

一例对小学生运用移空技术的案例报告

周 文¹ 陈 益²

1. 移空技术研究院, 南京;
2. 南京师范大学心理学院, 南京

摘 要 | 本文是一例对小学生来访者运用移空技术的案例报告, 咨询师与来访者共进行了 6 次咨询, 其中 4 次运用移空技术分别处理了来访者的烦躁、着急、恐怖、恐惧 4 个症状, 当场疗效均达到临床痊愈, 一周随访疗效持续稳定。6 次咨询后来访者的情绪稳定了很多, 尤其晚上因恐惧不能入睡以及夜间被吓醒的问题得到完全解决, 睡眠良好, 之前的抽脖症状、脸上的皮炎也消失, 来访者整体状态明显好转。最后对小学生应用移空技术的特点、咨询师的状态等问题进行了讨论。

关键词 | 移空技术; 小学生; 具象思维; 恐惧

Copyright © 2022 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

来访者, 男, 10 岁左右, 小学五年级。

1.2 家庭情况及重要生活事件

来访者小学在读, 父母离异, 有一个弟弟, 现都跟随妈妈生活, 爷爷奶奶也经常接其放学。曾因退缩、不敢表达、情绪激烈并伴有扭脖、抓脸、挤眼等症状找咨询师做过 9 次心理咨询, 用移空技术和游戏结合, 效果很好。约一年后来访者妈妈又前来预约, 几个月前来访者妈妈出差期间孩子在爷爷奶奶处被爷爷狠狠打了一顿, 伤了脸、手上留了疤, 来访者回家后就再也不敢一个人睡觉了, 必须妈妈陪着才能入睡, 半夜醒来也要叫妈妈过去, 妈妈因此也觉得很累。另外来访者现在脾气很大、遇事情绪激烈, 有一次弟弟跟妈妈发生矛盾, 来访者冲出来, 居然要打弟弟、要跟弟弟拼命。另外最近又开始出现扭脖症状,

通讯作者: 陈益, 南京师范大学心理学院, 副教授, 研究方向: 游戏心理学、移空技术的理论与实践。

文章引用: 周文, 陈益. 一例对小学生运用移空技术的案例报告 [J]. 心理咨询理论与实践, 2022, 4 (1): 39-48.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0401006>

咨询师还注意到来访者脸上有皮炎，并用手抓。

2 评估

来访者身材中等，不胖不瘦，看上去比较乖巧，表情显严肃，眼神有些不安。来访者思维和表达清晰，经评估不处于危机状态。

3 目标与计划

移空技术原则上一次处理一个或一类症状，计划每次运用移空技术处理当下对来访者影响度最大的一个靶症状，具体做几次移空看实际情况，直至来访者无明显的心身症状，整体状态得到改善。

4 咨询过程

与来访者共进行了6次心理咨询，其中4次移空咨询。每周1次，每次50分钟，收费，面询。

4.1 第1次初始访谈、移空咨询

第一次咨询前二十分钟进行了初始访谈。来访者一年前做过咨询，之前跟咨询师建立了良好的治疗关系，这次来访者自己说愿意再来找咨询师。来访者妈妈介绍来访者的基本情况、讲述了近期发生的主要生活事件，咨询师对来访者进行了评估，咨询师跟来访者及妈妈共同签署知情同意书并交代咨询相关事项后来访者妈妈离开，来访者留下与咨询师单独工作。咨询师又向来访者了解了一些情况，随后进行了第一次移空咨询。

第1次移空处理的靶症状：等电梯时的烦躁，问题影响度为10分。

引导象征物时，来访者说手里有个想砸东西的大锤子。锤头是钢铁质地，灰白色，铮亮，重几千吨。锤头有屋子（咨询室）那么大，七八米厚。锤杆为棕色的木头，有好几万吨重，因为要撑起锤头。

承载物是个魔法葫芦，有个很小的口，可以变得很大很大，能把大锤子吸进去。葫芦用很结实的木头制成，材质可以改变，还能变成铁的。葫芦现在不大，高约五十厘米，厚度几厘米，重量2、3千克，浅棕黄色。（见图1）

