

精神分析理论视角下中职学生心理问题的个案分析

郑小冬

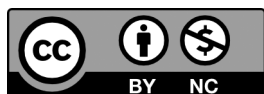
武汉文理学院，武汉

摘要 | 本研究采用个案分析的方法对中职学生的心理问题进行了全面解析。案例分析依托精神分析理论为指导进行。从理论背景的介绍到案例的呈现，结合精神分析案例分析的要求对个案从原生家庭、人格结构、防御机制等方面进行了具体分析。最后采用以精神分析为主要手段的咨询方法来进行咨询，取得了良好效果。

关键词 | 精神分析；中职学生；心理问题；个案分析

Copyright © 2023 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 理论背景

精神分析理论由奥地利著名神经科医生弗洛伊德所创造。目前精神分析学的相关理论主要由意识层次论、人格结构论、本能论、释梦理论、防御机制五大理论组成。意识层次指的是人的内心世界，包括情感、欲望、决定、冲动、思维等人的精神活动，这些精神活动都会在我们不同层次意识中发生，主要分为意识、前意识、无意识三个部分；而我们人格的核心是“本我”，“本我”我们自己完全意识不到，遵循“快乐原则”。“自我”则协调“本我”的欲望，在依照现实客观要求的基础上给予其一定的满足，遵循“现实原则”。而“超我”则是社会的伦理道德以及良心，以让我们内心去符合社会要求、规则等，遵循“道德”原则。“本我”“自我”“超我”三者之间的关系总是不断变化，正是由于这种关系的不断变化，引起了个体自身纷繁复杂的心理活动和行为表现。弗洛伊德对人的性本能的观点是，他认为人的行为由心理活动驱使而人在进行具体行为时的生理活动能量的来源是其本能表现，并且人类被压抑的欲望绝大部分属于是性。弗洛伊德认为人类内心所产生的心理活动都与实际有着严谨的因果关系，所有都是事出有因，梦境是人类对平常在清醒时被压抑到潜意识中的欲望的另一种含蓄的表达方式。防御机制是人类结构中

基金项目：湖北省中华职教社2023年项目（HBZJ2023168）。

作者简介：郑小冬，武汉文理学院讲师，研究方向：心理咨询与心理健康。

文章引用：郑小冬. 精神分析理论视角下中职学生心理问题的个案分析 [J]. 心理咨询理论与实践, 2023, 5 (9) : 740-745.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0509073>

“自我”的一种防御技能,“自我”在人格结构中起着中介的作用,调节着“本我”和“超我”的平衡^[1]。

近年来,随着各种心理咨询流派的兴起,精神分析案例分析也越来越呈现出一种整合的色彩。本研究笔者在精神分析理论背景下对中职学生的心理问题进行了详细分析,同时也采用其他理论流派的咨询技术整合性地完成了个案的咨询工作。

2 问题提出

中职学生是我国经济建设的一支生力军,如何为企业输送健康、合格的技术人才是中职学校甚至是整个社会必须面对的重要课题。中职学生正处于青春发育期,其生理、认知、情感、意志、自我意识在迅速发展,容易出现心理问题,因此,对中职学生进行心理健康教育和积极干预具有重要的意义。笔者认为目前中职学生常见的心理健康问题主要有以下四个方面^[2]。

(1) 外化性问题

外化性问题指违规犯过行为、敌意抗拒行为。相比同龄的青少年,中职学生的外化性心理问题出现率较高,例如逃课、挑衅、打架、破坏公物等。这种心理问题的根源是自我控制能力较差,导致学生个体与学校或社会环境不适应。

(2) 内化性问题

内化性问题指自我贬抑行为。面对同学、生活、社会交往等多种困扰,中职学生容易产生自闭、人际交往障碍、经常性情绪低落、自卑、习惯性无助、网络依赖(手机依赖)等。这类学生表现安静,不妨碍他人,所以往往容易被老师和家长忽视而错过辅导干预的最佳时机。内化性心理问题具有自我贬抑特点,发展到一定程度会导致抑郁症等心理疾病,出现自残、自杀等极端行为,更应引起重视,及早进行心理疏导。

