

2015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)

本部分由九个案例组成,请分别根据案例回答1~100题,共100题。每题1分,共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段涂黑。错选、多选、少选,试题不得分。

案例一

一般资料:求助者,男性,61岁,退休教师。

案例介绍:求助者的一位老朋友半月前因心脏病救治无效去世,求助者得知消息后当晚即感胸闷、心慌,出现入睡困难并容易惊醒的现象。经一周的住院检查,并未发现患心脏病的现象,但是患者还是怀疑自己得了冠心病,只是医院查不出来。因而情绪较低落,茶饭不思,身体越来越差,反复和家属交代后事,求助者家属要求医院心理科的帮助治疗。

多选:1. 该求助者的躯体症状包括()。

- A. 心慌 B. 长期失眠 C. 胸闷 D. 情绪低落

单选:2. 该求助者的情绪症状主要是()。

- A. 失眠 B. 情绪脆弱 C. 焦虑 D. 自杀观念

单选:3. 该求助者心理问题的关键是()。

- A. 患冠心病 B. 担心心脏疾病

- C. 患失眠症 D. 存在疑病妄想

单选:4. 该求助者的心理冲突属于()。

- A. 变形冲突 B. 趋避冲突 C. 常形冲突 D. 双趋冲突

多选:5. 心理咨询师在初诊接待中应了解该求助者的资料包括()。

- A. 婚姻史 B. 心脏检查结果

- C. 成长史 D. 冠心病的体验

多选:6. 心理咨询师对于该求助者的接纳应该包括()。

- A. 怀疑自己得病 B. 情绪较低落 C. 主动求助 D. 躯体症状

多选:7. 对于该求助者,恰当的咨询目标包括()。

- A. 改善情绪 B. 改变错误认知

- C. 改善睡眠 D. 促进心理成长

多选:8. 心理咨询师在本案例中应该注意的问题包括()。

- A. 关注求助者的隐私内容 B. 对求助者无条件的接纳

- C. 密切关注求助者的情绪 D. 随时调整求助者服药剂量

多选:9. 引发该求助者心理问题的原因包括()。

- A. 老年男性 B. 患冠心病 C. 认知偏差 D. 胸闷心慌

多选:10. 可以作为评估该求助者咨询效果的指标包括()。

- A. 焦虑已减轻

- B. 睡眠质量改善

- C. 心脏病好转

- D. 胸闷心慌改善

单选:11. 初诊接待中心理咨询师最主要的工作是()。

- A. 解决求助者的困扰

- B. 对求助者进行评估诊断

- C. 双方商定咨询目标

- D. 提供释放压抑的空间

多选:12. 咨询师在咨询过程中没有耐心倾听,并且责备求助者怕死,说明咨询师没有做到()。

- A. 尊重

- B. 热情

- C. 共情

- D. 积极关注

案例二:

一般资料:求助者:女性,32岁,已婚,会计。案例介绍:求助者在3个月突然发现丈夫有外遇,精神上受到强烈打击,从此每天痛哭流涕,吃不下饭,睡不好觉,认为自己全完了。尽管丈夫认了错,但她仍想离婚,认为男人没有一个是好东西。现在,如果丈夫回家晚了,她就再三审问,脾气越来越大。夜晚休息不好,白天上班打不起精神。做事心不在焉,以致工作上出差错,受到领导的批评,情绪更加烦躁不安。为了摆脱苦恼前来求助。心理咨询师观察了解到的情况:求助者衣着整齐,但愁眉苦脸,坐立不安。说话时条理清晰,说到伤心处情绪激动,多次哭泣。求助者出生在干部家庭,妈妈脾气大,经常向她发火。她从小就小心谨慎,好朋友不多。