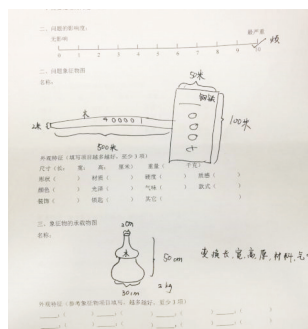


图1 象征物和承载物

Figure 1 The symbolic object and the symbolic carrier

让来访者分别清理锤子和葫芦。来访者把锤子仔细擦了擦,说很费时间,大约需要擦好几年。葫芦很快就轻松擦好。葫芦吸进锤子后,变得很大很大,长、宽、高各增加 100 米,这时葫芦的材料也变成了钢铁。

引导来访者移动装载了大锤子的葫芦,移到 100 米时,来访者觉得很费力。移到 300 米时,葫芦小了三分之一。移到 800 米时,移动变得轻松了,来访者说葫芦一滚就到了。移到 1000 米时,葫芦已经很小了。5000 米时,葫芦快成一个点了。移到 1 万米,葫芦成为一个点。移到 1.5 万米,葫芦没了,但来访者感觉葫芦好像还在。移到 3 万米,葫芦完全不在,但是好像还会回来一下。继续移到 5 万米,葫芦完全不在,也不会回来了,心里也没有了。这时来访者说累死了,于是结束移动。做完移空后,来访者觉得轻松了。

再次询问烦躁的影响度为 0 分,用时约 30 分钟。移空结束后,来访者玩积木游戏,用积木布了一个阵,咨询师在旁边观看。

一周后随访,烦躁影响度为 4 分。

4.2 第 2 次移空咨询

第 2 次移空处理的靶症状:找不到东西时的着急情绪,问题影响度:8 分。

来访者说着急的时候,像有一团大火在燃烧,大火把自己全部包围起来。外层的火苗向外炸着,火苗呈蓝色,温度高达 10000 度,里层的火苗是红色的,有 8000 度。整团大火高约 1.4 米,宽 1.4 米。重量约 3 克,来访者形容为一滴水的重量。

承载物是个新的陶瓷花瓶,是蓝色的青花瓷。陶瓷很结实,不会被烧坏。陶瓷花瓶直径 2 米,高 2 米,厚度 2 到 3 厘米。花瓶口很小,无盖。花瓶上雕有四条龙的图腾。重量 50 千克。(见图 2)

一、需要处理的问题(心身症状) 着急

二、问题的影响度:

无影响 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 最严重

二、问题象征物图

名称:火苗

外观特征(填写项目越多越好,至少 3 项)

尺寸(长: 1.4m 宽: 1.4m 高: 1.4m 重量: 3g)

形状() 材质() 硬度() 质感()

颜色() 光泽() 气味() 款式()

装饰() 纹样() 其它()

三、象征物的承载物图

名称:陶瓷花瓶

外观特征(参考象征物项目填写,越多越好,至少 3 项)

尺寸(长: 2m 宽: 2m 高: 2m 重量: 50kg)

形状() 材质() 硬度() 质感()

颜色() 光泽() 气味() 款式()

装饰() 纹样() 其它()

图 2 象征物和承载物

Figure 2 The symbolic object and the symbolic carrier

来访者将一团大火全部装进花瓶后,用木塞塞住瓶口。这次移动过程比较轻松,来访者说一扔就到了。

移动到200米时,花瓶没了、感觉也不在了、心里也没有了。来访者说它消失了、失踪了。

再次询问着急的影响度分值为0分,用时不到30分钟。做完移空后,来访者给咨询师讲福尔摩斯的故事。

一周后随访,现在同样情境下着急影响度有1、2分,而且来访者还会自己想办法解决问题。

4.3 第3次移空咨询

这次来访者想解决的问题是晚上一个人睡觉会特别害怕,必须要有很亮的光才能睡,只要一关上灯就会感到很恐怖,害怕得发抖还会哭,有时要折腾到夜里一、两点钟。

本次移空处理的靶症状:一个人睡觉时的恐怖。问题影响度:10分。

来访者述躺在床上关灯准备睡觉时,感觉顿时所有恐怖的东西都冲着他来了,从窗户、墙壁、地下等四面八方扑向自己,经仔细询问象征物为几亿个黑色的鬼影。鬼影数量太多了,密密麻麻。鬼影大大小小,最大的有房间那么大、那么高,最老的鬼18岁以上,最小的像3岁小孩那么大。鬼影没有重量、很瘦,像土匪,手上拿着木棍、狼牙棒、电锯等各种武器。鬼影都戴着面具,看不清脸,有手、没有脚和腿,还啊啊地叫着。并且鬼影有强大的特异功能,能飞、能隐身,还能穿墙、穿玻璃等各种障碍。鬼影移动速度极快,一秒之内就都过来了,扑过来、围住、瞪着躺在床上的自己,感觉要吃了自己。

