等的一种技术。

70. D 求助者希望、等待、要求、依靠咨询师替自己解决问题,则可能出现了依赖,依靠他人而不是依靠自己解决问题是依赖最基本的特征。

71. B 解释性问题指咨询师表达自己对求助者问题的看法和理解,而不是推动当事人去自我

探索,这类问题对求助者的帮助很小,当咨询师和求助者观点存在分歧时,不应以疑问方式去反问对方。

72. C 本案例中,求助者认为自己现在就像在公司里一样难受,说明其对咨询师产生了负移情,进而产生了不满情绪。负移情是指求助者把咨询师视为过去经历中某个给他带来挫折、不快、痛苦或压抑情绪的对象,从而把原有的情绪转移到咨询师身上,表现出不满、拒绝、敌对、被动、抵抗、不配合等。

73. C 案例中“(沉默)……我也不知道应该先解决哪一个,最好是能一起解决。”“(沉默)……我还是决定不了。”表明求助者沉默是因为不知道该怎么办,非常茫然。

74. B “(沉默)……可是听你刚才的话,内容和口气都和我的老板差不多,我现在的感觉就像是在公司里。”表明求助者的沉默是因气愤、不满情绪造成的,称为情绪型沉默。

75. BCD 分析求助者心理问题产生的原因可以从心理和社会两个层面进行。求助者遭遇的负性生活事件是女友要分手和未涨工资,属于心理问题产生的社会因素;独立性差才真正是问题产生的心理原因。A项,母亲强势是求助者的自我感觉,不是客观事实。

76. C 案例中求助者的心理问题持续两个多月,遭遇双重负性生活事件的刺激,社会功能受损,情绪症状表现明显,并且有泛化表现,据此诊断为严重心理问题。

77. B 对于心理咨询师来说,不适宜的求助者的类型包括:①欠缺型,术业有专攻,咨询师对专业范围外的咨询内容很可能不擅长;②忌讳型,由于宗教、民族及个体差异,有些咨询师在价值观念、情感方式上很可能对某些人、某些咨询内容有忌讳;③冲突型,咨询师与求助者在个性等方面可能存在着某种不协调。

78. ABCD 案例中,咨询师出现的失误主要有:①出现多种不恰当的提问方式,如多重选择性提问、责备性问题、多重提问、解释性问题;②咨询师没有保持价值中立,这是咨询目标中存在的错误;③没有关注求助者积极的一面;④咨询师提到咨询目标不一致,可以换咨询师,对咨询关系理解错误。正确的做法是首先商定并调整咨询目标,如不能达成一致,再考虑转介。

79. AD 求助者心理问题产生的原因可以从生理、心理和社会层面进行分析。社会原因包括负面生活事件,案例中求助者遭遇的负面生活事件是女友不和自己一心并悔婚。

80. B 案例中求助者遭遇的压力首先是父亲没有兑现全款买房的承诺,后来女友又悔婚,属于继时性叠加压力。

81. B 控制会谈内容与方向的方法主要有:释义、中断、情感反射、引导。其中,释义指咨询师重复求助者的话然后顺其自然地提出新问题,又称内容反应。

82. ABD 针对案例中求助者遭遇的负性生活事件,可以选用生活事件量表(LES)进行施测;同时,可以选用焦虑自评量表(SAS)和90项症状清单(SCL-90)对求助者的各种症状进行检测;本案例中未提到求助者的智力问题,没必要对求助者进行智力测验(CRT)。

83. AB 常形心理冲突的特点:①与现实处境直接相联系,涉及大家公认的重要生活事件;②有明显的道德性质。变形心理冲突的特点:①与现实处境没有什么关系,或者它涉及的是生活中的琐碎事件;②不带明显的道德色彩。案例中求助者既想结婚,又想买房,属于双趋式冲突;其心理冲突由现实刺激引起,具有明显的道德色彩。

84. C 案例中求助者心理问题持续时间在两个月到半年之间,遭遇生活中重大刺激,情绪反应强烈,社会功能受损明显,故诊断为严重心理问题。

85. A 案例中求助者认为自己对女友很好,女友和她母亲“不应该”这样不讲理,“不应该”抛弃自己,这属于绝对化要求,是一种不合理的信念。

86. AB 心理咨询只解决求助者的心理问题和相关行为问题,而不解决其具体问题。鼓励倾诉和宣泄情绪有助于求助者缓解情绪症状;而与女友和解及寻找新工作属于具体生活问题,不在心理咨询的范围内。

87. BC 咨询效果评估的六个维度主要有:①求助者对咨询效果的自我评估;②求助者社会功

能恢复的情况(求助者开始认真工作);③求助者周围人士特别是家人、朋友和同事对求助者的评定(他评);④求助者咨询前后心理测量结果的比较;⑤咨询师的观察和评定;⑥求助者某些症状的改善程度(求助者负性情绪消失)。

