

移空技术案例报告的撰写

刘天君¹ 周 文²

1. 北京中医药大学, 北京;

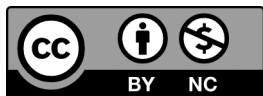
2. 移空技术研究院, 南京

摘 要 | 移空技术案例报告的撰写在形式与内容方面都有自身的特点。本文呈现了移空技术的单次案例报告的4种类型：简述式、叙述式、叙述加关键对话式和逐字稿式。对这4种类型案例报告的主要内容和撰写要点分别进行了较详细的说明。并特别强调了移空技术格外重视撰写和提交案例报告对掌握和发展这项技术的重要性。

关键词 | 移空技术；案例报告；简述式；叙述式；叙述加关键对话式；逐字稿式

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/>



撰写心理咨询个案的案例报告，对任何流派的咨询师来说都是一项需要认真面对和尽力完成的专业工作任务。与许多其他心理咨询技术相比较，移空技术格外重视案例报告的撰写。这是因为移空技术案例报告的撰写在形式与内容方面都有自身的特点，这些特点使案例报告可能用于更多的研究。

1 移空技术案例报告形式

移空技术案例报告的表达形式相对规整，有半结构化的倾向，比较容易

作者简介：刘天君，北京中医药大学，教授，研究方向为CBT与移空技术。

文章引用：刘天君，周文. 移空技术案例报告的撰写 [J]. 心理咨询理论与实践, 2023, 5 (2) : 76-82.

<https://doi.org/10.35534/tpc.0502007>

撰写。移空技术有 10 个规范化的操作步骤，其案例报告的几种形式均与操作步骤的展开有密切关系。按照记叙内容的详略与使用目的的不同，移空技术的单次案例报告有 4 种类型：即简述式、叙述式、叙述加关键对话式和逐字稿式。

1.1 简述式

简述式的特点是“简明扼要”，简述式案例报告是对个案咨询的简要记录，篇幅简短，一般在 200 字以内。简述式的案例报告只简要介绍来访者概况、靶症状、象征物、承载物的名称、移动与空境状态以及影响度变化的分值。

1.2 叙述式

叙述式的特点是“概览全程”，要求较为详尽地叙述移空咨询的完整过程，概览移空技术咨询的全局。叙述式案例报告先介绍对来访者进行初始访谈的情况，而后逐一介绍咨询中移空技术 10 个操作步骤的实施过程，以及疗效评估结果。此外如果有来访者在现场反馈和咨询过程中的个性化事件也需要写上，最后还要加上咨询师对此次咨询工作的反思。报告以第三人称的文字叙述完成，由于不同的个案千差万别，不同咨询师的记录也会有各自的侧重，但此式案例报告要求是过程完整，故篇幅较长，一般有数千字。

1.3 叙述加关键对话式

叙述加关键对话式案例报告是在叙述式的基础上增加了关键对话。所谓关键对话，就是咨询过程中咨询师认为对咨询进展具有重要意义的咨访对话片段，例如可以是对取得疗效有突破或转折作用的对话，即最精彩的部分，也可以是咨询过程中卡壳的难点，记录下来准备寻求督导。案例报告仍然按照 10 个操作步骤实施的顺序展开，所增加的关键对话可能在一个或两三个操作步骤中。叙述加关键对话式案例报告的特点是突出要点，故一份案例报告的关键对话不宜太多太碎，不超过三段为宜。如果有四五段，大都说明撰写者尚未能把握此次咨询的要点和主次。此类型案例报告由于突出了关键对话，行文的叙述部分可

比叙述式案例报告简略一些。

1.4 逐字稿式

逐字稿式案例报告是依据咨询全程录音整理的全文，逐字记录个案咨询全程的对话内容，特点是巨细无遗地呈现移空咨询过程的全貌。究其记录文字的细节，逐字稿可以分为两类，一类是完全没有经过文字加工的，包括语气词、口头语、重复的语句都在内，甚至标注了语句间停顿较久的时间，是原封不动的录音文字记录；另一类是做了少许文字加工的，即为了阅读顺畅，删去了若干带有咨询师个人习惯色彩、对咨询内容无关紧要的语气词、口头语、俚语等，有时候这些文字就占据了不少篇幅。这两种文本的撰写各有难度，也各有作用。