让来访者找个东西把鬼影装起来,来访者说没有东西能装鬼影,它们太厉害了,能隐身还能穿墙,没有什么材料的東西穿不过。咨询师问有没有办法把它们抓住或打死?来访者说自己一个人的力量肯定不够,就算神可能也打不过它们。咨询师耐心引导来访者再想办法,来访者又想了几个办法,比如用一个比房间还大的鞋子踩它们,但鬼影移动速度太快踩不到;想用鬼影打鬼影,但调不来打它们的鬼影,试了好几种办法都不行,后来来访者说想自己跑掉,咨询师告诉来访者你跑了鬼影还会来找你,最好你能治一治它们。这时咨询师感觉来访者直接对付鬼影可能有困难,就建议把鬼影拍成照片再处理,来访者说鬼影太多了,相机也拍不了,后又尝试用无人机、GPS定位等都不行,最终还是来访者自己想出了办法,用一种药物先把鬼影的特异功能取消,来访者用药物喷壶一个一个地喷鬼影,鬼影全部被喷后只能躺在地上,这时顺势引导出了承载物——一个大木箱。

以下是部分关键对话内容:

咨:它们还有特异功能,还会隐身。怎么把它们捉住、捉起来?关在一个什么里面。然后就有办法处理了是吧?

访:嗯。

咨:怎么把它们抓住?想想看。

访:(过了好一会)