单选:13. 该求助者的行为症状是()。

- A. 做事心不在焉

- B. 工作满不在乎

- C. 处事小心谨慎

- D. 一度决意离婚

单选:14. 该求助者的躯体症状是()。

- A. 头晕

- B. 激动

- C. 伤心

- D. 失眠

多选:15. 该求助者的情绪症状是()。

- A. 悲伤

- B. 焦虑

- C. 恐惧

- D. 愤怒

多选:16. 引发该求助者心理问题的原因包括()。

- A. 认知方式

- B. 人格特点

- C. 职业特点

- D. 生活事件

多选:17. 心理咨询师还应该重点了解的临床资料包括()。

- A. 成长环境

- B. 应对方式

- C. 人格特点

- D. 身体状况

单选:18. 对该求助者最可能的初步诊断是()。

- A. 一般心理问题

- B. 可疑神经症

- C. 严重心理问题

- D. 社交恐惧症

多选:19. 咨询过程中求助者大量叙述丈夫的过错,咨询师认为其出现了多话,这种多话的类型可能包括()。

- A. 表现型

- B. 倾吐型

- C. 表白型

- D. 宣泄型

多选:20. 案例中求助者表现出不合理信念的特征包括()。

- A. 过分概括化

- B. 追求完美

- C. 绝对化要求

- D. 糟糕至极

单选:21. 求助者认为“男人没有一个是好东西”,其不合理信念的特征是()。

- A. 归纳推理

- B. 绝对化要求

- C. 糟糕至极

- D. 过分概括化

单选:22. 该求助者对心理咨询师的理论方法持不信任态度,双方在匹配关系上是()。

- A. 欠缺型 B. 总结型 C. 冲突型 D. 匹配型

单选: 23. 本案例中, 如果咨询师使用合理情绪疗法, 工作的重点应该是()。

- A. 请求助者丈夫一起来咨询 B. 找准引发求助者心理困扰的事件
C. 教求助者缓解情绪的方法 D. 调整求助者对于事件的看法

单选: 24. 该求助者在说话的过程中多次出现情绪激动, 这是()。

- A. 讲话方式上的阻抗 B. 讲话内容上的阻抗
C. 讲话程度上的阻抗 D. 咨询关系上的阻抗

案例三

一般资料: 求助者, 男性, 28岁, 外企员工。案例介绍: 求助者高大英俊, 工作能力强, 人际关系好, 深受领导和同事的好评。求助者与女友是大学同学, 大学毕业后确立恋爱关系, 两人相恋5年, 感情融洽, 已谈及婚嫁, 三个月前, 求助者正准备为结婚购置婚房的时候, 女友却突然提出分手, 理由是两个人不合适。求助者竭力挽回这段爱情, 但女友坚持分手, 这让求助者受到很大打击, 两个多月来, 求助者想起结婚的事就郁郁寡欢, 心情烦躁, 最近食欲下降, 经常失眠, 工作时无精打采。工作效率明显下降, 有时还喝闷酒, 时常向家人发脾气, 说家人不能体会他的心情, 不够体谅自己。家人担心他一直这样消沉下去, 劝说他来寻求帮助。心理咨询师观察了解到的情况: 求助者是独生子, 家庭条件优越, 父母比较溺爱, 好强。

多选: 25. 该求助者的情绪症状包括()。

- A. 烦躁 B. 无精打采 C. 强迫 D. 心情郁闷

多选: 26. 该求助者的躯体症状包括()。

- A. 食欲下降 B. 失眠 C. 担心害怕 D. 头痛

多选: 27. 该求助者社会功能受损的表现包括()。

- A. 与女友分手 B. 工作效率下降
C. 有时喝闷酒 D. 对家人发脾气

多选: 28. 对该求助者还需重点了解的资料包括()。

- A. 对女友分手的认识 B. 以往恋爱情况
C. 对女友分手的反应 D. 自身经济状况

单选: 29. 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. 躯体性疾病 D. 精神病性问题

多选: 31. 关于心理咨询目标, 以下说法正确的包括()。

- A. 咨询师对求助者进行帮助, 最终促使其实现的目标
B. 求助者通过自我探索和自我改变, 努力去实现的目标
C. 咨询师、求助者双方共同要实现的目标
D. 咨询师、求助者双方共同商定的目标