(3) 学业适应问题

中职学生由于文化基础相对薄弱,学习时常常会感到比较吃力,他们在学业适应问题上多数表现为考试作弊、不写作业、粗心大意、偷懒、上课不专心、面对困难容易产生挫败感等。

(4) 青春期性心理问题

中职学生对青春期健康知识的了解大多来源于网络和同伴交流,他们有时会被这些知识误导甚至诱惑,从而出现两个极端的性心理问题:一个极端是性困惑、性恐慌和性罪恶感;另一个极端是性早熟或性放纵,如早恋和过早、轻率发生性行为等。

3 学生基本情况

本研究中来访者李某,女生,某中职学校二年级学生,1岁左右父母离异,之后便与外婆一起在老家生活,几乎再也没有与父亲有任何联系。母亲在外地打工,每年过节回家一次,后来因为太忙几年都未能回家。小学毕业时母亲希望她到省会城市读书,通过各种方法让其就读于对口初中。刚从农村学校转到城市学校后,来访者表现出明显适应不良,成绩非常糟糕,状态越来越差,被医院确诊为轻度抑郁。成绩一直没有提升,来访者中考失利进入了一所中职学校。到校后,刚开始与同学关系尚可,后来因为一些原因与某些同学发生冲突,自述最初受到霸凌后会反击,但后来状态越来越差,被校方要求回家调整。来访者由母亲陪同前来咨询,衣着整洁,主动倾诉,较配合^[3]。

3.1 问题表现

通过案例整理发现,来访者主要存在的外化性问题与内化性问题。外化性问题的主要表现是与他人发生肢体冲突;而内化性问题的主要表现是抑郁状态。结合案例将其问题具体整理如下:

(1) 情绪易波动。来访者对于情绪的控制能力比较差,一般情况下会选择压抑,但是遇到自己无法应对的事情时就会表现出异常愤怒。

(2) 言语攻击行为较多。来访者在情绪失控的情况下会出现攻击性的言语或行为。

(3) 对他人失去信心,对未来感到迷茫,心情非常低落。

3.2 精神分析理论背景下学生问题形成原因分析

3.2.1 原生家庭背景

原生家庭是一个社会学概念,指儿女未成婚之前与父母一同生活的家庭。原生家庭背景主要包括家庭成员、家庭成员关系以及家庭氛围。这些因素对个体在社会中以及以后的家庭中的人际互动都有非常重要的影响。例如,早年生活中缺少的情感关怀的部分,个体希望在以后的人际关系中得到弥补等。

在本案例中,来访者的原生家庭背景如下:来访者从小父母离异,母亲在外地打工,很少陪伴,主要与外婆一起在农村生活。外婆脾气暴躁没有耐心。外公早已去世,外婆有四个孩子,三个女儿和一个小儿子,来访者母亲排行第三。来访者主诉外婆重男轻女,更喜欢舅舅,对她会表现出明显的不喜欢。在这样的原生家庭背景中,她会认为自己是**不被喜欢的,甚至认为父母离异也是因为自己的出生以及自己是女孩造成的。这样的原生家庭环境让来访者处于敏感状态。到了省会城市读初中后,来访者明显表现出人际适应能力比较差,自我否定严重。随后进入中职学校后遇到了校园霸凌现象,这种情况对一直不被人关注和喜欢的她来说依然具有很大的伤害,导致她的情绪波动甚至出现攻击性行为。从来访者的角度来看,这是一种本能的自我保护。

3.2.2 防御机制

防御机制是精神分析理论中非常重要的一个概念。精神分析理论流派的咨询师一致认为有些防御机制可能使人更具有适应性。但是目前尚没有防御方式的正常标准,因此也无法确定什么防御机制是绝对正确的。但是因个体差异性的存在,每个人的防御机制几乎与他们的声音、指纹一样,具有个性化特点。

