

释放攻击性的困兽

——一例心理动力学处理焦虑情绪的案例报告

季文泽 * 吴庆涛

上海大学心理辅导中心, 上海, 200444

邮箱: jiwenze_shu@163.com

摘 要: 运用心理动力学理论处理一例女大学生因无法表达攻击性而产生的焦虑情绪。来访者因为不停地想周围人的不好之处而影响考研复习, 感到十分焦虑, 状态持续 2 个月余。咨询师从防御机制、镜像阶段、真我和假我等角度来理解来访者的核心症状, 通过充当其“足够好的客体”、提供抱持环境和“镜像”反馈等方法, 协助来访者释放攻击性, 整合对父母好与坏的认知, 形成新的自我认知。

关键词: 心理动力学; 高校心理咨询; 攻击性; 焦虑情绪

收稿日期: 2018-05-15; 录用日期: 2018-06-02; 发表日期: 2019-03-15

Releasing Aggression: a Psychodynamics Case Report of Treating Anxiety

Ji Wenze* Wu Qingtao

Psychological Counseling Center of Shanghai University, Shanghai 200444

Abstract: Treating the anxiety of a college girl who is unable to express her aggression basing on the perspective of psychodynamics. Having been thinking about the shortcomings of all the people around, the client can not concentrate on preparation for the postgraduate entrance examination and then became quite anxious, which lasts for over two months. The counselor applies the concepts of defence mechanism, mirror stage, true self and false self etc. to understand the the core symptoms of the client. By acting as a good enough object, providing a holding environment and giving mirror responses, the counselor helps the client to release aggression, to integrate the good and bad cognition of her parents and to reconstruct her self-cognition.

Key words: Psychodynamics; Psychological Counseling in University; Aggression; Anxiety

Received: 2018-05-15; Accepted: 2018-06-02; Published: 2019-03-15

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 背景

1.1 个案基本情况

人口统计学资料：小云（化名），女，21 岁，汉族，南方某重点高校大三学生，未婚、单身，家庭经济状况良好，双亲家庭。

对个案的初始印象：小云穿着得体，谈吐举止大方。身高 1 米 65 左右，身材瘦弱。交流时手部动作较多，对人对事挑剔。时有笑容，但眼神略凶。有很强不安全感，如在谈及内心感受时习惯将抱枕抱在胸前，在咨询初始表示“不会真正地信任或依赖别人，也不相信心理咨询会有所帮助”等。

主诉、求助动机和过程：来访者一坐下学习就开始不停地想周围人的不好之处，影响考研复习，感到十分焦虑，此状态已持续 2 个月余。因考研临近，来访者急切想要解决该问题，主动前来咨询。

周围人的不好之处可以从当前回溯到小云儿时，有些事情与小云有关，有些与小云无关，有些事情是重要的，有些是鸡毛蒜皮的。每当想起这些，小云心中都会愤愤不平，“他们怎么可以这样做呢”。紧接着小云会想现在应该专心复习，不要因为想这些事情而耽误时间，但又控制不住地去想，产生烦躁焦虑的情绪，进一步影响复习。

1.2 家庭情况及重要生活事件

1.2.1 主要家庭成员及关系

小云是独生子女，父亲是公务员，母亲是高中教师。小云幼年时，父母经常吵架冷战。在小云面前，母亲对父亲长期低评价。目前父母关系尚可，但经常提及离婚。父母对小云从小管教严格、要求高，经常用别人家的孩子作榜样。

1.2.2 成长经历

（1）生活环境

小云自幼与父母同住，由父母养育成人，从小生活在教职工大院，邻居均为母亲的同事或熟人。初中就读于父亲曾经读过的学校，高中就读于母亲工作所在的学校。这样的生活环境让小云感觉自己是个透明人——做任何事情，自