第一种文本更完整、更准确地还原了咨询过程的原貌，对复盘讨论案例特别有用，也非常适用于咨询师的自我提升。但这种文本往往过于冗长，通常约有 20000 字，其他咨询师读起来也很费力，因为咨询过程中较为随意说的话和咨询师个人的语气词，或会分散或影响对案例的认识，所以并非很适用于督导。然第二种文本也有难把握之处。如果不是咨询师自己整理，哪些语气词和重复语句应该删掉，往往并不容易定夺。而这些需要删除的文字总量并不少，第一二种文本往往会相差几千字之多。第二种文本阅读比较顺畅，也可以用于寻求督导。

此外还有连续案例报告，是咨询师对同一位来访者所做的多次移空咨询案例报告，可能混用上述四种类型，最后做归纳总结。连续案例报告的特点是突出移空技术的“疗程”。作为一项短平快的临床咨询与治疗技术，移空技术处理单一的靶症状一般需要 2 ~ 4 次干预，如果针对同一个案的多个靶症状，就需要更多的干预次数，这类案例报告是连续性的。

2 移空技术案例报告内容

无论是哪种形式的案例报告，基本的框架都是移空技术的 10 个操作步骤，只是详略程度不同。由于这 10 个步骤本身的内容和层次都清晰分明，以之为框

架的案例报告就有了整体的基本轮廓。这是移空技术案例报告比较容易撰写的一个因素——直接借助了技术本身的形式和内容结构。

但移空技术的临床使用非常灵活,在不同的个案中,10个操作步骤未必都用,应用的顺序也可能有变化。例如三调放松的应用可能超过2次,可见移动的次数可能减少;有个案做到清洁与置放的步骤时,影响度分值降到了0,就结束咨询,不再往下做了;有的个案引导出象征物后就先进行了分离取出操作,在静态作业中提前运用了动态作业;也有的个案做到清洁与置放或移动步骤时象征物发生了变化,于是再重新存想象征物和承载物;甚至有极端的个案,首次三调放松持续了40分钟,然后告知问题已经解决,尚未开始对话,咨询就结束了。故具体的案例报告要按实际发生的过程写,做到哪里写到哪里,无需拘泥于常规顺序的框架。

移空技术案例报告的撰写应该特别注意表达咨询过程中的非语言内容,它们对于判断来访者是否进入具象思维、无象思维的意识状态非常有意义。故要对来访者做出的相关肢体行为、表情动作给予准确描述,尽管这部分内容的文字并不会很多,但应该视其为案例报告的基本组成部分之一。其文字表述可用加括号的形式插入相关行为发生时的前后语句之中。如来访者在咨询过程中发生哭泣较常见,移空咨询师处理此种情况的典型做法就是递上餐巾纸,但并不中断咨询过程,除非无法进行下去,之后在案例报告中将此作为个性化事件记录在案。捕捉来访者细微的非语言行为取决于咨询师敏锐的觉察力以及对不同思维形式理论的熟悉把握的程度,很考验移空咨询师的专业胜任力。

案例报告中另有一个容易被忽略表达的内容,就是咨询过程中出现的较长时间停顿。咨询对话中正常的停顿会因咨访双方的语速、思维速度的快慢等个体差异,形成不同的节奏。如果来访者出现了与对话节奏不相符的停顿,往往说明其正在发生较大的变化,尤其是出现较长时间的停顿。有经验的咨询师面对这种情况,会用一些鼓励、宽慰等并没有太多意义的词语,维持对话的节奏,等待其回应。这时候要非常注意来访者的非语言表达,且此时的非语言表达往往具有重要意义。这样的停顿应该在案例报告中有所记录。例如用括号注明此

