

2014 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: 本部分由十二个案例组成, 请分别根据案例回答 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, 女性, 44 岁, 公务员。

案例介绍: 求助者因孩子的问题来咨询。

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! 外边挺冷的, 我给您倒杯热水, 您稍稍休息一下我们开始谈。

求助者: 谢谢!

心理咨询师: 您来咨询的目的是什么?

求助者: 我就是想请您帮帮我, 我现在都快要崩溃了。

心理咨询师: 那您能具体说说是怎么一回事吗?

求助者: 都是被我儿子闹的。他今年上初二了, 从上小学起, 我就想培养他好的学习习惯, 但到现在各种方法我都用过了, 竟然没有一点儿效果! 真是急死人了!

心理咨询师: 从孩子上学一直到现在, 您一直为孩子的学习习惯问题着急。那目前孩子的学习成绩怎么样? 您都用过什么方法? 您究竟想给孩子培养什么样的习惯呢?

求助者: 他应该能够自觉学习, 至少应该到家就写作业而不是玩游戏、看电视。

心理咨询师: 那为了培养这个习惯, 您都用了什么方法呢?

求助者: 刚上小学的时候是用物质奖励, 只要他回家马上写作业, 我就给他一个小红旗, 攒够 10 个, 我就给他买一个他喜欢的玩具。但我发现他学习不上心, 总是玩玩具, 有时还把玩具带到学校。我买了不少心理学方面的书, 按照书上教的去做, 可都没有长期效果。现在孩子初二了, 人家都说初二特别关键, 一旦跟不上就肯定上不了好高中, 那以后上大学、找工作就都麻烦了。

心理咨询师: 我理解您的心情, 您为了孩子的学习花费了很多心血, 听您刚才的叙述, 感觉您是一个人带孩子吧?

求助者: (沉默)……差不多就是我一个人带吧。

心理咨询师: 教育孩子应该是夫妻共同的责任, 一个家庭光靠一个人怎么能把孩子管好呢?

求助者: 是啊! 我一个人既要工作, 还要买菜做饭, 陪儿子学习。我每天坐在他旁边, 帮他检查、改错, 整理卷子, 再给他弄些水果……只有我在时他才能专心一点。我都快急死了。他爸爸这几年对我们越来越冷淡, 总以工作忙、出差为借口不回

家, 即使回来了对孩子的情况也不闻不问, 根本不像个父亲。我总觉得他在外边有了什么情况, 但……

心理咨询师: 那您对他的行为一定很愤怒吧?

求助者: (沉默)……

单选: 1. 心理咨询师在本段咨询的第一段话中表达了对求助者的()。

A. 尊重 B. 共情 C. 热情 D. 真诚

单选: 2. “那您能具体说说是怎么一回事吗?”表明咨询师运用了具体化技术, 其目的是针对求助者叙述问题时出现的()。

A. 过分概括 B. 概念不清 C. 问题模糊 D. 以偏概全

单选: 3. 该求助者表现出的主要的情绪是()。

A. 愤怒 B. 恐惧 C. 焦虑 D. 强迫

单选: 4. “那目前孩子的学习成绩怎么样? ……习惯呢?”心理咨询师所问的问题属于()。

A. 多重选择性问题 B. 多重问题
C. 责备性问题 D. 修饰性反问

多选: 5. 求助者对儿子的不合理信念包括()。

A. 绝对化要求 B. 过分概括化 C. 非黑即白 D. 糟糕至极

单选: 6. 从行为主义的角度分析, 求助者在儿子上小学时所使用的方属于()。

A. 增强法 B. 惩罚法 C. 消退法 D. 代币管制法

多选: 7. “从孩子上学一直到现在, 您一直为孩子的学习习惯问题着急”。咨询师所使用的技术包括()。

A. 释义技术 B. 情感反应技术
C. 解释技术 D. 情感表达技术

多选: 8. “那为了培养这个习惯, 您都用了什么方法呢?”咨询师所使用的技术包括()。

A. 开放式提问技术 B. 面质技术
C. 具体化技术 D. 指导技术

多选: 9. “我理解您的心情, 您为了孩子的学习花费了很多心血, 听您刚才的叙述, 感觉您是一个人带孩子吧?”咨询师所使用的技术包括()。

A. 内容反应技术 B. 情感反应技术
C. 情感表达技术 D. 封闭式提问技术

单选: 10. 求助者在谈话过程中的两次沉默, 最有可能的沉默类型是()。

A. 怀疑型 B. 情绪型 C. 茫然型 D. 思考型

单选: 11. “教育孩子应该是夫妻共同的责任, 一个家庭光靠一个人怎么能把孩子管好呢?”咨询师所提问题属于()。

A. 责备性问题 B. 修饰性反问 C. 解释性问题 D. 多重性问题

多选: 12. “我一个人既要工作, ……我总觉得他在外边有了什么情况, 但……”咨询师认为求助者出现了多话现象, 求助者多话的类型包括()。

A. 倾吐型 B. 宣泄型 C. 表现型 D. 表白型

单选: 13. 心理咨询师说“那您对他的行为一定很愤怒吧?”所用的方法是()。

- A. 情感表达 B. 情感反射 C. 内容表达 D. 内容反应

单选: 14. 在本段咨询对话中, 心理咨询师的失误主要表现在()。

- A. 咨询理念 B. 咨询态度 C. 提问方式 D. 咨询方法

案例二

一般资料: 求助者, 男性, 37岁, 机关公务员。

案例介绍: 一个多月前, 求助者为了给煤气表插卡续费而爬进厨房的灶台下面, 突然感觉胸闷、心悸、呼吸不畅。赶忙爬出来后又感觉有些头晕, 到阳台打开窗子后做了几次深呼吸才缓过来。当晚睡觉时心情烦躁, 又出现了胸闷等症状, 到阳台站立片刻后症状消失。此后, 求助者在任何地方, 只要一想到自家灶台下的煤气表, 就感觉压抑, 继而胸口憋闷、呼吸不畅, 有时伴有头晕、头痛和出汗。曾几次到不同医院反复就诊, 均未查出器质性疾病, 但求助者仍不放心, 因此而心烦、失眠、食欲下降, 非常痛苦, 主动前来咨询。

心理咨询师了解到的情况: 求助者老家在农村, 父母对其期望很高, 进入政府机关后更希望他能出人头地。求助者内向, 好胜心强。在工作中曾竞聘失利, 影响了情绪。现在经常借故不参加各种聚会, 在工作上也出现了几次较大的失误。感觉父母和姐姐对他没有升职有些失望。

多选: 15. 该求助者目前的躯体症状包括()。

- A. 心烦 B. 头痛 C. 胸闷 D. 食欲下降

多选: 16. 引发该求助者产生心理问题的可能的原因包括()。

- A. 父母对其期望高 B. 内心痛苦
C. 工作负担重 D. 人格特点

多选: 17. 该求助者的性格特点包括()。

- A. 内向 B. 争强好胜 C. 自信 D. 任劳任怨

单选: 18. 该求助者社会功能属于()。

- A. 没有受损 B. 轻度受损 C. 中度受损 D. 重度受损

单选: 19. 该求助者最可能的初步诊断是()。

- A. 焦虑神经症 B. 严重心理问题
C. 可疑神经症 D. 精神病性障碍

多选: 20. 对该求助者还需要了解的资料包括()。

- A. 身体健康状况 B. 成长教育背景
C. 社会功能状况 D. 婚姻状况

多选: 21. 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. 验证不同来源的资料

单选: 22. 引起该求助者症状的最直接的诱发事件是()。

- A. 给煤气表插卡续费 B. 竞聘失利
C. 父母对其失望 D. 内心痛苦

案例三

一般资料: 求助者, 女性, 38岁, 公司职员。

案例介绍: 求助者与丈夫相识时虽然知道其当时已婚并有孩子, 但还是与他同居了。丈夫最终与前妻分手, 和求助者结了婚, 并生了女儿。丈夫经常到外地出差, 有时在外一住就是两、三个月。今年春节期间, 求助者的女儿意外去世, 求助者很悲痛, 而丈夫在女儿去世后不到一周就以工作需要为借口, 不顾求助者尚处在悲伤之中, 执意离家去了外地。求助者凭直觉认为丈夫在外边一定有女人, 并最终得到证实。求助者极度愤怒, 砸烂了丈夫所有的收藏品, 撕掉了丈夫的照片, 吃不下饭、睡不着觉, 经常胸闷、头晕; 后悔当初轻信了丈夫的花言巧语, 让自己多年来背着“第三者”的名声却换来如今被欺骗和被抛弃的结果。觉得自己命苦, 没脸见人, 现在已无法工作。经朋友劝说前来咨询。