己不说，别人也会告诉父母——好像到处都有父母的“眼线”。高中及以前一直就读于走读制学校，大学开始住校，未出现明显不适。

（2）亲子关系

幼时，父亲只要在外喝醉酒，回家后就会无缘由地骂小云，每次都会把小云骂哭，还有几次动手打小云，小云现在回想起来都会觉得害怕。父亲常常动用关系帮亲戚朋友办理高考移民、民族变更或找工作等，但却拒绝让小云高考移民。父亲说：“你如果靠自己的能力考上好大学，更加能够证明自己的实力。”几年前，父亲将一套雄安县的房子赠给小云的堂哥，后来国家设立雄安新区，让小云觉得自己“与千万富翁失之交臂”。以上种种，让小云感到父亲从不为她着想，也没有帮过她，时常抱怨自己不是亲生的。

母亲貌似很开明，但其实对小云很压制。平日对小云的学习不作过多要求，一旦小云的成绩下降，便会对她冷嘲热讽。高三时，某次母亲给小云补习化学，小云有一道题目没有回答上来，母亲当即打了她两个耳光。小云平日里不敢惹母亲生气，更不敢顶撞母亲，因为母亲动怒的模样非常可怕，“每次都喘不过气来，像是要死了一样，口中念叨着‘我有心脏病’”，这让小云非常不安。

小云自感父母对她管教太严、束缚太多，高考时极力希望到南方的大学读书，“希望离家远一点，能去广州最好”。

（3）人际关系

小云总是担心周围人会不要自己，从小听话懂事，表现得很乖巧。为了讨好别人，会毫无保留地把自己的隐私讲给别人听，但除父母之外，其实不会真正地信任或依赖别人，一旦讨厌某个人，就会立刻在心里把他推开。

小云朋友不多，她像父母一样对很多事情看不惯，很容易生朋友的气。但小云并不会对朋友发火，而是把怒火憋在心里，“别人的不好在脑袋里无限循环”。

（4）恋爱关系

小云在大一时第一次恋爱，一年不到便对男朋友厌倦，后提出分手。第二次恋爱开始于大二，因对方说毕业后想要出国，小云觉得彼此对未来的规划不同，所以在大三时提出分手。两任男友对小云都很有耐心，照顾得也很仔细，交往初期小云很喜欢他们，但慢慢会厌烦，感情并不长久。

2 评估与分析

2.1 评估

2.1.1 评估标准

评估标准为“鉴别心理正常与心理异常三原则”“区分一般心理问题与严重心理问题的标准”等 [1]，参考《美国精神障碍诊断与统计手册（第五版）》（DSM-V）。

2.1.2 评估方法和工具

- （1）测量法。施测焦虑自评量表（SAS）和抑郁自评量表（SDS）。
- （2）访谈法。了解一般生活状况、既往史，评估心理危机风险。

2.1.3 评估过程

- （1）小云无器质性病变基础，首先排除躯体疾病导致心理问题；
- （2）小云主观世界与客观世界相统一，心理活动内在协调一致，人格相对稳定，具有自知力，属于正常心理；
- （3）小云焦虑情绪明显，持续时间 2 个月余，已影响其学习效率，内容尚未泛化；
- （4）小云近期饮食和睡眠状况正常，无自罪自责、自杀自伤观念；
- （5）SAS 标准分 68，提示中度焦虑情绪；
- （6）SDS 标准分 48，提示未达轻度抑郁情绪。

2.1.4 评估结果

小云长期接受父母的负面评价，对他人（特别是父母）的攻击性明显，但敌意不能表达，内心冲突强烈，导致较严重的焦虑情绪，伴随强迫性思维。

2.2 分析（概念化）

2.2.1 防御机制

安娜·弗洛伊德认为当人格的不同成分彼此冲突时，自我会习惯性地使用防御机制使本我得到有限的满足、现实能够允许、超我能够接受的状态 [2]。自我为了防范具有威胁性的行动，不让真实欲望表达出来，把不能接受的敌

意冲动通过防御机制释放。使用移置的防御机制，小云把对父母的攻击性在更多时间里和更大程度上发泄到周围人的身上。使用反向形成的防御机制，小云认同父母对她读研的期待，并给自己设立了更高的目标——考上国内顶尖高校。小云“不停思考周围人不好之处”这一核心症状习得于从小父母对她的态度，其不仅严重干扰了地考研复习，也造成对父母的一种极强的对抗。