88. AC 案例中提到求助者是家中独子,自幼娇生惯养,此为其成长经历;其性格特点是内向,缺乏独立性。而婚恋观和社会交往情况案例中并未提及。

89. ACD 案例中求助者社会功能明显受损表现在无心去单位工作;心理问题持续时间大约四个月,时间较长;性格内向,缺乏独立性,存在明显人格缺陷;认知错误体现在认为女友不应该抛弃自己。

90. ACD 适宜接受心理咨询的求助者应具备的条件主要有:动机正确,人格正常,信任度高,行动自觉,匹配性好,智力正常,年龄适宜,内容合适。

91. BCD WAIS-RC 分测验有时间限制的项目主要有:算术、图片排列、木块图案、数字符号、图画填充、物体拼凑。

92. B “相似性”分测验以 10 为平均数,3 为标准差。案例中求助者的相似性量表分是 12 分,比平均数 10 分高出 2 分,所以是高出常模平均数 $2/3$ 个标准差。

93. C 按照智力等级分布表,求助者的 FIQ 为 104,在智力平常(90~109)的范围内。

94. A MMPI 量表的社会病态分量表的 Pd 校正分 = Pd 原始分(21) + 0.4 倍的 K 量表原始分(10) = $21 + 0.4 \times 10 = 25$ 。

95. AB MMPI 中国常模标准是 60 分,癔症量表和抑郁量表得分都超过了 60 分;而诈病量表属于效度量表,不是临床量表。

96. AB 案例中求助者的疑病量表 Hs 超过 60 分,表明求助者对身体功能的不正常关心;抑郁量表 D 超过 60 分,表明求助者抑郁、悲观、思维、行动缓慢;偏执量表 Pa 分数未到 60 分,表明求助者没有出现多疑、孤独、烦恼、过分敏感等症状;社会内向量表 Si 低于 60 分,不能说明求助者内向、胆小、退缩、不善交际。

97. A 艾森克人格问卷各量表的 T 分在 43.3~56.7 分之间为中间型,T 分在 38.5~43.3 分或 56.7~61.5 分之间为倾向型,而 T 分在 38.5 分以下或 61.5 分以上为典型型。案例中求助者的 E 量表为 70 分,是典型外向型;N 量表为 65 分,气质不稳定,外向不稳定的气质类型叫胆汁质。

98. C 抑郁量表 SDS 的标准分 = 总粗分乘以 1.25 后再取整,即 $50 \times 1.25 = 62.5$,62.5 取整为 62 分。中国常模 SDS 标准分的分界值为 53 分,其中 53~62 分为轻度抑郁,63~72 分为中度抑郁,72 分以上为重度抑郁。因此求助者属于轻度抑郁。

99. BCD 按全国常模结果,SCL-90 量表总分超过 160 分,阳性项目数超过 43 项,或任一因子分超过 2 分,可考虑筛选阳性,需进一步检查才能确诊,并不能根据测验结果作出明确诊断。

100. C 阳性项目均分 = 阳性症状总分/阳性项目数 = (总分 - 阴性项目总分)/阳性项目数,阴性项目数每题 1 分,所以,阳性项目均分 = [总分 - (90 - 阳性项目数)]/阳性项目数 = $[220 - (90 - 65)]/65 = 3$ 。

第二部分 案例问答题

一、本案例最可能的诊断及理由是什么?(30 分)

答:案例中对求助者的可能诊断为:

(1)一般心理问题。

(2)诊断依据

①求助者没有出现躯体疾病和精神疾病,高考前体检没有明显异常,故可排除器质性病变。

②根据区分心理正常与异常的心理学区分原则,案例中的求助者主客观世界统一,精神活动内在协调一致,人格相对稳定,自知力完整,无精神病性症状,可以排除精神病性问题。

③求助者的心理问题由现实因素引发,有明显的道德色彩,心理冲突为常形,可排除神经症性

问题。

④该求助者的反应局限在最初刺激事件,没有出现泛化,可以排除严重心理问题。

⑤该求助者的主导症状是烦恼和焦虑,情绪反应在正常范围内,持续时间为两个月,没有严重影响社会功能,符合一般心理问题的特点。

二、本案例恰当的咨询目标是什么?(20 分)

答:案例中的恰当咨询目标是:

(1)近期目标:协助求助者建立合理信念,改变其不合理信念;协助求助者将焦虑水平降低,合理调节控制情绪,转变思维方式。

(2)远期目标:建立良好行为模式,完善人格。

三、如果采用合理情绪疗法,请按照 ABC 理论,分析一下该求助者的 A、B、C 各是什么?(25 分)

答:采用合理情绪疗法的 ABC 理论分析求助者的 A、B、C 分别是:

(1)诱发事件 A:父母不让求助者联系女友,但自己控制不住想女友,打电话女友不接。

(2)不合理信念 B:求助者觉得不应该想女友,其特征是绝对化要求;“觉得内疚对不起父母”,表现出过分概括化;“非常担心高考会落榜”是糟糕至极的表现。

(3)情绪和行为的具体表现 C:注意力不集中,记忆力下降,情绪烦躁,失眠焦虑,感到内疚。

四、咨询师自己 56 岁,自己的孩子早已大学毕业,面对该求助者,咨询师在建立咨询关系上应注意什么?(25 分)

答:咨询师在建立咨询关系上应注意:

①尊重,即无条件接纳求助者。

②热情,咨询师热情助人的感情色彩。

③真诚,咨询师以真诚的态度参与到咨询中,不戴面具,不以专家角色自居,没有伪装。

④共情,对求助者内心世界的理解和体验。

⑤积极关注,对求助者身上表现出的积极、正面方面给予关注。