心理咨询师观察了解到的情况: 求助者消瘦, 神情疲惫, 但衣着得体, 语言流畅, 语速正常。咨询时带来了其丈夫与第三者在一起的视频资料。

多选: 23. 该求助者目前的情绪症状包括()。

- A. 愤怒 B. 悲伤 C. 抑郁 D. 后悔

多选: 24. 该求助者目前的躯体症状包括()。

- A. 心慌 B. 失眠 C. 头晕 D. 头痛

单选: 25. 该求助者出现的主要行为症状是()。

- A. 回避行为 B. 强迫行为 C. 刻板行为 D. 冲动行为

单选: 26. 该求助者所经受的压力属于()。

- A. 极端压力 B. 继时性叠加压力
C. 破坏性压力 D. 同时性叠加压力

单选: 27. 根据案例所提供的资料, 对该求助者最有可能的诊断是()。

- A. 一般心理问题 B. 严重心理问题
C. 焦虑性神经症 D. 创伤后应激障碍

多选: 28. 对该求助者还需要了解的资料包括()。

- A. 成长经历 B. 性格特点 C. 既往病史 D. 工作状况

多选: 29. 该求助者产生心理问题的原因包括()。

- A. 38岁女性 B. 女儿去世 C. 丈夫出轨 D. 性格懦弱

多选: 30. 对于该求助者, 近期的咨询目标包括()。

- A. 改善情绪 B. 改善躯体症状
C. 改变认知 D. 促进心理健康和发展

多选: 31. 求助者方面对咨询关系的建立与维护有重要影响的因素包括()。

- A. 咨询动机 B. 悟性水平 C. 期望程度 D. 合作态度

单选: 32. 求助者为了更好地解决她的问题而要求咨询师观看她带来的视频资料, 咨询师最恰当的做法是()。

- A. 观看而不作任何评判
B. 观看后进行道德性评判
C. 婉拒并指出求助者监视丈夫行为的错误
D. 婉拒而让求助者自己叙述其想说明的事情

案例四

一般资料: 求助者, 女性, 61岁, 退休工人。

案例介绍：求助者是孤寡老人，最近一段时间经常打电话报警说自己夜间听到窗外有人密谋杀害自己并抢夺自己的巨额财产。民警经蹲守，未发现可疑人员。而在民警蹲守的同一时刻，求助者还在打电话报警说听到窗外密谋杀害她的声音。现在求助者白天不敢自己出门，说出门之后就会被街上所有的人指指点点，或者被人跟踪，那些在她家周围卖菜的、卖报纸的、收废品的人都是经过乔装改扮来监视她的人。警察怀疑求助者精神出了问题，但求助者坚持认为自己没病。在警察带领下来到咨询室。

心理咨询师观察了解到的情况：求助者头发没有经过梳理，脸上和身上比较脏，先是用怀疑的眼光打量咨询师，感觉咨询师态度温和，便拿起桌上的笔，在一张废纸的背面写下“五千万”三个字并交给咨询师，说咨询师是个有前途的人，这五千万送给他去发展事业。警察反映求助者近来生活比较懒散，不收拾屋子。

单选：33. 求助者说夜间听到窗外有人密谋，属于()。

A. 言语性幻听 B. 非言语性幻听 C. 功能性幻觉 D. 思维鸣响

多选：34. 求助者白天不敢出门的原因可能是其出现了()。

A. 关系妄想 B. 被害妄想
C. 夸大妄想 D. 特殊意义妄想

单选：35. 求助者写下“五千万”三个字，最可能的是()。

A. 随意书写 B. 热情助人
C. 夸大妄想 D. 特殊意义妄想

单选：36. 求助者生活懒散，不收拾屋子，可能原因是()。

A. 意向低下 B. 意志缺乏 C. 意向倒错 D. 情绪淡漠

多选：37. 在本案例中，求助者所出现的症状包括()。

A. 知觉障碍 B. 思维形式障碍
C. 自知力障碍 D. 思维内容障碍

单选：38. 根据求助者的症状表现，最可能的诊断是()。

A. 精神病性障碍 B. 神经症性心理问题
C. 严重心理问题 D. 疑病神经症

单选：39. 求助者“听到窗外有人密谋杀害自己并抢夺自己的巨额财产”，这种症状违背了判断心理正常与异常三原则中的()。

A. 主客观世界的统一性原则 B. 心理活动的内在协调性原则
C. 知、情、意的协调一致性原则 D. 人格的相对稳定性原则

多选：40. 针对该求助者，心理咨询师可做的工作包括()。

A. 进行摄入性谈话 B. 进行心理测验
C. 整理临床资料 D. 转诊至精神科

案例五

一般资料：求助者，男性，25岁，待业在家。

案例介绍：求助者三个月前经过精心策划，购买了戒指、鲜花，并约上亲朋好友，在女友的公司门口当众向她求婚。没想到女友先是惊诧、而后气愤，最终拂袖而去。求助者受到了极大的打击，当时差点晕倒，之后大病一场，辞掉了自己的工作，也不愿出门见人。经家人劝说前来咨询。

下面是心理咨询师和求助者的一段咨询对话。

求助者：我精心准备了那么浪漫的一个仪式，她却毫不领情，并且连一点面子都没给我留。我做男人的尊严全都被她毁了，这辈子都抬不起头了！

心理咨询师：我当年向第一个女朋友求婚也被拒绝了，我能体会到你内心现在的感受。但你现在的问题是你的女朋友造成的吗？

求助者：当然！我们相处一年多了，感情发展得也挺好，我向她求婚，她就该答应；即使觉得突然，不能马上答应，也应该给我留点面子，不应该当众指责我幼稚，把我尴尬地留在现场。搞得我现在工作也没了，身体也变差了，整天头痛、胸口堵、晚上睡不着觉。

心理咨询师：有一种疗法叫合理情绪疗法，合理情绪疗法认为引起人们情绪困扰的并不是外界发生的事件，而是人们对事件的态度、看法、评价等认知内容。合理情绪疗法的核心理论是ABC理论，A是外界事件，B是人们的认知，C是情绪和行为反应。根据这个理论，您现在的情绪、行为和身体的反应并不是因为你的求婚被女友拒绝引起的，而是你对这件事的看法引起的，这其中包含有“绝对化要求”、“过分概括化”和“糟糕至极”等不合理信念。

求助者：我没觉得我有什么不合理的信念，您能指出什么地方体现出我的不合理信念吗？

心理咨询师：这就是我们下一步要进行的工作。

单选：41. 对该求助者的初步诊断是()。

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：42. 心理咨询师使用了合理情绪疗法，通过对话可以判断本段对话处在()。

A. 诊断阶段 B. 领悟阶段 C. 修通阶段 D. 再教育阶段

多选：43. 根据合理情绪疗法，对该求助者可选择的前期咨询目标包括()。

A. 改变认知 B. 改变行为 C. 宣泄情绪 D. 心理成长

多选：44. 根据ABC理论，求助者的C是()。

A. 辞去工作 B. 女友拒绝了求婚
C. 头痛失眠 D. 女友应该答应求婚

多选：45. “我求婚，女友就应该答应”反映的是()。

A. 黄金规则 B. 反黄金规则 C. 以偏概全 D. 绝对化要求

多选：46. 本案例中，求助者不合理信念的特征包括()。

A. 合理化 B. 绝对化要求 C. 糟糕至极 D. 过分概括化

多选：47. 在合理情绪疗法的再教育阶段可以采用的方法和技术包括()。

A. 与不合理信念辩论 B. 合理情绪想象
C. 问题解决训练 D. 社交技能训练

多选：48. 在合理情绪疗法中，咨询师的角色包括()。

A. 监督者 B. 指导者 C. 分析者 D. 说服者

单选：49. 咨询师说“根据这个理论，……不合理信念”。这段话中咨询师使用的技术是()。

A. 释义技术 B. 解释技术 C. 指导技术 D. 面质技术

- 单选: 50. 根据合理情绪疗法的要求, 咨询师接下来要进行的工作应该是()。
- A. 解说合理情绪疗法 B. 分析求助者不合理信念
- C. 求助者强化新观念 D. 改变求助者不合理信念

案例六

一般资料: 求助者, 女性, 19岁, 大学生。

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: 你好! 请问我能为你提供什么帮助吗?

求助者: 我最近总感到紧张, 睡不好觉。

心理咨询师: 你能谈谈是什么事情让你感到紧张, 并出现睡眠方面的问题吗?

求助者: 我上大学后各方面都比较顺利。三个月前, 学校准备挑选一批优秀的学生去国外做交换生。我特别想争取到这个机会, 因此非常努力地选拔考试做准备。第一轮选拔虽然入选, 但成绩很不理想, 因此我更加努力地准备下一轮考试。现在我每天都紧张, 几乎每晚都要到凌晨2点多才能入睡。而且越是睡眠不好, 就越担心影响我的复习, 就更加紧张、烦躁。心情越来越差, 还经常头痛。这些情况让我的学习效率大大下降, 根本没办法正常备考。如果一直这样下去, 我真的很难通过后续的考试。您一定要帮帮我啊!

心理咨询师: 我非常能理解你的心情。你特别渴望能获得这次机会, 但第一次选拔成绩不太理想, 所以你更加努力地准备后续的考试, 同时又担心自己还会考得不理想, 对吗?

求助者: 是的。

心理咨询师: 因此你经常感到紧张、烦躁, 还出现了入睡困难、头痛等症状, 明显影响到学习效率。那你能谈谈你是在什么时候, 第一次因为学习方面的事情而出现紧张情绪和睡眠问题的吗?

求助者: 是在高考前最后一次模拟考试结束之后。当时, 我发现平时和我要好的同学都比我考得好, 我心里特别接受不了, 就暗自下决心一定要在高考时超过他们。备战高考的那段时间, 我紧张并第一次出现睡眠问题。不过, 那段时间不是特别紧张, 并且睡眠问题也只是偶尔出现。高考后, 我的成绩比那些同学都要高, 我很高兴, 这些问题也就自然消失了。

心理咨询师: 你的意思是, 你必须比与你要好的同学考得好, 对吗?