2.2.2 镜像阶段

雅克·拉康描述六到十八个月大的孩子会经历一种强烈的转换体验，他注意到自己在镜中的形象，并因此被迷住了。孩子此前的体验是不连贯的、破碎的、断裂的，缺乏高级组织来整合他的各种心理状态。然而在镜中映出的却是一个相当不同的造物：一个完整、整合、协调的形象。孩子可以通过自己的运动和意图来控制这个形象，这个形象是他自己理想化的样子。镜中出现的形象成为核心，成为自我的“原型”，围绕这个核心节点发展出日益复杂的关于他自我形象的情感和思想联接 [3]。拉康所说的“镜”不仅指客观现实中具体的镜子，更指主要抚养者的目光之“镜”，即早期养育过程中，主要抚养者的目光反馈对婴儿形成自我形象和自我认知极为重要 [4]。小云的自我形象尚不清晰，无法准确地描述自己是一个怎样的人，包括自己的优缺点、需要、动力和目标等，这可能与其镜像阶段的经历有关。结合父母对她的无端打骂和严苛要求，推测在早期亲子互动中父母对她极不接受，甚至是厌弃，使得小云通过“镜像”感受到自己是一个不好的、不值得被爱的人。

2.2.3 真我与假我

温尼科特认为如果母亲无法提供巩固健康的自体感受所必需的足够好的环境，儿童的心理发展基本会停止。儿童在心理上就停滞于那一刻，而残存的人格成分在人格核心缺失的情况下继续发展。真正个人状态的核心暂时停止发展，取而代之的是对缺陷环境的适应性顺应，直到能够找到一个抱持环境，更为自发、真诚的主观经验才得以浮现。长期的养育失败会引起自我的根本分裂：一方是欲望和意义的真诚源泉（真我），而另一方是由被迫过早地应对外部世界而形成的顺从自我（假我）。小云从小失去了自主性和选择权力，被迫接受父母的强烈期待，从而发展出了假我。随着成长小云的心理慢慢发展，特别是在大学即将结束需要

抉择未来生活的关键时期，小云的真我开始浮现，她想要听从自己的内心、放下父母的要求，按照自己的内心渴望进行选择。真我的凸显与假我的坚固之间产生了极大的抗衡和冲突，不知该如何处理自己的欲望和父母的期待，使小云非常焦虑。

3 目标与计划

3.1 咨询目标

3.1.1 近期目标

(1) 探寻“不停思考周围人不好之处”这一核心症状的深层原因，理解症状的意义，做出调整并学习新的表达方式；(2) 缓解焦虑情绪；(3) 提高复习效率；(4) 增强自信。

3.1.2 长期目标

帮助小云构建合理的认知模式，形成正确的自我观念，构筑自尊自信的心理状态，促进小云的心理健康发展。

3.2 理论依据

根据上述心理动力学理论，咨询师需要提供温暖的抱持环境，使小云一度中断的自我发展可以在这个环境中重新进行，使真我可以在这个足够安全的环境中开始呈现，使无意识逐渐意识化。如同足够好的母亲，咨询师要提供一个将自身主观性暂时置之脑后的环境，要试图理解她的经历中深层个人化的内容和她自发浮现的欲望，要让她体验“被看到”的感受，使她在咨询师的目光和言语中形成对自我的认识。

3.3 咨询方法

心理动力学谈话、自由联想、空椅子技术和意象对话等。

4 咨询过程

咨询每周一次，共 20 次，现已结束。咨询过程大致分为五个阶段：

4.1 导入——初始访谈阶段（第 1 次咨询）

4.1.1 咨询要点回顾

在初始访谈中，小云呈现出极强的情绪张力。复习受到影响是其面临的棘手问题，但小云只提及过两三次。更多的是小云在细数周围人的不好，且情绪激动。咨询师认为对于小云而言，发泄对他人的不满要比处理因复习受干扰而产生的焦虑更为重要。这是一个有意思的情况，小云带着主诉找到咨询师，而想处理的却是另一个问题。当然，发泄对他人的不满与处理考研复习的焦虑在小云身上并非完全割裂，长期的情绪情感压抑借助考研复习表达，可见小云强烈的内心冲突。