多选: 32. 该求助者心理问题的特点包括()。

- A. 行为症状明显 B. 负性情绪严重
C. 社会功能受损 D. 人格障碍明显

多选: 33. 评估该求助者临床症状的严重程度, 可选用的心理测验包括()。

- A. SCL-90 B. SDS C. CSQ D. CRT

多选: 34. 在咨询过程中, 该求助者一再向心理咨询师说“您就直接告诉我该怎么办吧!”这说明该求助者出现了()。

- A. 依赖 B. 移情 C. 多话 D. 顺从

单选: 35. 在本案例中, 心理咨询师帮助求助者调整求助动机, 应该在心理咨询的()进行。

- A. 诊断阶段 B. 咨询阶段 C. 巩固阶段 D. 提高阶段

多选: 36. 在本案例中, 如果心理咨询师提问过多, 可能带来的消极作用包括()。

- A. 造成求助者依赖 B. 造成责任转移
C. 影响必要的概括和说明 D. 产生不准确信息

案例四

一般资料: 求助者, 男性, 15岁, 高中一年级学生。案例介绍: 求助者去年9月升入高中。第一学期期末考试时因为感冒发烧, 成绩不理想。一个多月前, 求助者在复习功课时头脑中突然出现“这次如果再考不好怎么办”的想法。求助者非常紧张, 努力集中精力学习, 可越是这样就越难以集中注意力, 还出现了头晕、头疼、记忆力下降的情况。求助者担心学习成绩会一直下降, 将来考不上大学、找不到好工作, 担心自己没有能力让父母安享晚年。这些担心让求助者紧张不安, 烦躁。只有在不想学习问题的时候, 心情才会好些。心理咨询师观察了解到的情况: 求助者内向, 追求完美, 父母对其严格要求。以往学习成绩优异。

单选: 37. 该求助者目前的心理状态主要是()。

- A. 恐惧 B. 焦虑 C. 抑郁 D. 强迫

多选: 38. 该求助者与认知有关的症状包括()。

- A. 注意力不集中 B. 烦躁不安 C. 记忆力下降 D. 情绪低落

单选: 39. 该求助者的病程是()。

- A. 一个月 B. 一年 C. 三个月 D. 半年

多选: 40. 引发该求助者心理问题的原因可能包括()。

- A. 父母要求严格 B. 考试失利
C. 紧张烦躁不安 D. 错误认知

多选: 41. 本案例中已了解的求助者的临床资料包括()。

- A. 人格特征 B. 病程长短 C. 躯体症状 D. 认知倾向

单选: 42. 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. 神经症性心理问题 D. 精神病性问题

多选: 43. 该求助者不合理信念的特征是()。

- A. 绝对化要求 B. 过分概括化 C. 糟糕至极 D. 追求完美

单选: 44. 该求助者面对的压力源是()。

- A. 生物性压力源 B. 精神性压力源
C. 社会性压力源 D. 叠加性压力源

多选: 45. 该求助者在咨询过程中还谈及了自己的隐私问题, 心理咨询师恰当的

做法包括()。

- A. 无需保密 B. 绝对保密 C. 酌情保密 D. 考虑例外

多选: 46. 在咨询过程中, 心理咨询师控制会谈内容和方向的方法包括()。

- A. 释义 B. 情感反射 C. 中断 D. 指导

多选: 47. 与该求助者商定咨询方案的内容应该包括()。

- A. 咨询时间 B. 咨询目标 C. 咨询地点 D. 咨询费用

多选: 48. 该求助者心理问题的特点包括()。

- A. 具有强烈的现实刺激 B. 无明确的现实刺激
C. 与性格因素密切相关 D. 社会功能完好无损

案例五

一般资料: 求助者, 女性, 48岁, 某公司副经理。下面是心理咨询师与求助者的一段咨询对话: 心理咨询师: 您好! 您希望在哪些方面得到我的帮助呢? 求助者: 我最近一段时间经常莫名其妙地紧张和担忧, 在单位有时还控制不住自己的情绪对下属发脾气。心理咨询师: 这种情况大概持续了多长时间呢? 求助者: 2个月左右吧。心理咨询师: 你能具体说说是什么原因导致这样的情况吗? 求助者: 具体原因我也说不准, 其实最近我们公司的老总看我工作很辛苦, 嘱咐我多注意休息, 还为我增加了两个助手, 让我指挥他们去做各种具体的事。心理咨询师: 您的意思是说您最近的工作负担减轻了。我觉得对您来说是件好事啊! 求助者: 可是看着助手做事我总是着急, 怕他们没有经验做不好, 影响公司的业绩。有时我勉强控制住自己不对他们发脾气, 但就会胸闷、心慌、出虚汗, 手脚也不自主地颤抖, 一天下来, 感觉头紧头胀, 脖子僵硬。我的朋友说我可能是焦虑症, 所以我就到您这儿来了。心理咨询师: 非常感谢您的信任! 我能体会您的感受, 也为您的情况着急。我想问您一下, 您布置的工作助手们都不能很好地完成吗? 求助者: 也不是, 布置给他们的工作基本都能完成, 只是我觉得他们没有我的工作效率高, 不如我做得圆满。心理咨询师: 感觉您是个追求完美的人。求助者: 是。从小父母对我的要求就非常严格, 所以才有今天的成就, 我希望我的下属也像我一样把所有工作完成好。您现在能理解我为什么看他们工作时总是紧张和担忧了吧? 心理咨询师: 是的。我现在对您的情况已经有了初步了解。针对您的情况, 我今天想先教您做放松训练, 希望您学会每天坚持练习。另外, 鉴于您现在的年龄, 我建议您到医院做一下检查。