求助者: 对啊!

心理咨询师: 什么原因使你认为你必须要比所有与你要好的同学考得好呢?

求助者: ……(沉默), 不知道, 但我就是认为我必须比他们所有的人都要表现得更好。就像这次考试, 我也认为我必须通过才可以。

心理咨询师: 除了考试之外, 还有其他事情让你紧张吗?

求助者: 有的, 前几天我们体育课要进行百米达标测试, 我紧张得中午都没睡着, 就怕自己不及格。

心理咨询师: 是什么原因让你为体育考试是否及格而如此担心呢?

求助者: 没什么原因啊! 我就是觉得我不能有任何科目不及格。要是连百米达标这点小事都做不好, 那自己真是一无是处了。

- 多选: 51. 该求助者的情绪症状包括()。
- A. 紧张 B. 烦躁 C. 焦虑 D. 愤怒
- 多选: 52. 该求助者的躯体症状包括()。
- A. 头晕 B. 睡眠问题 C. 头痛 D. 食欲下降
- 单选: 53. 按照合理情绪疗法的ABC理论, 该求助者的A是()。
- A. 高考前模拟考试成绩不理想 B. 体育考试
- C. 第一次选拔考试成绩不理想 D. 睡眠问题
- 多选: 54. 按照合理情绪疗法的ABC理论, 该求助者的C包括()。
- A. 烦躁 B. 选拔考试失利
- C. 紧张 D. 学习效率下降
- 多选: 55. 按照合理情绪疗法的ABC理论, 引发该求助者心理问题的原因是()。
- A. 现实的刺激 B. 歪曲的认知
- C. 不合理信念 D. 非理性思维
- 多选: 56. 该求助者不合理信念的特征是()。
- A. 个人化 B. 绝对化要求
- C. 乱贴标签 D. 过分概括化
- 多选: 57. 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. 身体状况 C. 情绪症状 D. 生活事件
- 多选: 58. 该求助者心理问题的特点包括()。
- A. 人格障碍明显 B. 社会功能受损
- C. 负性情绪明显 D. 存在认知错误
- 单选: 59. 该求助者症状持续的时间是()。
- A. 一个月 B. 半年 C. 三个月 D. 一年
- 多选: 60. 对该求助者可选用的心理测验包括()。
- A. SAS B. 16PF C. EPQ D. SCL-90
- 单选: 61. 对该求助者的初步诊断最可能是()。
- A. 一般心理问题 B. 严重心理问题
- C. 神经症性问题 D. 精神病性问题
- 多选: 62. 在本案例中, 恰当的咨询目标包括帮助求助者()。
- A. 改善负性情绪 B. 缓解躯体症状
- C. 提高学习效率 D. 改变不良认知
- 多选: 63. 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: 64. 在咨询过程中, 心理咨询师使用的技术包括()。
- A. 倾听 B. 指导 C. 解释 D. 具体化
- 单选: 65. 在咨询过程中, 心理咨询师使用的转移话题的技巧是()。
- A. 中断 B. 引导 C. 释义 D. 情感反射
- 多选: 66. 在这一咨询阶段, 心理咨询师要完成的任务包括()。

密
封
线
内
不
要
答
题

- A. 寻找求助者问题的 ABC
- B. 向求助者解说 ABC 理论
- C. 与求助者的不合理信念进行辩论
- D. 对求助者进行技能训练

多选: 67. 在合理情绪疗法的领悟阶段, 心理咨询师要帮助求助者真正理解和认识到()。

- A. 是信念引起了情绪及行为后果, 而不是诱发事件本身
- B. 求助者应该对自己的情绪和行为负责
- C. 只有改变不合理信念, 才能减轻或消除各种症状
- D. 只有改变外界事件, 才能减轻或消除各种症状

单选: 68. 合理情绪疗法中最常用最具特色的技术是()。

- A. 合理情绪想象技术
- B. RET 自助表
- C. 合理自我分析报告
- D. 产婆术式辩论

多选: 69. 在合理情绪的再教育阶段中, 常用的技能训练包括()。

- A. 自信训练
- B. 问题解决训练
- C. 放松训练
- D. 社交技能训练

多选: 70. 合理情绪疗法适用于()的求助者。

- A. 智力水平较高
- B. 领悟困难
- C. 文化水平较高
- D. 领悟力较强

案例七

一般资料: 求助者, 女性, 42 岁, 中学教师。

案例介绍: 求助者由于女儿的问题前来咨询。

下面是心理咨询师与求助者之间的一段咨询对话。

心理咨询师: 您好! 请问我能为您提供什么帮助吗?

求助者: 我女儿今年 14 岁, 我发现她有咬手指的坏毛病。我怎么说她都没用, 有时我气急了就使劲拧她几下, 但也就管几分钟的事儿, 过一会她还是老样子。现在她的手被她自己咬得伤痕累累。一看到我女儿的手, 我就急得不行, 您一定要帮帮我啊!

心理咨询师: 我也是母亲, 因此我非常理解您作为母亲的这种心情, 也替您感到着急。您能具体谈谈是怎么回事吗?

求助者: 大概四、五个月之前吧, 她在思考难题时会偶尔咬咬手指, 我看见了就批评她。没想到我越批评, 她咬得越频繁。我试过对她咬手指的行为不理不睬, 但只坚持一两天, 我就又忍不住要批评她。

心理咨询师: 您女儿在学校期间咬手指吗?

求助者: 据班主任讲, 她在学校倒不怎么咬。孩子的爸爸也说, 只要我不在家, 女儿咬手指的次数好像也少很多。

心理咨询师: 您能谈谈您平时是怎样教育女儿的吗?

求助者: 我对女儿的教育非常严格, 因此她非常听话。到现在, 我女儿平时看什么课外书, 穿什么衣服, 都听我的安排。很多朋友都特别羡慕我有这么乖的女儿。可就是咬手指这个毛病, 不管我怎么说她, 她就是改不了。您说我该怎么办啊!

心理咨询师: 从心理学的角度讲, 您女儿咬手指的行为可能与您对她的教育方式有关。

求助者: 和我有关?

心理咨询师: 您的女儿今年 14 岁, 正处于青春发育期。这个阶段的孩子比较容易出现逆反心理。而您对女儿各方面的控制, 很可能激起您女儿强烈的逆反心理。她一直是个乖乖女, 不愿意公开顶撞您而破坏她自己“好孩子”的形象。当她发现她咬手指的行为能让您生气、着急时, 她就把这种行为作为反抗您的一种工具, 所以才会出现您越是责骂她, 她咬手指的行为越严重的情况。

求助者: ……(沉默), 这样看来, 我女儿的问题确实与我有关系, 那我应该怎么办呢?

心理咨询师: 当您女儿再咬手指时, 您别批评她, 也别去关注她。如果她没有咬手指, 您要给她鼓励和奖励, 比如让她自己决定当晚看什么课外书, 第二天穿什么衣服等。

单选: 71. 在本案例中, 求助者女儿的问题主要是()。

- A. 多动
- B. 咬手指
- C. 缄默
- D. 多余动作

多选: 72. 针对女儿的问题, 求助者曾经采取的方法包括()。

- A. 增强法
- B. 惩罚法
- C. 消退法
- D. 代币管制法

单选: 73. 在本案例中, 求助者的沉默最可能是()。

- A. 反抗型
- B. 茫然型
- C. 内向型
- D. 思考型

多选: 74. 在本案例中, 心理咨询师持有的咨询态度包括()。

- A. 正视现实
- B. 积极关注
- C. 通情达理
- D. 设身处地

多选: 75. 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: 76. 在本案例中, 心理咨询师使用的影响性技术包括()。

- A. 内容表达
- B. 自我开放
- C. 情感表达
- D. 正视现实

单选: 77. “您的女儿今年 14 岁, 正处于青春发育期……所以才会出现您越是责骂她, 她咬手指的行为越严重的情况。”在这段表述中, 心理咨询师使用的技术是()。

- A. 解释
- B. 释义
- C. 指导
- D. 面质

单选: 78. “当您的女儿再咬手指的时候, 您别批评她……比如让她自己决定当晚看什么课外书, 第二天穿什么衣服等。”在这段表述中, 心理咨询师使用的技术是()。

- A. 解释
- B. 说明
- C. 指导
- D. 面质

多选: 79. 在本案例中, 求助者请求心理咨询师到家中对其女儿进行帮助, 心理咨询师恰当的做法是()。

- A. 婉言拒绝
- B. 应邀前往
- C. 请示上级咨询师
- D. 请求助者带女儿前来咨询

多选: 80. 阳性强化法主张()。

- A. 又奖又罚
- B. 奖励正常行为
- C. 不奖不罚
- D. 漠视异常行为

- 多选: 81. 阳性强化法可以用来解决儿童的()问题。
A. 偏食 B. 孤独 C. 多动 D. 学习困难
- 多选: 82. 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