4.1.2 移情与反移情关系

小云对心理咨询持怀疑态度，认为咨询师并不一定能帮到自己。

在咨询过程中，小云语速非常快，给咨询师留下了“喋喋不休”的印象。一方面咨询师了解到小云遇到的不公，感受到小云急于调整状态的愿望，心生怜悯；另一方面咨询师感觉自己像个垃圾桶，好像不需要做什么，只要装下小云的“垃圾”即可，略感挫败。

4.2 问题——个人探索阶段（第 2 ~ 4 次咨询）

4.2.1 咨询要点回顾

（1）引导小云表达对自己的评价

小云可以轻易地细数周围人的不好，谈及对父母的不满时滔滔不绝，甚至几次出现全面否定父母的情况。可见小云对父母和周围人的敌意十足。在咨询师引导小云思考对自己是否有不满时，小云很难表述。一周之后小云说：“找不到自己的缺点。我知道肯定有，但让我找太难了。”当小云慢慢意识到自己也有很多的缺点时，感到非常惊讶，“原来我和别人一样有很多的不好之处”。否认，是一种长久以来建立的有效的防御机制，成功地保护了小云免受自我责备之苦。咨询师试图引导小云看到这个防御机制，但不想过早打破。防御机制有其利弊，在咨询尚未深入、关系支持不足的情况下，防御机制有其存在的必要性。

（2）协助小云思考对自己和他人攻击性的来源

小云认为自己的性格与父母很像，脾气差、对人挑剔。而自己与父母最大的不同是“虽然脾气不好，但我能控制住”。小云慢慢意识到自己对他人的挑剔，很大程度上习得于父母。小云也意识到自己对父母长期心有怨言，但因为惧怕父母，也因为父母从不认真理会她的想法，久而久之她把这些怨言连同对父母的爱一起压在心底，不愿再表达。

4.2.2 移情与反移情关系

小云开始对咨询师表现出信任，偶尔有些许讨好。这样的信任和讨好与她的人际关系如出一辙，因此咨询师对其信任和讨好的质量存疑。

在谈及父母的粗暴和小云的内心感受等话题时，小云会紧紧抱住抱枕，让咨询师感受到她有很强的不安全感。咨询师听到小云讲述的内容和看到小云的非言语表达，觉得心疼和可怜，产生要帮助和保护她的想法。

4.3 目标——方案探讨阶段（第 5 次咨询）

4.3.1 咨询要点回顾

小云核心症状产生的深层原因是其早年与主要抚养者的不良互动。处理因不良互动而产生的且已被长久压抑的情绪情感等内心体验，有助于缓解核心症状。经与小云协商，咨询目标始终围绕缓解当前核心症状所致焦虑情绪，提高复习效率，咨询路径为处理长期压抑的情绪情感等内心体验。

4.3.2 移情与反移情关系

小云表现出对咨询师和咨询的强烈信任，同时也对自己能够改变抱有自信。

咨询师愿意陪伴小云经历改变的过程，除了原先对她的心疼和可怜之外，也看到她有力量的一面。

从初始访谈到个人探索再到目标制定，咨询进展顺利。但小云的信任表现得似乎过于强烈和明显，且她对咨询的期待很高，咨询师感受到无形的压力和隐隐的不安，猜测在之后的咨询中小云对咨询师的态度可能会有转折。

4.4 行动——转变阶段（第 6 ~ 18 次咨询）

4.4.1 咨询要点回顾

（1）小云对父母的评价经历几次“全面肯定”和“全面否定”的过程。在第 9 次咨询开始时，小云一改原先对父母的批评和指责，强调父母的不好仅限于前 3 次咨询所讲。“父母并非给得太少，而是给得很多”，并在本次咨询接下来的时间里细数父母对她的疼爱 and 照顾。第 10 次咨询，小云应咨询师邀请带来一幅描述亲子关系的画。画中父母对小云百般挑剔，小云跪地求饶。就着这幅画，小云再一次对父母展开猛烈的攻击，抱怨父母对自己不公。