多选: 49. 咨询师在咨询中所使用的提问方式包括()。

- A. 直接逼问 B. 开放式提问 C. 间接询问 D. 封闭式提问

多选: 50. 该求助者的躯体症状包括()。

- A. 胸闷心慌 B. 头痛头晕 C. 手足颤抖 D. 紧张焦虑

单选: 51. 该求助者的主要情绪症状是()。

- A. 抑郁 B. 烦恼 C. 强迫 D. 恐惧

单选: 52. 求助者说控制不住自己的情绪, 这可能是()。

- A. 陈述客观事实 B. 内心活动的表现
C. 意志薄弱 D. 已经出现了阻抗

单选: 53. “您的意思是说您最近的工作负担减轻了。我觉得对您来说是件好事啊!”这里咨询师没有做到()。

- A. 积极关注 B. 释义 C. 自我开放 D. 共情

多选: 54. 对于该求助者, 目前可以排除的诊断包括()。

- A. 更年期综合症 B. 神经症性心理问题
C. 严重心理问题 D. 焦虑神经症

多选: 55. “非常感谢您的信任! 我能体会您的感受, 也为您的情况着急。”咨询师使用的技术包括()。

- A. 情感表达 B. 内容表达 C. 自我开放 D. 内容反应

单选: 56. 咨询师在最后一段谈话中所使用的技术是()。

- A. 释义 B. 指导 C. 解释 D. 鼓励

多选: 57. 下列关于“放松训练”的描述中, 正确的包括()。

- A. 放松训练是使用最广的认知技术之一
B. 放松训练的基本假设是改变生理反应, 主观体验也会随着改变
C. 放松训练时, 心理咨询师最好用非专业指导语
D. 首次进行放松训练时, 心理咨询师应进行示范并讲解要点

单选: 58. 呼吸放松法不包括()。

- A. 鼻腔呼吸放松法 B. 胸式呼吸放松法
C. 腹式呼吸放松法 D. 控制呼吸放松法

多选: 59. 心理咨询师建议求助者到医院检查的目的可能是()。

- A. 能排除躯体疾病 B. 违反了心理咨询的基本原则
C. 有利于明确诊断 D. 超出了心理咨询的工作范围

多选: 60. 通过案例介绍, 心理咨询师可以掌握的资料包括()。

- A. 求助者成长史 B. 求助者的症状表现
C. 求助者婚姻史 D. 求助者的人格特点

案例六

一般资料: 求助者, 女性, 29岁, 工人。案例介绍: 求助者结婚两年, 因工作关系一直两地分居, 最近经常因小事与丈夫发生争执, 目前处于“冷战”状态。求助者感觉非常苦恼, 主动前来求助。下面是心理咨询师与求助者的一段咨询谈话。求助者: 我们俩总是吵架, 我都快烦死了, 现在失眠, 健忘, 还经常忍不住要发脾气, 注意力不能集中, 很影响工作, 你说我该怎么办? 心理咨询师: 你能说说吵架的具体原因吗? 求助者: 我们两地分居, 见面机会少, 我一直建议他使用微信、QQ什么的, 好方便我们视频联系, 可是他嫌浪费时间、精力, 就是不用。所以我们只能电话联系, 还总是我打给他。最可气的是, 他的电话还经常占线, 后来发现他那是在跟别人聊天。为这事我跟他吵了好多次, 可他说是跟同事谈工作。我现在一听占线气就不打出来, 恨不得把电话都摔了。我曾跟他说, 再这样没法跟你过了。但他仍然我行我素, 我已经一个多月没理他了, 他也不主动找我, 您说我该怎么办? 心理咨询师: 你觉得你是因为什么生气呢? 求助者: 我对他那么好, 可他为什么这样对我? 我觉得他不爱我了。心理咨询师: 我似乎明白你的意思了, 你是说你希望他和你一样经常主动给你打电话, 时时刻刻关心你, 是吗? 求助者: 是的, 最起码能够随时找到他。心理咨询师: 你对他的关心是经常给他打电话。他就一定要像你对他那样的对你吗? 求助者: ……(沉默)好像也不一定……是我对他要求太高了? 心理咨询师: 他对你其他