案例八

一般资料: 求助者, 男性, 24 岁, 硕士研究生。

案例介绍: 求助者是一所名牌大学的硕士研究生, 成绩优异, 准备去国外攻读博士学位。让他没想到的是, 他的女友坚决反对其出国留学, 希望和他早点组织家庭, 不想两地分隔。几个月前, 求助者和女友发生了激烈的争吵, 两人随即陷入冷战, 求助者很苦恼。随后得知自己留学申请未被接受, 无奈之下只能参加本校的博士生入学考试, 但由于准备不足, 未能考取。最近两个多月来, 求助者一直郁郁寡欢, 心情烦躁, 注意力不集中, 记忆力下降, 学习效率明显下降, 连硕士论文也只是勉强完成。借故不与同学、朋友交往, 甚至连毕业聚餐都没有参加。导师担心他一直这样消沉下去, 劝说他来寻求心理帮助。

心理咨询师观察了解到的情况: 求助者在知识分子家庭长大, 自小学习成绩优异, 争强好胜, 追求完美。

- 多选: 83. 该求助者的情绪症状包括()。
A. 愤怒 B. 易发脾气 C. 烦躁 D. 情绪低落
- 多选: 84. 该求助者与认知有关的症状包括()。
A. 焦虑 B. 记忆力下降
C. 抑郁 D. 注意力不集中
- 多选: 85. 该求助者社会功能受损的指标包括()。
A. 考博士失利 B. 学习效率下降
C. 与女友吵架 D. 回避同学聚会
- 多选: 86. 该求助者所遭遇的负性生活事件包括()。
A. 考博士失利 B. 回避同学聚会
C. 与女友冷战 D. 出国申请被拒
- 多选: 87. 该求助者的心理状态属于()。
A. 心理正常 B. 心理健康 C. 心理异常 D. 心理不健康
- 单选: 88. 对该求助者的初步诊断最可能的是()。
A. 一般心理问题 B. 严重心理问题
C. 躯体性疾病 D. 精神病性问题
- 多选: 89. 引发该求助者心理问题的可能原因包括()。
A. 人格特征 B. 与女友冷战
C. 考试失利 D. 出国申请未被接受
- 多选: 90. 该求助者的人格特征包括()。
A. 争强好胜 B. 追求完美 C. 谨小慎微 D. 优柔寡断

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	26	18	14	20	14	78		50	14	32	25	24		量表分	79	55	134
量表分	15	11	12	13	12	16	79	12	11	10	12	10	55	智商	120	113	118

- 多选: 91. 根据测验结果, 下列说法正确的包括()。
A. 言语部分的代表性测验百分等级均不低于 84
B. 有 5 个分测验成绩高于常模平均数一个标准差
C. 施测时对其答对的项目应予以肯定
D. 词汇分测验的百分等级为 98
- 多选: 92. 根据该求助者的测验结果, 可以判断其()能力很强。
A. 言语理解 B. 知觉组织
C. 抽象思维 D. 辨认空间关系
- 单选: 93. 根据测验结果, 该求助者的 VIQ 的智力等级为()。
A. 低于平常 B. 平常 C. 高于平常 D. 超常

案例十

下面是某求助者的 MMPI 的测验结果:

量表	Q	L	F	K	Hs	D	Hy	Pd	Mf	Pa	Pt	Sc	Ma	Si
原始分	1	5	28	12	19	45	32	18	26	16	28	29	16	44
K 校正分														
T 分	43	47	70	47	71	87	68	47	46	58	62	55	45	63

- 单选: 94. 根据中国常模, 该求助者可能有病理性异常表现的临床量表是()。
A. 7 个 B. 5 个 C. 3 个 D. 2 个
- 多选: 95. 从测验结果来看, 该求助者可能存在的症状包括()。
A. 自杀倾向 B. 退缩、不善交际、屈服
C. 对身体功能的不正常关心 D. 用转换反应来对待压力
- 多选: 96. 关于该项测验, 正确说法包括()。
A. 对于全量表来说, 若 Q 量表原始分超过 30 分则答卷无效
B. 轻躁狂量表 K 校正分是 18
C. 该量表分为城市和农村两个版本
D. 按照求助者以前有过的想法作答

案例十一

下面是某求助者的 SCL-90 测验结果:

总分 202

阴性项目数 27

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	1.6	1.7	3.0	2.4	2.6	2.5	1.7	2.7	2.4	2.0

- 多选: 97. 该求助者的测验结果显示()。
A. 有某些无法静息、神经过敏等症状
B. 有某些思维症状, 如被动体验与夸大等

- C. 有某些不自在感和自卑感
D. 可能有一般的感知障碍

单选：98. 该求助者的阳性项目均分是()。

- A. 2.3 B. 2.5 C. 2.7 D. 2.8

案例十二

下面是某求助者的 EPQ 的测验结果：

	粗分	T 分
P	5	60
E	11	62
N	12	70
L	3	40

多选：99. 根据测验结果，可以判断该求助者为()。

- A. 倾向外向型 B. 典型外向型 C. 多血质类型 D. 胆汁质类型

多选：100. 以下说法正确的包括()。

- A. 该求助者可能比较难以适应外部环境
B. EPQ 原始分的转化是换算出标准十分
C. 该求助者遇到刺激可能会有强烈反应
D. EPQ 成人问卷适用于 16 岁以上的受测者

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，42 岁，外资企业高级管理人员。

案例介绍：多年前，求助者的妻子出国留学，定居国外后向求助者提出离婚。离婚时，女儿判给求助者抚养。由于担心自己再婚会让女儿受委屈，求助者一直没有考虑个人问题，独自带着女儿生活多年。几个月前，求助者得知读高中的女儿谈了恋爱，非常生气，并严肃地批评了女儿。让求助者没想到的是，女儿不仅丝毫没觉得自己有什么不对，还说求助者是“老古董”，并说，如果求助者再干涉她的恋爱自由，她就要去国外和她妈妈一起生活。

女儿的话让求助者又生气又伤心，觉得为女儿付出这么多，但在女儿心中自己居然不如前妻，这让他实在受不了。最近三个多月，求助者经常生闷气，还出现了头痛、失眠等情况，工作效率也大大下降。尤其看到谈恋爱的高中生，就会联想起女儿恋爱的事情，进而出现情绪波动。

心理咨询师观察了解到的情况：求助者好强，有责任心，工作认真负责，人际关系良好，身体健康，历年体检结果正常。

请根据案例回答以下问题：

- 一、请对该求助者做出初步诊断，并说明诊断依据。(30 分)
二、请对该求助者产生心理问题的原因进行分析。(20 分)
三、良好的咨询关系对心理咨询有哪些重要意义?(20 分)
四、在本案例中，心理咨询师对求助者积极关注时，应该注意哪些事项?(30 分)

答案及解析

第一部分 技能选择题

1. C “您好！外边挺冷的，我给您倒杯热水，您稍稍休息一下我们才开始谈。”这段话中咨询师能够灵活把握环境特点，贴近求助者，营造了热情、温暖的气氛，倒热水的行为体现了咨询师热情、耐心、周到、细致的态度，能使求助者感受到咨询师的关心和温暖，感到自己得到最友好的接待，为接下来的咨询奠定了良好的基础。

2. C 在心理咨询实践中，心理咨询师采用具体化时涉及两个方面的工作：①澄清具体事实；②澄清求助者谈话中某些词汇的具体含义。材料中求助者说“我就是想请您帮帮我，我现在都快要崩溃了”，问题表达模糊不清，故咨询师需要使用具体化来澄清。而过分概括强调的是以偏概全的思维方式，比如把对个别事件的意见上升为一般性的结论，把对事的看法发展到对人的看法等情况，这种情况也需要使用具体化技术。

3. C 材料中求助者表现出的主要情绪是焦虑，尤其是对儿子的学习，“真是急死人了”正是这一情绪的体现。

4. B 多重问题是对一件事从几个方面同时提出问题的做法，往往表现出心理咨询师急躁和没耐心，是那些没有经验和缺乏训练的咨询人员的表现。出现这种连珠炮性质的问题，会使求助者不知所措，只能回答他认为最重要的一个方面。

5. AD 不合理信念有三个典型特征：绝对化的要求、过分概括化和糟糕至极。A 项，“儿子就应该好好学习，必须听我的话”属于绝对化的要求。D 项，“现在孩子初二了，人家都说初二特别关键，一旦跟不上就肯定上不了好高中，那以后上大学、找工作就都麻烦了”属于糟糕至极的信念。过分概括化是一种以偏概全的不合理的思维方式，就好像是以一本书的封面来判定它的好坏一样，材料中并未体现。

6. D 代币法是行为疗法中运用最广泛的方法之一，也称表征性奖励制。用奖励强化所期望的行为，用惩罚消除不良行为而达到目的。代币法就是运用代币并编制一套相应的激励系统来对符合要求的目标行为的表现进行肯定和奖励。代币起着表征的作用，只是一个符号，在小学里尤其是以小红花，五角星等等为代表，也可以是记分卡、点数等等，可以根据情况灵活运用。案例中的母亲表述：“……刚上小学的时候是用物质奖励，只要他回家马上写作业，我就给他一个小红旗，攒够 10 个，我就给他买一个他喜欢的玩具……”这属于代币管制法。

7. AB A 项，咨询师对求助者的主要言谈、思想加以综合整理，再反馈给求助者，属于内容反应或释义；B 项，咨询师反映求助者叙述中的情感内容，使用了情感反应技术。解释技术指运用心理学理论来描述求助者的思想、情感和行为的原因、实质等，或对某些抽象复杂的心理现象、过程等进行解释；情感表达技术就是咨询师将自己的情绪、情感及对求助者的情绪、情感等，告之求助者，以影响求助者。