综合前 10 次的咨询，小云对父母的评价呈现出“非黑即白”的特点，对父母的好与坏的形象尚未整合。她在对父母顺从和对抗之间摆动，呈现出明显的“反向形成”特点。

（2）小云对咨询师的移情加重，将咨询师放在母亲的位置，生怕被抛弃。第 11 次咨询，小云以“连体婴儿”形容自己与母亲的关系。“我和她的心是共享的。连在一起很难受，但如果分开，心就没有了。”同时小云第一次把咨询师比作母亲——自己与母亲的关系很像与咨询师的关系。不同之处是：小云要时刻倾听母亲诉苦，“好像我是妈，她就像小孩子在闹情绪一样”，而咨询师是倾听者（理想的母亲），让小云可以放心地倾诉；面对小云的缺点，母亲经常责骂，而咨询师会包容。第 14 次咨询，随着咨询的深入，小云的焦虑情绪已开始有所缓解，小云怕咨询会因此而结束，主动提出“老师还要再陪我一段时间”。第 15 次咨询，小云开场就说：“老师，我希望这是最后一次咨询。”咨询师没有应允，而是与其讨论为何会有这种与前一次完全相反的想法，并建议下次咨询继续讨论。第 16 次咨询，小云开场又再次要求“老师再陪我一段时间”。自述在过去的一周有两三晚做了内容相似的梦：咨询师不要她了。每次梦醒之后小云都会特别难受。咨询师与其进一步讨论，发现小云非常依赖咨询师，由于太过依赖，担心被抛弃，所以先发制人，在第 15 次咨询时主动要求结束咨询。

通过小云在咨询师“要不要她”这一议题上的强烈纠结，咨询师可以感受

到其早期与主要抚养者（特别是母亲）的互动不良。

（3）小云对尝试咨询师的攻击，未果。根据学校心理咨询的设置，咨询师不能收取小云的咨询费用或礼物。第 17 次咨询时，小云说：“老师不收钱，又不收礼，很多话我都不好意思讲。不像去医院，挂了号交了钱，我做什么都理所应当。”小云希望能够找到心安理得地攻击咨询师的理由，但受限于咨询设置，未能如愿。

第 18 次咨询，小云认为咨询师“就像妈妈一样，肯定什么都知道，只是憋着不说”。而当咨询师问如果一个人什么都知道的话小云会如何看待他，小云说：“这人有病吧，这么自大。”小云一方面在心中幻想“母亲”有全知的能力，另一方面又试图挑战“母亲”。

这两个片段中，小云尝试表达对咨询师的攻击性，这是咨询进展的合理过程。小云试图通过对咨询师这个客体进行攻击，从而表达对过去重要他人的攻击。咨询师在坚守设置的前提下，提供安全的咨询环境，接纳小云的合理攻击，协助其宣泄攻击性和愤怒情绪。

（4）咨询师通过给予小云稳定的抱持环境，协助小云逐渐发展出对父母评价的“灰色地带”。第 16 和 17 次咨询，小云分别讲述了两个记忆模糊且分不清现实与梦境的场景，主题皆是有人不要她。除此之外，在小云暴露自己的缺点、对父母出现非黑即白的评价波动、对咨询师表达攻击性等同时，咨询师始终提供稳定的抱持环境，引导小云敢于表达真实的想法和情绪，协助小云觉察自己“非黑即白”的认知习惯，陪伴小云经历对“好与坏”的认知的整合过程，试图协助小云通过表达攻击性、宣泄焦虑情绪，逐渐发展出对父母评价的“灰色地带”。

（5）小云核心意象的变化。第 18 次咨询，经由意象对话小云描述了她的“心”的核心意象。咨询师对她潜意识的意象进行适当干预，增加正向积极的意象[5]，协助她缓解焦虑情绪、增强自信，进而在短时间内调整考研状态。到第 18 次咨询，这个核心意象的要素发生了改变。详见表 1。