方面都不好吗?求助者:好像也不是,他对我和我的父母都挺好。心理咨询师:是啊,其实夫妻之间的关心除了打电话还有很多表达方式,打电话并不代表全部,是吗?求助者:我好像明白点儿了,可我一打不通他的电话就特别生气,什么坏的想法都来了。你说我该怎么办?心理咨询师:你先回去好好想一想,下次咱们再接着谈好吗?求助者:好吧,谢谢您。

单选:63. “我对他那么好,可他为什么会这样对待我”,反映出求助者()。

- A. 违反黄金规则 B. 违反平等规则
C. 符合黄金规则 D. 符合平等规则

单选:64. 该求助者在对话中的沉默最有可能是()。

- A. 情绪型 B. 怀疑型 C. 思考型 D. 内向型

单选:65. 心理咨询师认为引起该求助者心理问题的最主要原因不是()。

- A. 妻子对丈夫的评价 B. 个性因素
C. 丈夫不主动打电话 D. 不合理的信念

多选:66. 在咨询过程中,心理咨询师使用的参与性技术包括()。

- A. 内容表达 B. 开放式提问 C. 具体化 D. 封闭式提问

多选:67. 在咨询过程中,心理咨询师使用的影响性技术包括()。

- A. 内容表达 B. 面质 C. 情感表达 D. 指导

多选:68. 合理情绪疗法认为()。

- A. 人是理性的 B. 人有自我完善的能力
C. 人也是非理性的 D. 人是理性占主导的

多选:69. 合理情绪疗法不适用于()的求助者。

- A. 领悟力较低 B. 偏执 C. 领悟力较高 D. 自闭

单选:70. 心理咨询师在这段咨询中的主要目的是帮助求助者()。

- A. 寻找不合理信念 B. 改变不合理信念
C. 对抗不合理信念 D. 建立合理的信念

单选:71. 根据合理情绪疗法的ABC理论,该求助者的A是()。

- A. 夫妻两地分居 B. 经常因小事与丈夫发生争吵
C. 夫妻冷战 D. 丈夫不主动给求助者打电话

单选:72. 根究合理情绪疗法的ABC理论,该求助者的B最主要是()。

- A. 丈夫应该主动给我打电话
B. 丈夫应该像我关心他那样关心我
C. 丈夫不应该总跟别人聊天
D. 丈夫不该因为小事与我争吵

多选:73. 根据合理情绪疗法的ABC理论,该求助者的C包括()。

- A. 与丈夫冷战 B. 与丈夫争吵 C. 失眠健忘 D. 与丈夫分居

多选:74. 合理情绪疗法的操作过程包括()。

- A. 心理诊断阶段 B. 领悟阶段 C. 修通阶段 D. 巩固阶段

多选:75. 在合理情绪疗法的修通阶段,改变不合理信念的方法和技术包括()。

- A. “产婆术式”辩论术 B. 合理自我分析报告

C. 自信训练 D. 问题解决训练

多选:76. 合理情绪疗法的最后阶段可使用的方法和技术包括()。

- A. “产婆术式”辩论术 B. 问题解决训练
C. 合理情绪想象技术 D. 放松训练

多选:77. 埃利斯等人认为合理情绪疗法可以帮助个体达到的目标包括()。

- A. 自我关怀 B. 自我指导 C. 自我开放 D. 自我接受

单选:78. 合理情绪疗法中咨询师的角色不包括()。

- A. 指导者 B. 分析者 C. 诊断者 D. 说服者

多选:79. 合理情绪疗法中,心理咨询师对求助者的工作包括()。

- A. 改变不合理信念 B. 鼓励情绪宣泄
C. 指导技能训练 D. 建立以合理观念为主的行为

多选:80. 合理情绪疗法中的行为技术包括()。

- A. 放松训练 B. 自我管理程序
C. 系统脱敏 D. “停留于此”技术

案例七