咨:想想看,怎么对付它们,得把它们治一治才行。

访:把它们变小。噢!把它们的特异功能取消掉就可以了。

咨:嗯,把它们的特异功能取消掉。

访:对,关键是怎么取消,可以的就是,我就想象那种喷的那种药、往那一喷,它们所有的特异功能就全部取消了。

咨:好好,特殊的药。

访：嗯。

咨：用特殊的药可以把它们的特异功能给取消掉。好，那你喷。

访：（开始喷药……）好多人怎么喷呀？

咨：你一个一个个地喷，耐心点、耐心点。（来访者闭上眼睛）闭上眼睛，好，耐心点。

访：跑不过它们，太快了。

咨：噢，不！有没有喷掉一个？

访：喷掉一个了。

咨：好，喷掉一个特异功能了。好，一个一个来。耐心点。

访：嗯，好的。

咨：好，一个，再来一个。你刚才喷掉的是大的还是小的？

访：小的。

咨：从小的开始喷。你先把小的喷掉。

访：（过了一会）嗯。

咨：小的都喷掉了？

访：小的都喷掉了，对。

咨：喷掉有多少个？

访：我看……至少有好几千个。

咨：好几千个，好，好，然后再喷大的。

访：嗯不行我得拿一个大一点的喷壶，换个新水。

咨：行，拿一个大一点的喷壶。

访：（过了好一会）好了，全部喷掉了。

咨：嗯嗯，全部喷掉了。

访：对。

咨：好的，它们现在没有特异功能了，又不能隐身，又不能穿墙，又没有那么大的威力了。

访：对对。它们也飞不了，武器也没有了。

咨：也没有武器了，太好了。那找个东西把它们装起来。

访：它们现在已经走不了路了，它们只能躺在地上。

咨：只能躺在地上，那赶紧装起来、赶紧装起来。

访：赶紧随便拿个木箱子把它们装起来。

咨：什么样多大的一个木箱子？

访：就是面积特别大，就是大概长度有、长度有至少……7万多，不，上亿的数量，上亿米，高度也是上亿米，因为它们人就有上亿多人。

咨：嗯，因为鬼影就有上亿个鬼影。

访：其实我喷的过程中看出来，它们全都是由一个人分身出来的。

咨：噢——都由一个人分身出来的。

访：但我还是找不到它们本体。

咨：还是没找到本体。

访：因为本体它太厉害了。

咨：太厉害了。

访：对。

咨：嗯，好，一个大木箱子，那个大木箱有多重？

访：那个木箱特别特别重，大概有好几、好几千吨。

咨：好几千吨，嗯，好几千吨，一个大木箱子，然后好厚，上亿米宽……

访：关键就差一个人，最大的那个人，就是本体，没找到它、喷不到它。

咨：你现在还没找到本体是吧？

访：嗯，没喷到它。

咨：没喷到本体。那我们可以那个呀，我们先把就是已经喷到的它们先塞到木箱子里面，看本体能不能现行？呆会再看看瞧。

访：好（过了好一会），本体现行了，好大呀。

咨：现行了，好大呀，多大呀？

访：快喷它（过了一会）好好好，它被我抓住了，好了好了。

咨：本体抓住了呀，太棒了。

访：进木箱了，它进去了。

承载物是个巨大的棕色木箱，很好的木头材质，木箱长度上亿米，高度也上亿米，厚度三千米，重量好几千吨。喷鬼影的过程中来访者发现这些数不清的鬼影都是由一个鬼影本体分化出来的，装鬼影的时候来访者找到了最重要的象征物——鬼影本体，来访者描述鬼影本体好大好大，跟天空差不多大，自己只能看到鬼影本体鞋子的最底部，来访者把鬼影本体喷过后也装进了木箱。（见图3）

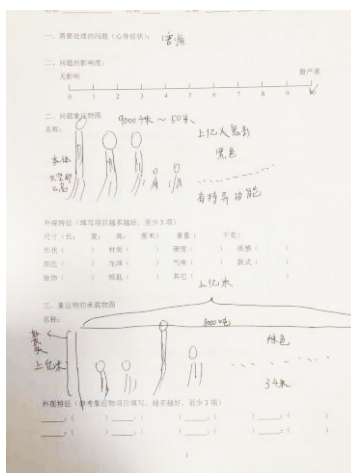


图3 象征物和承载物

Figure 3 The symbolic object and the symbolic carrier

鬼影全部装进木箱后，再次询问来访者需不需要清洗它们，来访者把木箱槽个洞，灌进水淹鬼影，

鬼影都奄奄一息，快死了。将木箱盖好。不用加固。

移动前，让来访者看清楚木箱和里面的鬼影，来访者说木箱里挤得满满的鬼影尸体，都快爆出来了。

初始移动时来访者移不动，咨询师建议给木箱加个轮子，加轮子后木箱能移动了。可见移动移到 50 米时，箱子小了好多，只有半米多了。移到 150 米时，来访者说箱子快没了。移到 300 米时，箱子还剩一点点。移到 500 米，木箱是个小点了。移到 1000 米时，来访者说看不见了，它在哪？咨询师询问看不见了，觉得箱子还在吗？来访者回答箱子根本就不在了、没了，于是结束移动。

再次询问恐怖影响度分值，为 0 分。

咨询师问来访者今天移得累不累？来访者说，好累呀，箱子里全是鬼影的尸体，并反馈移到 100 米的时候就开始轻松了，1000 米时看不见了，就舒服些了。现在想到晚上一个人睡觉也不害怕了。本次移空用时 32 分钟。结束后，来访者邀请咨询师跟他一起玩动物跳街舞 PK 的游戏。

一周后随访，恐怖影响度分值为 2 分。

4.4 第 4 次移空咨询

这次咨询先随访上次做的移空，来访者说晚上有时睡得着、有时睡不着，睡觉时黑色鬼影少多了，但又出来一些别的东西。另外夜里会被吓醒，吓醒后想继续睡就睡不着了。经与来访者商定，本次移空处理的靶症状为夜里被吓醒的恐惧情绪，问题影响度：10 分。

来访者说吓醒时脑子里一直浮现出两个情景，一个是一个像僵尸一样的绿色生化人，打开门向自己走来，靠近床边想吃自己，然后就不见了；另一个是一个黑色蒙面刺客把家里的东西偷了一遍，然后举着一把刀走到自己身边。两个情景反复出现直到早上，导致睡不好觉。