表 1 核心意象“心”的要素变化

时间	第 7 次咨询	第 18 次咨询
内容	装有 1/3 的干净水、小石子、沙子和泥，其 余 2/3 是空的 心壁上零星爬着几只蚂蚁 颜色暗沉 处在黑暗空间里 无处安放，感到害怕。 非常嫌弃这颗“心”	装有 1/3 的干净水、小石子和沙子，其余 2/3 是空的 心壁上没有蚂蚁 红红的、软软的 (未涉及) 可以放在抱枕上，感觉踏实。 不嫌弃，有一点点满意和期待

4.4.2 移情与反移情关系

小云把咨询师放在母亲的位子上，并多次比较咨询师与母亲的异同。小云对咨询师的依赖加重，生怕会被咨询师抛弃。小云开始表达对咨询师的攻击性，但没有突破咨询设置。

咨询师愿意接纳小云的攻击性，提供抱持环境协助小云成长。但不愿接受作为“母亲”的角色，每次被小云比作母亲时都会感到费解和排斥，甚至出现过一次要把小云“推远”的想法。

4.4.3 督导

(1) 督导时间及形式

第 8 次咨询后和第 16 次咨询后，团体督导。

(2) 督导主题

如何透过移情与反移情关系理解小云的内心世界。

(3) 督导收获

前 8 次咨询小云均未谈及恋爱经历，这可能是咨访双方共谋的结果。小云多次把男性咨询师比作“母亲”，不排除是一种性回避的可能。她生怕被咨询师抛弃，也有可能是因其感受到自己在咨访关系中的性唤起。而咨询师对“母亲”这个移情位置感到排斥，也反证小云可能存在上述的性回避。此移情与反移情关系在成年咨访双方中发生可以被理解，咨询师需要有所注意和警觉，但由于其并非咨询主线，因而可以不做过多的处理。

4.5 评估——结束阶段（第 19 ~ 20 次咨询）

4.5.1 咨询要点回顾

协助小云迁移咨询收获，处理并结束咨询关系，评估咨询效果。随着考研结束和咨询度过艰难阶段，小云的焦虑情绪明显降低，核心症状基本得到缓解。

4.5.2 移情与反移情关系

小云依然会用妈妈比喻咨询师，同时表达咨询师不是真的妈妈。妈妈也有好的地方，但确实没有咨询师这么包容。在发展出对父母认知的“灰色地带”之后，小云对咨询师的移情关系有所松弛，但依然隐含依赖和攻击性。

咨询师为小云的改变感到高兴，也为咨询关系即将结束进行准备。

4.5.3 督导

（1）督导时间及形式

第 20 次咨询后，团体督导。

（2）督导主题

回顾咨询全程，分析并整理本个案。

（3）督导收获

公立机构（学校）提供的免费咨询和社会机构提供的收费咨询因收费设置有别，会对来访者的心理感受产生不同的影响，进而影响到咨询全程。本个案后期小云对咨询师产生了较强的攻击性，但由于是免费咨询，所以没有能够更多地表达出来。另一方面，可以由此评估小云的压抑机制和超我较为健全，人格结构较为稳定。

5 总结与讨论

5.1 总结

5.1.1 来访者自述

小云自述焦虑情绪已有明显改善，备考阶段复习效率有所提高，顺利参加考研初试。认真思考了读研在自己生涯规划的意义，现正在积极准备考研复试。

对父母好与坏的认知有所整合。

5.1.2 咨询师评估

与小云协商制定的咨询目标基本实现，最重要的观测指标“顺利参加考研初试”也已达成。小云的精神面貌明显改善，心理能量明显增强。

5.1.3 心理测量

施测 SAS，标准分 45，提示小云的焦虑情绪有所缓解。

5.1.4 心理意象

如前所述，核心意象“心”的变化反映小云的心境有所好转，发展出更多的对自己的接纳和满意。

5.2 讨论

5.2.1 对咨询目标成败的思考与分析

高等学校的教育属性决定其功能是教学和科研，高等学校的心理咨询服务要为学生心理发展和学术进步提供支持，减少他们通往心理和谐与学业成功道路上的消耗和阻碍。高校作为学术阵地，以学业教育为首要任务；学生进入高校学习，以学业进步作为首要目标。因此，学业表现可以作为评估来访者当前社会功能状况的重要评估指标，同时也应当作为咨询效果的主要评估指标[6]。本个案处理过程中紧紧围绕如何提升小云的学业表现这一主题，把解决学业现实困难作为切入点，处理她的内心困扰。