8. AC A 项，咨询师让求助者回答具体的方法，属于开放式提问；C 项，案例中咨询师通过提问想进一步了解求助者在培养儿子学习习惯上做了什么工作，将问题具体化，属于具体化技术。

9. AD 内容反应是咨询师反映求助者的叙述。封闭式提问是回答只能在固定的答案中进行选择。“您为孩子的学习花费了很多心血”是咨询师对求助者所述内容的一个概括性总结；“你是一个人带孩子吧”，这个问题的回答只能是“是”或者“不是”，属于封闭式提问。

10. B 情绪型沉默由求助者的气愤、恐惧或羞愧等情绪所致，就像求助者害怕出现某种情况。例如当谈论自己不愿谈及的话题时，沉默表达了这样一种信息：“我不愿涉及这个话题”。咨询师两次提问都是关于求助者丈夫的事情，从案例中可以推测出求助者对丈夫的行为不满，沉默表示她不

愿涉及此话题。

11. B 咨询师在暗示求助者,把孩子带好需要夫妻双方努力,属于修饰性反问。修饰性反问即带有暗示的反问,修饰性反问实际上并不构成问题,因为它不需要回答也无法回答。这样的问题常常会使用会谈陷入僵局。

12. AB 宣泄型求助者只是为了宣泄一时的剧烈情绪,他们需要一个宣泄的对象,在倾诉时往往犹如倾盆大雨、排山倒海般。倾吐型求助者与宣泄者相仿,日常生活中他们多有不快而又缺乏倾吐的对象,倾吐的闸门一开,便一发不可收拾,把积压多年的大大小小的不满、烦恼、伤心都通通讲出来。表现型求助者总是滔滔不绝地发表意见,乃至对心理咨询及心理咨询师品头论足,但很少谈论自己。表白型求助者面谈时一味的谈别人的不是,他们来咨询只是为了证明自己没有问题,有问题是别人的问题。材料中求助者向咨询师说了很多关于自己的事情,表达了自己的不满,宣泄自己的强烈情绪,属于倾吐型和宣泄型。

13. B “那您对他的行为一定很愤怒吧?”这是咨询师观察求助者得出的信息,求助者的表达传递出了自己对于丈夫的愤怒,咨询师以提问的方式总结求助者的情绪特征是情感反射或情感反应。而情感表达是咨询师告知求助者自己的情绪、情感活动状况。情感表达是咨询师表达自己的喜怒哀乐,情感反应是咨询师反映求助者叙述中的情感内容。

14. C “从孩子上学一直到现在,您一直为孩子的学习习惯问题着急。那目前孩子的学习成绩怎么样?您都用过什么方法?您究竟想给孩子培养什么样的习惯呢?”这段话中咨询师使用了多重提问技术。多重问题是对一件事从几个方面同时提出问题的做法,往往表现出心理咨询师急躁和没耐心,是那些没有经验和缺乏训练的咨询人员的表现。出现这种连珠炮性质的问题,可以使求助者不知所措,只能回答他认为最重要的一个方面。

15. BCD 头痛、胸闷和食欲下降都是材料中提到的求助者的躯体症状。A项心烦是对躯体症状的一种感知,属于情绪症状。

16. AD 引发求助者产生心理问题的原因包括生理、心理和社会因素。A项,父母期望过高,给求助者带来很大的心理压力,属于社会因素;D项,求助者内向,好胜心强等人格特点,属于心理因素;C项,案例中没有提到求助者的工作负担问题。B项,内心痛苦是心理问题的表现。

17. AB “求助者内向,好胜心强”,可以看出该求助者的性格特点是内向与好强。

18. C 中度社会功能受损者的工作学习与人际交往明显下降,不得不减轻工作或者改变工作,或只能部分工作,或某些社交场合不得不尽量避免。本案例求助者“现在经常借故不参加各种聚会,在工作上也出现了几次较大的失误”,说明求助者的社会功能中度受损。

19. C 根据病与非病三原则,该求助者自知力完整,没有表现明显的精神病性症状,故排除精神病性障碍。求助者的心理问题源于“一想到自家灶台下的煤气表”就感觉躯体不适,进而引发不良情绪,其内心冲突属于变形,因而属于神经症或神经症性心理问题。根据许又新提出的神经症临床评定方法,该求助者精神痛苦无法自行摆脱,社会功能中度受损,但病程只有一个多月,可以初步诊断为可疑神经症。

20. BD 对于求助者应该全面而细致地搜寻资料,凡是材料之中未涉及但是有用的资料都应该搜集。材料已经提到求助者的社会功能受损,无器质性病变,故这两项资料无需再了解,而求助者的成长教育背景和婚姻状况都可能对其心理健康产生影响,故还需要进一步搜集。

21. ABD 验证临床资料可靠性的方法包括:①使用补充提问;②使用问卷和心理测量;③比较同一资料的不同来源。

22. A 直接诱发事件就是导致某种结果的直接原因。求助者为了给煤气表插卡续费爬进厨房的灶台下面,突然感觉胸闷、心悸、呼吸不畅,之后只要“一想到自家灶台下的煤气表”就感觉躯体不适,进而引发不良情绪,故给煤气表插卡续费是最直接地诱发事件。

23. AB A项,求助者知道丈夫背叛后极度愤怒,砸坏了丈夫所有的收藏品,撕掉了丈夫的照片;B项,求助者因女儿的意外去世而悲痛,又因丈夫的不忠而觉得自己命苦,没脸见人。后悔不

属于情绪症状。C项,求助者只有悲伤的情绪,并没有表现出思维迟缓、言语动作减少等表现,故不是抑郁。

24. BC 材料中表明求助者“吃不下饭、睡不着觉,经常胸闷、头晕”可知其躯体症状主要包括头晕和失眠。AD两项材料中并未提及。

25. D 求助者“砸烂了丈夫所有的收藏品,撕掉了丈夫的照片”是一种冲动行为。回避行为通常由恐惧情绪所主导,求助者“现在已无法工作”是社会功能严重受损的表现,并不是她回避工作的表现。

26. B 继时性叠加压力是指两个以上能构成压力的事件相继发生,后继的压力恰恰发生在第一个压力的第二阶段或第三阶段,这时,当事者体验到的压力称为继时性叠加压力。俗称“祸不单行”。该案例中的求助者还没有走出女儿去世的阴影便又迎来了丈夫不忠的噩耗,两种压力事件相继而来。

27. B 求助者的心理问题是 by 强烈现实刺激引起(女儿去世,丈夫不忠),心理冲突的性质是常形的,排除神经症及神经症性心理问题。该求助者内心痛苦而无法自行摆脱,现在已无法工作,社会功能严重受损,可以初步诊断为严重心理问题。创伤后应激障碍又称延迟性心因性反应,是指患者在遭受强烈的或灾难性精神创伤事件后,延迟出现、长期持续的精神障碍,主要表现为创伤性体验反复重现、对创伤性经历的选择性遗忘等表现,不符合该求助者的症状表现。

28. ABC D项,工作状况在文中已有表述“现在已无法工作”,而其他资料尚未提及,故需进一步了解。

29. ABC 求助者心理问题产生的原因主要有生理(38岁女性)和社会(女儿去世、丈夫出轨)两个方面。在该案例中,无法得知求助者的性格是懦弱的。

30. AC 咨询的近期目标主要是解决情绪问题和相关行为问题。A项求助者目前心境较为低落,改善负性情绪进而可以提高工作效率;C项,案例描述中未提及求助者的自我反思,只是一味指责丈夫,认知方面也出现偏差,也需要改善。D项是咨询的长远目标,而B项不属于心理咨询目标的范畴。

31. ABCD 咨询关系的建立受到咨询师与求助者的双重影响。就求助者而言,其咨询动机、合作态度、期望程度、自我觉察水平、行为方式以及对咨询师的反应等,会在一定程度上左右咨询关系。就咨询师而言,其咨询态度对咨询关系的建立和发展具有更为重要的影响。

32. D 求助者带来的视频资料触及到他人的隐私,在这种情况下,咨询师没有权力观看,只能婉拒。

33. A 幻听是知觉障碍的一种形式,包括言语性和非言语性的幻听。言语性幻听可分为:命令性幻听、评论性幻听、争论性幻听;非言语性幻听属原始性幻听,如机器轰鸣声、流水声、鸟叫声等。该求助者说夜间听到窗外有人密谋属于言语性幻听。功能性幻觉指在某个感觉器官处于功能活动状态的同时出现的幻觉,比如患者在听收音机时,同时听到骂他的声音,关闭收音机,便听不到骂他的声音。思维鸣响表现为患者能听到自己所思考的内容。

34. AB 关系妄想指患者把实际与他无关的事情,认为与他本人有关系。被害妄想指患者坚信周围某人或某些团伙对他进行跟踪监视、打击、陷害,甚至在其食物和饮水中放毒等。材料中说到求助者现在“白天不敢自己出门,出门之后就会被街上所有的人指指点点,或者被人跟踪”(被害妄想),觉得那些在她家周围卖菜的、卖报纸的、收废品的人都是经过乔装改扮来监视她的人(关系妄想)。特殊意义妄想的患者认为周围人的言行、日常的举动,不仅与他有关,而且有一种特殊的含义,比如某男性患者回家后见妻子在逗小孩玩,边滚煮熟的鸡蛋,边说“滚蛋,滚蛋”,意思是让他“滚蛋”。而该案例中求助者的邻居并没有表现某种举动来让求助者觉得对她有特殊意义。