让来访者把这些恐惧的画面拍下来，来访者用高级的、拍电影的、巨大的摄像机把这两个情景完整地拍了下来，并保存在一个黑色的橡胶盒里，橡胶盒作为此次移空处理的象征物，来访者具体描述了橡胶盒。

承载物是一个书包，除了大了一号外，跟来访者带来的书包一模一样。（见图 4）

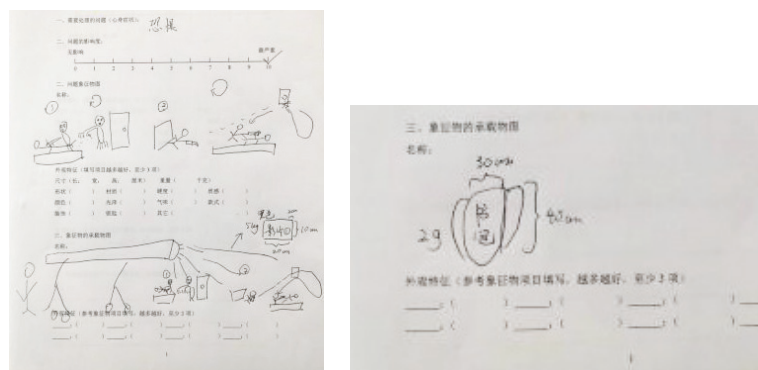


图 4 象征物和承载物

Figure 4 The symbolic object and the symbolic carrier

将橡胶盒装进书包，再用一块透明的钢铁皮把书包包起来，来访者说钢铁皮有助于移动，也不会摔坏。

移到100米时,来访者看不见书包、感觉不到、心里也没有了。这时来访者问那两个人又重复出现怎么办?咨询师询问是不是担心他们还会回来?来访者说想把书包扔到大海里,咨询师建议不要扔到大海,继续再往远处移动书包,于是又移到500米、1000米、3000米、5000米,这时来访者说书包不在了,肯定不会回来了,不可能回来了,现在放心了。咨询师让来访者记住这个放心的感觉。

再次评估恐惧的影响度分值,为0分,用时约30分钟。这次移空结束后,来访者玩飞扑克牌游戏,玩得非常好。

4.5 第5次心理咨询

上周来访者因期中考试请假,这次咨询隔了两周,先对来访者进行随访,来访者说现在入睡完全没有问题,一点都不害怕了,妖魔鬼怪也未再出现。夜间偶尔醒来还会出现一些东西,但不受影响,影响度约为1分。现在睡觉好了,早上起来也不困了。来访者还说这两周很开心,期中考试考得很好。咨询师注意到来访者脸上的皮炎好了。

这次来访者带了两本福尔摩斯的书来,邀咨询师一起看,谈论书的内容,然后一起折书中的地图。

4.6 第6次心理咨询

这周咨询再次随访来访者的睡眠情况,来访者说现在都能睡着,鬼影未再出现。夜里有时醒一下,但不受影响,很快又睡着了。

询问来访者还有无要解决的问题,来访者说上晚自习有时作业写完了、书也看完了,感到有点无聊,打了4分,又补充说也不是特别无聊,就去上个厕所、走廊里走走,也就快放学了,未再做移空。然后来访者玩自创游戏。

这是最后一次咨询。来访者母亲反馈来访者现在状态很好,咨询师也觉得可以结束咨询。

5 案例评价与讨论

5.1 对案例的评价

咨询师与来访者共进行了6次咨询,其中4次做了移空咨询,分别处理了来访者烦躁、着急、恐怖、恐惧4个症状,当场疗效均达到临床痊愈,一周随访疗效稳定、持续。尤其晚上因恐惧不能入睡以及夜间被吓醒的情况完全解决,睡眠状况良好,之前的抽脖、脸上的皮炎症状也消失,来访者整体状态明显好转。来访者的妈妈也反馈来访者改变很大,对咨询效果很满意。

5.2 讨论与思考

(1) 移空技术是一项基于中国传统文化的本土心身治疗技术,以传统养生功法的存想与入静技术为核心,其中存想就是具象思维的应用,存想是把来访者从抽象思维、形象思维带入具象思维的过程,具象思维中意象的清晰和具体程度比形象思维要深入、立体,移空技术操作中象征物、承载物的构建以