结合本案例分析,来访者的主要防御机制包括压抑和攻击两种。压抑就是把不能被意识所接受的冲动、观念或回忆、情感等压抑到潜意识中,这是最古老和最危险的防御机制之一。来访者最常使用的就是压抑,特别是小时候到成长过程以及未被友好对待的经历。因为在她非常小的时候没有能力应对外婆的不喜欢和父母的抛弃,压抑在此时就成为最好的保护方式。随着压抑情绪的增加,愤怒也会增多,因此来访者不仅表现出对同学的攻击性,对母亲以及其他家人也有非常严重的言语攻击。所以,第二个主要的防御机制就是攻击。

3.2.3 心理发育阶段

部分精神分析流派的心理咨询师认为,心理咨询的本质就是努力修通来访者早年心理发育受挫的过程。精神分析发展理论假设个体的成熟阶段不仅决定个体对特定应激的体验,而且还决定个体建构理解

未来应激的模板。成年期,根据相应的成熟问题解决得好坏面对特定应激时,不同的个体潜意识里对其意义的理解不同,因此会产生完全不同的反应。所以,当面对应激时,若感到当前的挑战似曾相识,人们倾向于采用与类似阶段相同的应对方式:这个行为即“退行”到“固着”点。

结合本案例可以看出,来访者在一岁左右父母离婚,父亲放弃了她的抚养权,母亲为了更好地赚钱养家只能把她送到外婆家让外婆照顾她。对于当时的她来说,这是一个非常大的创伤性事件。养育者的改变以及养育者的照料不当使她停留在口欲期。口欲期的后期,快感体验的主要部位是牙齿、牙床,快感来自咬和吞嚼等活动,如果固着于这个阶段,则表现出挖苦、言语攻击等口欲期性格。

3.2.4 人格结构

弗洛伊德的人格结构中将人格分为了本我、自我和超我三部分。从本我的心理内容看,它包含着个体的一切原始的冲动和本能欲望,其中最重要的生本能和死本能。从作用来看,本我是一切心理能量之源。从活动方式看,本我按照“快乐原则”行事,它不知道道德、外在的行为规范,它唯一的要求就是获得快乐、避免痛苦。超我是人格结构中代表理想的部分。它是在个体成长过程中,通过内化道德规范、社会要求而形成的。自我产生于儿童与外界现实相互作用。

结合本案例可知,来访者的主要表现是自我功能比较薄弱。本我与超我都需要得到满足,自我没有得到发展,在遇到一些突发事件比如适应性问题时,自我的协调能力较差,不能很好地帮助个体适应新环境。

3.2.5 亲密关系

早期经验对于人格形成和心理病理学的发展具有至关重要的作用。早期的母婴关系和母婴互动模式对个体的发展甚至对未来人格的形成都具有决定性的意义。这些痕迹并不是精致的,而是时时刻刻在活动,影响着个人的心理加工。按照新精神分析流派的解释,“内部工作模型”作为早期经验的产物,伴随着个体现实时的活动和体验,它们是现在症状的主要原因。

结合本案例可知,来访者早年的亲密关系应该是非常糟糕的,她并没有得到来自母亲的过多关照,父母在她1岁时离婚,应该在她刚出生的时候就出现了很多争吵和冲突。母亲在产后也没有太多的精力去照料当时的来访者。获得来访者的抚养权后母亲为了给她创造较好的生活条件选择远走他乡并将她留给外婆照料。在重男轻女的思想影响下,外婆对她的照顾不足,更不要说建立良好的亲密关系。因此,在来访者的关系模型中没有良好的亲密关系的原型。随着年龄渐长进入学校住校生活后必然会与同学发生各种冲突。不知道如何建立关系,也不知道如何建立边界。被其他同学欺负后,开始只会选择隐忍,之后忍无可忍才会爆发,导致情绪失控。