整个咨询过程始终围绕咨询目标，没有因为移情与反移情的张力而干扰咨询目标和进程。咨询师根据小云的实际情况，以心理动力学为基本取向，整合其他流派的咨询技术和理念，协助小云更快地调整和改变。在咨询遇到僵局和困境时，督导有效地提供了新的思路和视角，为咨询创造新的空间和可能性，也使咨询师提高了自我觉察和专业敏感性。

5.2.2 对咨询过程的评价与反思

整个过程都富有挑战性。对小云而言，直面自我防御机制、回忆早期养育不良经历、整合对父母正反两面的认知评价等均是艰难的进步。对于咨询师而言，在小云出现情绪波动时提供抱持环境、在小云表现攻击性时提供稳定框架等也

是十分考验的。但在一致的咨询目标、坚定的改变意愿、良好的咨访关系和严格的咨询设置帮助下，小云和咨询师一同完成了这些挑战，从而推动咨询向前继续。

咨询师在与小云工作时能够敏感且准确地觉察她的情绪感受，并做出恰当的回应和共情。但在引导小云停留在情绪感受中深入体验、借助她的情绪感受推动咨询工作等方面尚有不足，是今后需要注意和提升的地方。

5.2.3 此案例对其他个案的借鉴意义

科胡特曾说：“一个功能良好的心理结构，最重要的来源是父母的人格，特别是他们以没有敌意的坚决和不含诱惑的深情去回应孩子驱力需求的能力。”

在与小云的工作中，咨询师看到了因早期养育不良而出现的核心症状在当下对小云产生的破坏力，经历了小云因为移情关系而对咨询师产生的极强的攻击性后，对科胡特的这句话有了更加深刻且更富体验性的感悟。咨询师作为咨询中来访者的“父母”，为了促成来访者“功能良好的心理结构”，需要成为一个好的客体，需要营造一个“没有敌意的坚决和不含诱惑的深情”的环境。

没有敌意的坚决，是严格的咨询设置、坚固的咨询框架和咨询师稳定的人格结构等。这些为来访者敢于放下防备、打开内心、呈现真我、宣泄情绪创造了可能性。

不含诱惑的深情，是良好的咨访关系、温暖的咨询环境和咨询师真诚的助人精神等。这些使来访者能够体验人际互动中的真实和信任，重构人生故事，获得力量感，开启自我觉察和自我认识。

“没有敌意的坚决和不含诱惑的深情”是一种理想的咨询师形象，也是一种对咨询师的要求。为抵达这个目标，需要咨询师通过长期的受训、督导和个人体验，不断地反思和觉察，不断地提高专业伦理和专业敏感性。

致谢

上海大学心理辅导中心督导师秦伟在本个案的咨询过程中提供持续的督导和支持，在案例报告撰写过程中给予许多的建议和指导。在此表示衷心感谢。

基金项目

本文系 2017 年上海大学思想政治教育研究院课题“高校心理危机干预工作路径及探新”（2017-34）研究成果。

参考文献

- [1] 郭念锋. 心理咨询师（基础知识）[M]. 北京：民族出版社，2005.
- [2] 蒋奕雯，李晓文，傅安球，等. 心理咨询师（二级）上册[M]. 北京：中国劳动社会保障出版社，2016.
- [3] 米切尔，布莱克. 弗洛伊德及其后继者——现代精神分析思想史[M]. 陈祉妍，黄峥，沈东郁，译. 北京：商务印书馆，2007.
- [4] 秦伟. 拉康精神分析理论介绍[J]. 精神分析笔记，1999（3）：28-40.
- [5] 朱建军. 我是谁——意象对话解读自我[M]. 合肥：安徽人民出版社，2009.
- [6] 季文泽. 精神分析取向在中国高校心理咨询工作中的适用性[C]. 第五届中国精神分析大会，武汉，2017：276.