处停顿了几分几秒。

3 移空技术真实世界研究

移空技术自发展以来一直注重走专业化的道路，2020 年初正式启动“移空技术疗效与安全性的真实世界研究”项目，同期建立了移空技术案例库。2021 年移空技术研究院与中科院心理所合作建设的传统文化创伤疗愈研究数据库初步建成。目前已实现网上填写和提交案例报告（<https://www.yikongcasebase.com>）。咨询师将案例报告从线上提交至“移空技术真实世界研究案例库”，以进行多角度的科研分析，案例报告就成为第一手的科研资料。所以，每一份提交的案例报告都在为移空技术的发展增砖添瓦，都不可或缺。

4 提升专业胜任力途径

案例报告要求真实、规范地呈现个案的咨询状况，其撰写过程必然包含着咨询师对咨询过程的梳理和反思，故也是咨询师自我提升专业能力的有效途径。通过对案例进行复盘、整理和思考，这个过程中咨询师常常就能发现自己的问题，相当于给自己做了一次督导。

四种类型的移空技术案例报告，简述式虽然简单扼要，但要求撰写内容准确。此式案例报告虽然简短，但已包含移空技术临床干预的基本信息，可供复盘使用，也可作为科研资料。咨询师因各种情况来不及撰写更为详尽的案例报告时，例如热线电话、朋友、家人采用临时非正式咨询等，可写简述式案例报告备案；叙述式案例报告因体量适中、可读性较强通常是用得最多的一种，且没有咨询录音也可以整理，但相对而言比较难写，要求完整有度，详略得当，既不能写成流水账过于琐碎，也不能过于简略，同时要文字通畅、表达清晰。移空咨询师不仅要会做案例，还要会写案例报告；叙述加关键对话式可以从中体会不同的咨询师如何面对来访者进行有创造性地工作，同时一份内容翔实、形式规整的案例报告也是寻求督导的必备资料，另外发表的移空技术案例报告也常采用此种类型；逐字稿式案例报告，初学者或以为此类案例报告最容易撰写，其实不然。不仅需要咨询师花较多的时间整理，也是最能发现自身问题的

一种类型,不少移空咨询师有这样的感慨:听过看过了自己咨询过程的录音文字,才知道自己说了多少废话。通常要求移空技术初学者至少要整理几篇逐字稿式案例报告。

随着移空技术的发展,移空技术专业人员认证体系逐渐成熟,提交一定数量的案例报告是移空技术专业人员认证的必备条件之一。

本文呈现了移空技术案例报告的4种类型,以及每种类型案例报告的主要内容。并对撰写移空技术案例报告要注意的问题进行了较为详细的说明。移空技术作为一项发展中的根源于中华优秀传统文化的心身治疗技术,十分注重打牢学术根基,撰写案例报告是移空咨询师自我提升专业能力的有效手段,是掌握这项技术不可或缺的一部分,提交案例报告对移空技术的长远发展有着重要意义。

参考文献

- [1] 刘天君,本哈德·特林克勒[德].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,2019:13-25.
- [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.移空技术操作过程简述[J].心理学进展,2015,5(11):702-708.
- [4] 夏宇欣,吴晓云,刘天君.移空技术的特点分析及其未来研究展望[J].中国临床心理学杂志,2013,21(5):852-855.

Case Reports Writing in Move to Emptiness Technique (MET)

Liu Tianjun¹ Zhou Wen²

1. *Beijing University of Chinese Medicine, Beijing;*

2. *MET Research Institute, Nanjing*

Abstract: The writing of the case report of MET has its own characteristics in form and content. This paper presents four types of single-session case reports of MET: brief, narrative, narrative plus key dialogue, and verbatim. The main contents and writing points of these four types were described in detail. The importance of writing and submitting case reports for the mastery and development of this technology is emphasized.

Key words: Move to emptiness technique (MET); Case report; Brief; Narrative; Narrative plus key dialogue; Verbatim