35. C 夸大妄想指患者夸大自己的财富、地位、能力、权利等。该求助者自认为写下的五千万就是真正的五千万,极度夸大自己的能力。

36. B 意志缺乏表现为对任何活动都缺乏动机、要求,生活处于被动状态,处处需要别人督

促和管理,严重时本能的要求也没有,行为孤僻、退缩。且常伴有情感淡漠和思维贫乏。该求助者生活懒散、不收拾屋子,这是意志缺乏的表现。

37. ACD A项,该案例中的求助者出现了幻听,属于知觉障碍的一种。C项,求助者坚持认为自己没病,出现了自知力障碍;D项,求助者出现了多种妄想,属于思维内容障碍。思维形式障碍包括联想障碍和思维逻辑障碍,材料中未表现出相关症状。

38. A 根据病与非病三原则,该求助者主客观世界不统一,丧失自知力,且表现出严重的精神病性症状,已经不属于正常心理的范围,是一种精神病性的障碍。

39. A 求助者“听到窗外有人密谋杀害自己并抢夺自己的巨额财产”,但是实际上并无此事,是求助者的幻听,表明其主客观世界已经不统一。

40. ABCD 心理咨询师通过收集、整理资料(包括测验),初步判断该求助者为精神病性障碍,已经超越心理咨询的范围,应当进行心理测验确定障碍类型而后转至精神科进行治疗。

41. C 求助者的心理问题由女友拒绝求婚这一刺激性事件引起,心理冲突属于常形,排除神经症及神经症性心理问题。该求助者内心痛苦无法自行摆脱,辞掉工作,呆在家里不愿意见人,社会功能受到了严重损害,病程三个月,故初步诊断为严重心理问题。

42. A 该案例咨询过程处在合理情绪疗法的心理诊断阶段,咨询师要向求助者解说合理情绪疗法关于情绪的ABC理论,即A是诱发事件,B是不合理信念,C是情绪或行为的表现。引起人们情绪困扰的并不是外界发生的事件,而是人们对事件的态度、看法、评价等认知内容。

43. AB 合理情绪疗法的原理主要在于帮助改变求助者的不合理信念,建立合理的信念。而改变由不合理信念引发的失调行为也是心理学范畴的近期目标。合理情绪疗法不鼓励情绪宣泄,认为这会强化求助者的问题,使其陷入自己的情绪困扰中而不能正视自己的问题。心理成长属于心理咨询的长远目标。

44. AC 在ABC理论中,A代表诱发事件;B代表个体对这一事件的看法、解释及评价即信念;C代表继这一事件后,个体的情绪反应和行为结果。案例中的求助者求婚失败导致其辞去工作,并且引发一系列不良的躯体反应,这些是诱发事件导致的结果。

45. BD 黄金法则是指像你希望别人如何对待你那样去对待别人,这是一种理性观念。而反黄金法则则是指相反的情况,我对别人怎样,别人必须对我怎样或别人必须喜欢我和接受我,这是不合理的、绝对化的要求。绝对化要求是指个体以自己的意愿为出发点,认为某一事物必定会发生或不会发生的信念。求助者认为自己求婚女友就该答应,反映了其反黄金规则和绝对化要求。

46. BCD 不合理信念主要有三个特征:绝对化要求、糟糕至极、过分概括化。绝对化要求是指个体以自己的意愿为出发点,认为某一事物必定会发生或不会发生的信念。过分概括化是一种以偏概全的不合理的思维方式,就好像是以一本书的封面来判定它的好坏一样。糟糕至极是一种把事物的可能后果想象、推论到非常可怕、非常糟糕,甚至是灾难结果的非理性信念。“我求婚,女友就应该答应”表现了求助者绝对化要求;“我精心准备了那么浪漫的一个仪式,她却毫不领情,并且连一点面子都没给我留。我做男人的尊严全都被她毁了,这辈子都抬不起头了”表现了求助者过分概括化的认知和糟糕至极的信念。

47. ABCD 在再教育阶段,咨询师可继续使用与不合理信念辩论的技术,合理情绪想象的方法以及各种认知性、情绪性和行为方面的家庭作业。除此之外,咨询师还可应用技能训练,使求助者学会更多的技能,提高他应对各种问题的能力,这也有助于改变他们那些不合理的信念,强化新的、合理的观念。这类训练具体包括自信训练、放松训练、问题解决训练和社交技能训练。

48. BCD 在合理情绪疗法中,咨询师是一个指导者、说服者、分析者,也是权威的信息提供者和与求助者非理性观念对抗的辩论者,而不是监督者,咨询师不能干预介入到求助者的生活。

49. B 解释技术指运用心理学理论来描述求助者的思想、情感和行为的原因、实质等,或对某些抽象复杂的心理现象、过程等进行解释。释义技术即内容反应技术,是指咨询师把求助者陈述的主要内容经过概括、综合与整理,用自己的话反馈给求助者,以达到加强理解、促进沟通的目的。

咨询师在这段话中介绍了合理情绪疗法的原理,属于解释技术。

50. B 咨询师介绍完合理情绪疗法的原理之后,求助者提出“我没觉得我有什么不合理的信念,您能指出什么地方体现出我的不合理信念吗?”由此可知接下来咨询师应协助求助者寻找不合理信念。

51. ABC 案例材料中求助者表示自己“最近总感到紧张”、“经常感到紧张、烦躁,还出现了入睡困难、头痛等症状,明显影响到学习效率”,由此可知,该求助者出现了紧张烦躁和焦虑的情绪症状。

52. BC 求助者表示自己“还出现了入睡困难、头痛等症状”,表明求助者的躯体症状有头痛和失眠。

53. C 在ABC理论中,A代表诱发事件;B代表个体对这一事件的看法、解释及评价即信念;C代表继这一事件后,个体的情绪反应和行为结果。该求助者因第一轮选拔考试的成绩不理想而导致心情紧张,担心第二轮考试的复习情况,由此引发一系列情绪及生理症状,可见A为第一轮选拔考试成绩不理想。

54. ACD 材料中求助者自述“第一轮选拔虽然入选,但成绩很不理想……而且越是睡眠不好,就越担心影响我的复习,就更加紧张、烦躁。心情越来越差,还经常头痛。这些情况让我的学习效率大大下降……”,表明求助者的C为为烦躁、紧张和学习效率下降。而B项选拔考试失利是诱发事件。

55. BCD ABC理论认为引发求助者心理问题的原因是不合理信念,而并非诱发事件本身。求助者觉得自己在学习方面必须表现的比别人好,必须通过这次的选拔考试,故因第一轮考试表现不理想而导致特别担心第二轮考试,出现一系列情绪和生理症状,她的这种对自己学习方面的要求正是其不合理信念、歪曲认知、非理性思维。

56. BD 不合理信念的主要特征是绝对化的要求、过分概括化以及糟糕至极。绝对化的要求是指个体以自己的意愿为出发点,认为某一事物必定会发生或不会发生的信念,求助者认为“我必须比他们所有的人都要表现得好”是绝对化要求的表现;过分概括化是一种以偏概全的不合理的思维方式,就好像是以一本书的封面来判定它的好坏一样,求助者认为自己“要是连百米达标这点小事都做不好,那真是一无是处了”,这是过分概括化的表现。贴标签和错贴标签是指根据缺点和以前犯的错误来描述一个人和定义一个人的本质;个性化是指在没有根据的情况下将一些外部事件与自己联系起来的倾向,这两项都是贝克提出的认知歪曲的表现。

57. ABD 材料中咨询师通过初诊接待已得知求助者的情绪症状,不需进一步了解,而其他几项的资料都可能对求助者的心理健康产生影响,故需进一步搜集。

58. BCD 求助者自述“学习效率大大下降,根本没法正常备考”,表明求助者的社会功能受损;求助者现在“每天都很紧张,几乎每晚都要到凌晨2点多才能入睡,而且越是睡眠不好,就越担心影响我的复习,就更加紧张、烦躁。心情越来越差,还经常头痛”,表明其负性情绪明显;求助者觉得自己“必须比他们所有的人都要表现得好,就像这次考试也必须通过才可以”、“要是连百米达标这点小事都做不好,那自己真是一无是处了”,这些都属于认知错误。求助者的人格特点在材料中并没有明确体现。

59. C 根据求助者自述“三个月前,学校准备挑选一批优秀的学生去国外做交换生。我特别想争取到这个机会……”可知,该求助者症状的持续时间为三个月。

60. ABCD 求助者情绪表现为紧张、烦躁、心情越来越差,SAS可以用来测评其是否存在焦虑情绪及情绪症状严重程度;除了情绪症状,求助者还有失眠、头痛等生理症状,SCL-90可以用来测评求助者各种具体的症状表现及严重程度;而EPQ和16PF有助于了解求助者的人格特点。

61. B 根据病与非病三原则,求助者自知力完整,没有明显的精神病性症状,排除精神病性问题;求助者的心理问题由重大现实问题(第一轮选拔考试表现不理想)引起,心理冲突属于常形,排除神经症性心理问题;求助者初始情绪反应强烈,内心极度痛苦不能自行摆脱,社会功能受损,