一般资料:求助者,女性,23岁,个体商贩。案例介绍:求助者家在农村,初中未毕业就开始务农。20岁结婚,近一年多在经商,三天前不明原因突然情绪激动,不停地说话,哭泣不止,被家属送来求助。下面是心理咨询师与求助者的一段咨询对话。心理咨询师:你今天来需要我向你提供什么帮助?求助者:我好几次看见狗吃小孩,所以特别害怕。心理咨询师:狗吃小孩?求助者:狗也吃我,我害怕不敢还手。心理咨询师:你害怕什么?求助者:城里的帅哥都喜欢我,不让我上学,可我不能为谈恋爱就不上学了。心理咨询师:你怎么知道有人喜欢你?求助者:他们知道我要来城里,就不去别的地方了,早早地就来等我了。心理咨询师:你家是哪里的?求助者:市政府大院的。心理咨询师:今天是几号?求助者:今天是星期六。心理咨询师:让家属带你到精神科检查一下好吗?求助者:我才不去呢,我只是不想谈恋爱,我又没病。

单选:81. 求助者说“看见狗吃小孩……”。最可能的是()。

- A. 被害妄想 B. 幻听 C. 夸大妄想 D. 幻视

单选:82. 求助者说“狗也吃我”,最可能是()。

- A. 钟情妄想 B. 被害妄想 C. 夸大妄想 D. 嫉妒妄想

单选:83. 求助者说“他们知道我要来城里,就不去别的地方了,早早地就来等我了”。最可能的是()。

- A. 钟情妄想 B. 被害妄想 C. 夸大妄想 D. 自罪妄想

单选:84. 求助者说“市政府大院的”,最可能是()。

- A. 钟情妄想 B. 物理影响妄想
C. 夸大妄想 D. 特殊意义妄想

单选:85. 心理咨询师提问:“今天是几号”,是想了解求助者的()。

- A. 理解力 B. 情商 C. 定向力 D. 智商

多选:86. 心理咨询师结束谈话后不宜将初步诊断结果透露给()

- A. 求助者本人 B. 求助者的邻居

- C. 求助者家属
D. 求助者的同事
- 多选: 87. 对该求助者的初步判断可能是()。
A. 恐惧性神经症
B. 人格障碍
C. 严重心理问题
D. 精神病性障碍
- 多选: 88. 本案例中求助者出现的心理异常症状包含()。
A. 感觉障碍
B. 思维内容障碍
C. 知觉障碍
D. 思维形式障碍
- 单选: 89. 求助者目前的表现主要是违背了()。
A. 主观世界与客观世界的统一性原则
B. 知、情、意的统一协调性原则
C. 心理活动的内在协调性原则
D. 人格的相对稳定性原则
- 多选: 90. 在此阶段心理咨询师对该求助者可以开展的工作包括()。
A. 进行摄入性会谈
B. 进行心理测验
C. 整理临床资料
D. 制定咨询方案

案例八

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	总计		
	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	24	22	14	25	14	28		33	17	26	30	17		量表分	94	50	144
量表分	14	13	14	25	12	16	94	8	13	8	14	7	50	智商	132	104	120

- 多选: 91. 在 WAIS-RC 中, 不严格限制时间的分测验包括()。
A. 知识
B. 领悟
C. 算术
D. 拼图
- 多选: 92. 该求助者成绩低于全国常模平均水平的分测验包括()。
A. 词汇
B. 填图
C. 拼图
D. 积木
- 单选: 93. 该求助者的 FIQ 智力等级为()。
A. 超常
B. 高于平常
C. 平常
D. 低于平常

案例九

下面是某求助者的 MMPI 测验结果:

量表	Q	L	F	K	Hs	D	Hy	Pd	Mf	Pa	Pt	Sc	Ma	Si
原始分	11	2	22	12	19	35	26	25	25	19	22	31	16	41
K 校正分	50	35	61	47	?			?				?	?	?
T 分	70	67	57	63	43	65	55	58	48	59				

- 单选: 94. 社会病态量表的 K 校正分应当是()。
A. 34
B. 35
C. 30
D. 29
- 多选: 95. 关于 MMPI, 正确的说法包括()。
A. 中国常模是 T 分大于或等于 60 分
B. 美国常模是 T 分大于或等于 65 分
C. 前 399 题与 14 个基本量表有关
D. 14 个基本量表涉及到所有题目