及清洁、置放、移动等都要求来访者在具象思维中完成，具象思维的应用水平对移空技术的疗效起到至关重要的作用。本个案来访者是个10岁的小学生，相对于大人，孩子的具象思维能力强、想象力丰富，具象思维能力本身即属人的潜在能力，随着年龄的增长常常退化，可能跟学校教育往往更重视抽象思维和形象思维的发展、较忽视具象思维的发展有关，而且不会质疑移空技术的思路，而是非常自然地按照咨询师的引导一步一步地去做，就像做游戏似的，移空操作过程也更加流畅，所以给孩子做移空一般来说比大人更容易。

(2) 移空技术的操作步骤熟练掌握以后可以灵活运用，此案例的第3次移空并没有完全按照移空技术十个操作步骤的顺序，如靶症状恐怖的象征物鬼影的活力很大、很难控制且数量极多，在引导承载物时有困难，来访者表示没有任何东西能装得了鬼影，于是咨询师引导来访者先处理象征物，处理和干预象征物鬼影花了较长时间，来访者最终想出办法用特殊药物取消鬼影的特异功能，并对象征物进行灭活处理，这是在静态作业中提前运用了动态作业；另外将象征物装进承载物时最主要的象征物——巨大的鬼影本体才呈现出来，这是在第六步又穿插了第二个步骤，移空技术的十个操作步骤可以颠倒顺序灵活使用，也不一定每次都要做完十个步骤，给孩子做移空可以根据孩子的不同特点更加不拘泥、灵活地运用移空技术。

(3) 第3次移空中来访者处理象征物鬼影时遇到困难，来访者表示“神来了也没用”，想了几种办法都不行，咨询师一方面积极鼓励来访者，同时也给出一些建议，一方面觉得如果实在做不成也能接受，移空技术并不是每次都能做成功，这跟很多因素有关，咨询师尽力即可，咨询师越放平心态，给来访者的空间反而越大，来访者的主观能动性更容易发挥出来，咨询师的期待往往会限制来访者。想起特鲁多医生墓志铭上的一句话“有时治愈，常常帮助，总是安慰”，咨询师要抱着这样的心态去工作。

(4) 本案来访者家庭关系比较复杂，矛盾冲突也较多，咨询师并没有针对来访者的家庭去做工作，而是着眼于直接处理来访者的心身症状。来访者的问题解决了、状态改善了，也会影响到家庭，后来来访者跟妈妈和弟弟的关系都变好了，妈妈对咨询效果也很满意。移空技术可以直接处理孩子的负性心身症状，疗效显著且能保持，而且，孩子的身心状态改变了，也会影响到家庭的其它成员及关系。

(致谢：本案例公开发表获得来访者及监护人的知情同意与授权。)

参考文献

- [1] 刘天君, 本哈德·特林克勒. 移空技术操作手册——一项本土化心身治疗技术 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2019.
- [2] 刘天君. 当心理咨询遇见传统文化 [M]. 北京: 中华书局, 2019.
- [3] 刘天君. 气功在心理治疗中的应用 [C]. 第五届世界心理治疗大会论文摘要, 2008.
- [4] 刘天君. 移空技术操作过程简述 [J]. 心理学进展, 2015, 5 (11): 702-708.

A Case Report on the Application of Yikong Skill to a Primary School Student

Zhou Wen¹ Chen Yi²

1. *Yikong Skill Research Institute, Nanjing;*

2. *Nanjing Normal University, School of Psychology, Nanjing*

Abstract: This is a case report of applying Yikong skill on a primary school student visitor. The visitor visited the consultant for 6 times, 4 of which conducted Yikong Skill to deal with the 4 symptoms respectively, namely, irritability, anxiety, terror and fear. Clinical cure was achieved on the spot each time, and the curative effect remained stable during the one-week follow-up. After 6 consultations, the client's moods got a lot better and stabilized. Especially the symptoms of not being able to fall asleep and constantly waking up at night due to fear and terror completely diminished. He slept well, his previous symptoms of neck twitching and dermatitis on his face also disappeared. At the final part of this paper, the characteristics of applying Yikong Skill on primary school students and the status of the consultants are discussed.

Key words: Yikong skill; Primary school student; Concrete thinking; Terror