持续时间为三个月，故初步诊断为严重心理问题。

62. AD 心理咨询解决心理问题和相关的行为问题，故改变求助者的不良认知和改善负性情绪是恰当的咨询目标。

63. ABD 咨询师在初诊接待时应间接询问求助者希望得到哪方面的帮助，不可直接逼问，“请问我能为你提供什么帮助吗”属于间接提问；开放式提问是指咨询师的提问没有预设的答案，求助者也不能简单地用一两个字，或一两句话来回答，“你能谈谈是什么事情让你感到紧张，并出现睡眠方面的问题吗”是一种开放式的提问；封闭式提问是指咨询师提出的问题带有预设的答案，求助者的回答不需要展开，从而使咨询师可以明确某些问题，“你的意思是，你必须比与你要好的同学考得好，对吗？”是一种封闭式的提问。

64. AD 心理咨询过程中，倾听是必不可少的，是交谈的基础；具体化技术指咨询师协助求助者清楚、准确地表述他们的观点以及他们所用的概念、所体验到的情感以及所经历的事情，“你能谈谈是什么事情让你感到紧张”是具体化技术的使用。指导技术指咨询师直接地指示求助者做某件事、说某些话或者以某种方式行动；解释技术指运用心理学理论来描述求助者的思想、情感和行为的原因、实质等，或对某些抽象复杂的心理现象、过程等进行解释，这两种技术材料中均没有涉及。

65. C 控制会谈和转换话题的技巧很多，最常用的方法是释义，所谓释义，就是征得求助者同意后，把求助者的话重复一下并做解释，解释完以后，立即顺便提出另一个问题，这样会使求助者感到很自然，感到心理咨询师的问题提得合理。材料中咨询师转移话题的提问是“因此你经常感到紧张、烦躁，还出现了入睡困难、头痛等症状，明显影响到学习效率。那你能谈谈你是在什么时候，第一次因为学习方面的事情而出现紧张情绪和睡眠问题的吗”，这是释义技术的应用。

66. AB 该阶段是心理诊断阶段，咨询师的主要任务是根据ABC理论对求助者的问题进行初步分析和诊断，通过与求助者交谈，找出他情绪困扰和行为不适的具体表现(C)，以及与这些反应相对应的诱发事件(A)，并对两者之间的不合理信念(B)进行初步分析。这实际上就是一个寻找求助者问题的ABC的过程。当然，在寻找ABC之前还需向求助者解说该理论的具体内容。

67. ABC 在领悟阶段咨询师需要帮助求助者达到三种领悟：①使他们认识到是信念引起了情绪及行为后果，而不是诱发事件本身；②他们应对自己的情绪和行为反应负责任；③只有改变了不合理信念，才能减轻或消除他们目前存在的各种症状。

68. D 与不合理信念辩论是合理情绪疗法中最常用最具特色的方法，它来源于古希腊哲学家苏格拉底的辩证法，即所谓“产婆术”的辩论技术。苏格拉底的方法是让你说出你的观点，然后依照你的观点进一步推理，最后引出谬误，从而使你认识到自己先前思想中不合理的地方，并主动加以矫正。这种辩论的方法是指从科学、理性的角度对求助者持有的关于他们自己、他人及周围世界的不合理信念和假设进行挑战和质疑，以动摇他们的这些信念。

69. ABCD 在再教育阶段，咨询师可继续使用与不合理信念辩论的技术，合理情绪想象的方法以及各种认知性、情绪性和行为方面的家庭作业。除此之外，咨询师还可应用技能训练，使求助者学会更多的技能，提高他应对各种问题的能力，这也有助于改变他们那些不合理的信念，强化新的、合理的观念。这类训练具体包括自信训练、放松训练、问题解决训练和社交技能训练。

70. ACD 合理情绪疗法对那些年纪较轻、智力和文化水平较高的人更有效果。但这也意味着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，则可能难以奏效。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所能提供的帮助也是有限的。

71. B 求助者希望咨询师能帮助解决女儿咬手指的坏毛病，可见求助者女儿的主要问题是咬手指。

72. BC 文中提到求助者的教育形式有“批评”和“不理不睬”。惩罚是对不期待的行为动作进行惩罚的做法。消退技术指一种停止对某种行为的强化，从而使行为逐渐消失的治疗技术。“批评”是一种惩罚，而“不理不睬”是一种消退。增强法即强化法，包括正强化和负强化，正强化是指给予

正性强化物(即人所喜欢的刺激)；负强化是指撤销惩罚物(即人厌恶的刺激)，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，是咨询师建议求助者实施的方法。

73. D 材料中求助者在听完咨询师对其女儿咬手指的原因分析之后陷入沉默，这表明她正在反复体会心理咨询师的谈话内容，此时的沉默属于思考型沉默，而且沉默之后的回复也表明了求助者思考过后有所领悟。

74. CD 共情也叫做投情、神入、同感心、同理心、通情达理、设身处地等等，是指咨询师对求助者内心世界的理解及体验，“我也是母亲，因此我非常理解您作为母亲的这种心情”是咨询师对求助者的共情。积极关注是咨询师对求助者言语和行为的积极、光明、正性的方面予以关注，从而使求助者拥有积极的价值观，拥有改变自己的内在动力，材料中并未体现。正视现实即面质技术，属于咨询技术的影响性技术，而非咨询态度。

75. BD “您能具体谈谈是怎么回事吗”是开放式的提问技术；“您女儿在学校咬手指吗”属于封闭式提问。内容反应技术，也称释义技术或说明，是指咨询师把求助者陈述的主要内容经过概括、综合与整理，用自己的话反馈给求助者，以达到加强理解、促进沟通的目的；情感反应技术是指咨询师把求助者所陈述的有关情绪、情感的主要内容经过概括、综合与整理，用自己的话反馈给求助者，以达到加强对求助者情绪、情感的理解，促进沟通的目的，材料中并未体现这两种技术的应用。

76. ABC 影响性技术包括面质、解释、指导、情感表达、内容表达、自我开放、影响性概述、非言语行为的运用等。内容表达是指心理咨询师向求助者传递信息、提出建议忠告、给予保证、进行反馈等，内容表达是心理咨询师表达自己的意见，材料中最后一段所述咨询师的建议就是内容表达。自我开放是指心理咨询师提出自己的情感、思想、经验与求助者共同分享；情感表达是咨询师告知自己的情绪、情感活动状况，让求助者明白。“我也是母亲，因此我非常理解您作为母亲的这种心情，也替您感到着急”就是自我开放和情感表达。正视现实即面质技术，材料中并未涉及。

77. A 解释技术指运用心理学理论来描述求助者的思想、情感和行为的原因、实质等，或对某些抽象复杂的心理现象、过程等进行解释。释义技术即内容反应技术，是指咨询师把求助者陈述的主要内容经过概括、综合与整理，用自己的话反馈给求助者，以达到加强理解、促进沟通的目的。案例材料中，咨询师运用自己的心理学知识向求助者进行解释青春期叛逆心理的表现，这是解释技术的应用。

78. C 指导是指心理咨询师直接指示求助者做某件事、说某些话或以某种方式行动。这段话中，咨询师直接告诉求助者具体的实施办法，因而是指导技术的运用。

79. ACD 面对求助者提出的超越咨询关系的请求，咨询师应委婉拒绝或者请示督导进一步商议，但是绝不可私自应邀前往。

80. BD 阳性强化法是建立、训练某种良好行为的治疗技术或矫正方法，也称为“正强化法”或“积极强化法”。通过及时奖励目标行为，忽视或淡化异常行为，促进目标行为的产生。

81. AC 阳性强化法是建立、训练某种良好行为的治疗技术或矫正方法。BD 两项不属于行为问题，无法使用阳性强化法。

82. BCD 行为疗法是在心理学实验的基础上建立和发展起来的；也就是在遵循科学的前提下，根据经典条件反射、操作性条件反射、学习理论和强化学说等原理，采用程序化的操作程序，帮助求助者消除不良行为，建立新的适应行为。认知理论是认知疗法的理论基础。

83. CD 求助者“郁郁寡欢，心情烦躁”是烦躁和情绪低落的表现。AB 两项材料中并未提及。

84. BD 与认知有关的症状涉及信息加工的问题，比如注意、思维、记忆等，“注意力不集中，记忆力下降”是该求助者的认知症状。焦虑和抑郁属于情绪症状。

85. BD 社会功能受损通常是指正常的学习、工作、日常生活以及人际关系等方面出现问题。该求助者学习效率下降，回避与同学的聚会，这些是社会功能受损的指标。而AC 两项是引发心理问题的刺激性事件。

86. ACD 负性生活事件就是当事人对之感到痛苦和苦恼的事情，同时会引发焦虑抑郁等消极

情绪体验。B 项是遭受负性生活事件产生的不良后果,是社会功能受损的表现。

87. AD 根据区分心理正常和异常的三原则可知该求助者各方面心理机能均正常,自知力完整,因而属于心理正常状态。另外,求助者出现负性情绪,社会功能受到损害,目前处于较大压力之下,是短时期的心理不健康状态。

88. B 根据病与非病三原则,求助者主客观世界统一,自知力完整,无明显精神病性症状表现,排除精神病性问题;求助者的心理问题由一系列重大生活事件引起,内心冲突为常形,排除神经症性问题;求助者目前处于负面情绪中无法自行解脱,社会功能中度受损,持续时间为两个多月,故可以初步诊断为严重心理问题。求助者的身体健康状况在材料中并未提及,故无法明确躯体性疾病的影响。