4 临床干预的方法及过程

首先来访者的主要问题是抑郁倾向,并且伴有冲动行为。在精神分析理论背景下笔者采用了以下咨询方法帮助来访者改变。

4.1 良好咨访关系的建立

任何一种心理咨询能够起作用的前提条件是建立良好的咨访关系。笔者在与来访者咨询的前期,主要的工作是与其建立良好的咨访关系。因为青春期学生的逆反心理还是非常严重,她会不自觉站在咨询

师的对立面,在这种情况下咨询没有办法顺利进行。于是,笔者会通过无条件积极关注、尊重、真诚等办法与之建立信任关系,为之后的咨询做准备。同时良好的咨访关系也是来访者亲密关系的模板,能够帮助来访者完成学习的迁移并将其应用到现实生活中。

4.2 心理暗示技术及其实施

来访者之所以出现情绪波动较大和自我评价过低的问题主要是因为其没有一个稳定的内在评价体系。早年生活中更多体验到的是不被喜欢甚至被抛弃的感受,在这样的感受基础上来访者很难与周围的人建立稳定的关系。很多事情都可以激起她内在的创伤体验,激活她的情绪波动。因此在咨询过程中,笔者通过积极的心理暗示技术让来访者从关注自身开始,让她学会不以他人的评价甚至离开与否来决定自己是否值得被爱。同时,引导来访者更加关注自身的改变,在改变的过程中寻求价值观与效能感。

4.3 其他辅助技术的设计与实施

(1) 教给来访者一些常用的放松技术,例如深呼吸的方法和正念的方法,让其在紧急情况下遇到问题时运用,来缓解其情绪。

(2) 通过测试发现来访者属于抑郁质气质类型。由于气质与大脑皮质的活动、皮质下活动和内分泌腺有关,因此建议她每天跑步,使身体微微出汗,通过体育锻炼的方法减轻抑郁情绪。

5 咨询的效果及反思

5.1 效果

经过长达十次的心理咨询,来访者发生了显著变化。首先,她学会了和咨询师建立较稳定的咨访关系,并且将这种关系模式在现实生活中进行迁移,也适应了学校的环境,交到了朋友。其次,来访者能够正确认识早年生活经历,理解母亲,努力与母亲和解。最后,来访者找到了提升自我认同的办法,找到了提升自我评价的途径,将效能感与价值感的提升用于自身改变,效果良好。

5.2 反思

中职学校学生心理问题比较普遍,应该引起相关院校的广泛重视。这样不但有利于中职学校心理辅导工作的健康发展,也增强了思想政治工作的实效性,使学生心理素质得到优化,塑造健全人格。

参考文献

- [1] 王筱鹏. 精神分析理论在心理咨询与治疗中的应用[J]. 内蒙古电大学刊, 2007(12): 51-52.
- [2] 俞国良, 靳娟娟. 我国中职学校心理健康教育状况分析: 来自调研的证据[J]. 清华大学教育研究, 2021, 42(2): 48-58.
- [3] 叶景明, 岳青松. 新生入学适应不良的心理干预个案研究[J]. 科教导刊(上旬刊), 2017(22): 161-162.

A Case Study on Psychological Problems of Vocational School Students from the Perspective of Psychoanalysis Theory

Zheng Xiaodong

Wuhan college of Arts and Sciences, Wuhan

Abstract: This study adopts a case analysis method to comprehensively analyze the psychological problems of vocational school students. The case analysis is guided by psychoanalytic theory. From the introduction of theoretical background to the presentation of case studies, combined with the requirements of psychoanalytic case analysis, a specific analysis was conducted on the case from aspects such as original family, personality structure, defense mechanisms, etc. Finally, a counseling method using psychoanalysis as the main means was adopted, and good results were achieved.

Key words: Psychoanalysis; Secondary vocational school students; Psychological issues; Case analysis