89. ABCD 引发心理问题的原因包括生理、心理和社会三方面原因。BCD 三项是社会原因,而 A 项是心理原因,生理方面的影响材料中并未涉及。

90. AB 材料中表明“求助者在知识分子家庭长大,自小学习成绩优异,争强好胜,追求完美”,可见其人格特征包括争强好胜,追求完美。

91. AD 各分测验量表分比平均分(10 分)高出一个标准差(3 分)时,对应的百分等级是 84,根据龚耀先发表的 WAIS-RC 简式量表,有代表性的言语分测验包括知识、相似性和词汇,而测验结果中言语部分的代表性测验最低分数为 13 分,表明言语部分的代表性测验百分等级均不低于 84;词汇分测验的量表分数为 16,高于平均数两个标准差,故百分等级为 98;量表分常模平均数为 10,标准差为 3,从测验结果中可知只有 3 个分测验成绩高于常模;在量表施测过程中不应干扰被试的选择,故不能给予受测者的答题任何回复。

92. AC 从得分情况上看,求助者在词汇、知识和相似分测验上的得分最高。词汇测验主要测量人的言语理解能力,与抽象概括能力有关,同时能在一定程度上了解其知识范围和文化背景;相似性测验主要用来测量逻辑思维能力、抽象思维能力与概括能力;知识分测验主要测量人的知识广度、一般的学习及接受能力、对材料的记忆及对日常事物的认识能力。知觉组织能力主要通过图形拼凑测验测量,而辨认空间关系能力主要通过木块图测验测量,该受测者在这两项上得分均不高。

93. D 根据测量结果可知 VIQ(言语智商)的智力分数为 120,120~129 的智力等级属于超常。

94. B MMPI 分量表的 T 分在 70 以上(按美国常模),或 T 分在 60 分以上(中国常模),便视为可能有病理性异常表现或某种心理偏离现象。临床量表结果中 T 分数大于 60 分的有 Hs、D、Hy、Pt、Si 等 5 个。

95. ABCD 从测验结果可知,求助者在 Hs、D、Hy、Pt、Si 这 5 个分量表中得分均高于常模。A 项,抑郁(D)与忧郁、淡漠、悲观、思想与行动缓慢有关,分数太高可能会自杀;B 项,社会内向(Si),高分者表现内向、胆小、退缩、不善于交际、过分自我控制、紧张、固执及自责;C 项,疑病(Hs)反映被试者对身体功能的不正常关心,得分高者即使身体无病,也总是觉得身体欠佳,表现为疑病倾向;D 项,癔症(Hy),评估用转换反应来对待压力或解决矛盾的倾向。得分高者多表现为依赖、天真、外露、幼稚及自我陶醉,并缺乏自知力。

96. AB A 项,如果被试 Q 量表的条目数(原始分)在临床量表部分大于 23 个条目,整个量表大于 30 个条目,则提示本次答卷可能无效;B 项,K 可以作为校正函数使用,在 Ma 的 K 校正分是 $Ma + 0.2K$, $Ma + 0.2K = 16 + 12 \times 0.2 = 18.4 \approx 18$;C 项,MMPI 没有进行城市和农村版本的划分;D 项,在 MMPI 施测过程中,如果受测者问,“有些想法以前有过,而现在没有了,该如何回答”,可以告诉他们以目前情况为准。

97. ABCD SCL-90 中任一因子分超过 2,则视为筛选阳性。结果显示项目分数大于 2 的有:人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、偏执、精神病性。A 项是焦虑的表现,B 项是偏执的表现,C 项是人际关系敏感的表现,D 项是精神病性的表现。

98. D 阳性症状均分:(总分-阴性项目数)/阳性项目数,表示受检者在“有症状”项目中的平

均得分。具体计算如下:(202-27)/(90-27)=2.78≈2.8。

99. BD 对于 EPQ 的测验结果,T 分范围为 43.3~56.7 分,称为中间型,T 分范围在 38.5~43.3 分或 56.7~61.5 分之间者,称为倾向型;T 分范围在 38.5 分以下或 61.5 分以上者,称为典型型。该求助者属于典型神经质型,典型外向型,EN 关系表现为外向而不稳定,属于胆汁质类型。

100. ACD A 项,求助者精神质(P)维度得分偏高,高分表现为不关心人,独身,常有麻烦,在哪里都感到不合适;B 项,EPQ 原始分转化为 T 分数而非标准十分;C 项,求助者 N(情绪的稳定性)量表得分偏高,高分者表现为容易情绪过激,对各种刺激的反应过于强烈,动情绪后难以平复。D 项,EPQ 问卷有儿童(7~15 岁)和成人(16 岁以上)两种版本。

第二部分 案例问答题

一、请对该求助者做出初步诊断,并说明诊断依据。

答:(1)初步诊断:严重心理问题。

(2)诊断依据:

①该求助者身体健康,可以排除器质性病变。

②根据区分心理正常与异常的心理原则,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,没有幻觉、妄想等精神病性症状,自知力完整,可以排除精神病性问题。

③该求助者心理问题由现实刺激引发,内心冲突为常形,可以排除神经症性问题。

④求助者的主要情绪症状为气愤和伤心,情绪反应尚在正常范围内,但看到谈恋爱的高中生就会出现情绪波动,情绪反应出现了泛化;心理问题超过三个月,但未满半年;工作效率下降,社会功能受损。

根据以上情况,可以将求助者的问题诊断为严重心理问题。

二、请对该求助者产生心理问题的原因进行分析。

答:引发求助者心理问题的主要原因包括生物因素、社会因素和心理因素。

(1)生理原因:男性,48 岁,处于中年期,个体在这一时期面临家庭、社会中的多重任务,担任着多种角色,故心理容易受到多方面的影响。

(2)心理原因:

①个性好强(人格特征)。

②存在不合理信念。比如,求助者“觉得为女儿付出这么多,但在女儿心中自己居然不如前妻”(绝对化要求)。

(3)社会原因:

①离婚,多年独自带着女儿生活。

②女儿不听劝阻谈恋爱,女儿声称要和妈妈一起生活等负性事件。

③缺乏有效的社会支持系统的帮助。

三、良好的咨询关系对心理咨询有哪些重要意义?

答:咨询关系也称治疗关系或帮助关系,是发生在咨询者和来访者之间的动态联系,是一种职业性的助人关系,它是整个咨询过程的一个重要部分。良好的咨询关系对心理咨询有着重要的影响:

(1)心理咨询人员与来访者之间,良好咨询关系的建立对临床资料的收集和后来的咨询效果有重要影响。

(2)良好咨询关系是取得理想咨询效果的条件和基础。

(3)良好的咨询关系能够减少来访者的防御心理,使来访者在咨询过程中提供真实、全面的信息。

(4)良好的咨询关系能够促使来访者接受咨询意见,并积极配合咨询师。

(5)良好的咨询关系能够让来访者充满希望。

(6)良好的咨询关系会增加来访者继续前来咨询的意愿。

四、在本案例中，心理咨询师对求助者积极关注时，应该注意哪些事项？

答：积极关注是对求助者的言语和行为的积极面予以关注，从而使求助者拥有正向价值观。为了有效地使用积极关注，应当注意以下几点：

(1) 积极关注就是辩证、客观地看待求助者

求助者往往带着自己扭曲的认知、消极的行为模式、负性的情绪等前来咨询，这就意味着咨询师需要在咨询中学会辩证、客观地看待求助者及其存在的问题，挖掘其积极、光明、正性的方面。

(2) 积极关注就是帮助求助者辩证、客观地看待自己

积极关注就是咨询师帮助求助者深化对自我的认识，从只注意失败、缺点和不足转移到客观、全面、准确地认识自己，帮助求助者挖掘自身积极、光明、正性的内容，发现自己的优点、长处，和所拥有的资源。

(3) 避免盲目乐观

盲目的乐观可能使咨询变成了一种形式的、教条化的反应，淡化了求助者的问题，同时也缺乏对求助者的共情。做好积极关注，咨询师不应泛泛而谈，而应针对求助者的实际问题，客观地引导求助者认识、分析其现有的不足，同时帮助求助者深化认识，认识到其拥有的资源。

(4) 反对过分消极

与盲目乐观相反，有些咨询师则是走向另一种极端，比如，“你所面临的困难确实很大，你的处境很不乐观，这样下去你会越来越糟糕的。”或许这句话确实反映了咨询师的心态。但若整个咨询过程中不断地用这种方式，求助者就会越来越消极，他可能会更沮丧、困惑或绝望。咨询的本质是给人以支持、鼓励和帮助，促使求助者在困境中崛起，消除迷茫，减轻或消除痛苦。因此，咨询师应始终立足于给人以光明、希望与力量，这就是积极关注的实质。咨询师的反应不能是纯自然的、纯客观的，应符合咨询的原则，应对求助者负责，应促进咨询的有效进行。

(5) 立足实事求是

积极关注应建立在求助者客观实际的基础上，不能无中生有，否则求助者会觉得咨询师是在用虚言安慰自己，是咨询师无能的表现，这样的积极关注会适得其反。咨询师在积极关注时应该实事求是，不能回避或淡化求助者的失败、缺点与不足等。

密
封
线
内
不
要
答
题