- 多选: 96. 从临床量表得分来看, 该求助者可能会表现出()。
A. 抑郁、悲观
B. 疑病倾向
C. 多疑、孤独
D. 躁狂倾向
- 单选: 97. 某求助者艾森克人格问卷的 N 量表标准分数为 60, 属于()。
A. 典型型
B. 倾向型
C. 中间型
D. 混合型
- 单选: 98. 某求助者 SAS 结果分为粗分 48 分, 表明其出现()。
A. 轻度焦虑
B. 中度焦虑
C. 中度抑郁
D. 重度抑郁
- 多选: 99. 某求助者 SCL-90 各因子得分为: 躯体化 1.4, 强迫症状 3.5, 人际关系敏感 3.8, 抑郁 3.4, 焦虑 2.5, 敌对 2.0, 恐怖 1.9, 偏执 2.5, 精神病性 1.9, 其他 2.7, 该求助者()。
A. 可列为筛查阳性
B. 有明显自卑感
C. 有明显躯体症状
D. 需进一步检查
- 多选: 100. 应对方式问卷的分量表, 包括()。
A. 求助
B. 自责
C. 退避
D. 理想

第二部分 案例问答题

本部分采取专家阅卷, 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, 33 岁, 公司职员。

案例介绍: 今年春节前求助者的父亲在老家突发心脏病去世, 求助者将母亲接来同住。最初一个多月的时间里, 妻子和母亲还能够和平相处, 但随着时间的推移, 双方的矛盾逐渐显现出来; 从日常的饮食起居到孩子的培养教育都能成为两人争吵的话题。求助者夹在两人之间感到非常为难, 母亲的到来确实打破了家中原有的秩序, 但求助者不忍心将母亲送回老家, 让她一个人孤零零地生活; 另一方面, 求助者对妻子感到有些内疚的同时, 也埋怨妻子不能体谅自己的苦衷, 不能对老人宽容大度。现在, 求助者一想到家里的事就觉得头疼、心烦, 饮食、睡眠都受到了一定的影响。因不知道如何处理家庭矛盾, 主动前来寻求帮助。

心理咨询师观察了解到的情况: 求助者是独生子, 与妻子是大学同学, 结婚 8 年, 有一个 5 岁的女儿。女儿出生后妻子在家做全职太太。

请根据案例, 回答下列问题:

- 一、请对该求助者进行初步诊断并写出诊断依据。(30 分)
- 二、对该求助者表达真诚应注意什么?(20 分)
- 三、该求助者在咨询过程中出现阻抗, 请写出讲话内容上的阻抗所包含的形式。(20 分)
- 四、咨询师在咨询过程中使用了合理情绪疗法, 请简述修通阶段常用的方法及目的。(30 分)

答案及解析

第一部分 技能选择题

1. AC 材料中表明求助者在得知老朋友因心脏病救治无效去世后就出现了“胸闷，心慌，入睡困难并容易惊醒”的症状。D项，属于情绪症状；B项，长期指1年以上，求助者失眠是半个月前听到老朋友的不幸消息之后才出现。

2. C 求助者“情绪较低落，茶饭不思，身体越来越差，反复和家属交代后事”表明求助者的焦虑。B项，情感脆弱指在外界轻微刺激下甚至不存在明显的外界因素的影响下，病人的情绪很容易发生波动。一旦流泪或发笑，便会失控而痛哭不止或者笑个不停。

3. B 求助者出现心理问题的原因是由于半个月前得知一位老朋友因心脏病救治无效去世，之后就出现躯体症状并住院检查，怀疑自己得了冠心病，但是医院查不出来，由此可见担心患心脏病是求助者关键的心理问题。C项是心理问题导致的结果。

4. A 该求助者因担心自己患心脏病引发心理、生理症状，与其现实情况并不相符，属于变形心理冲突。A项，变形心理冲突与现实处境没有什么关系，不带明显的道德色彩。B项，趋避冲突是当一个人想达到一个有吸引力的目标，但达到该目标却有极大危险时出现的。D项，双趋冲突是当两件有强烈吸引力，但两者又互不相容的事物出现时所表现的。

5. ABC 本案例中咨询师应系统收集资料包括婚姻史和成长史，这些信息都有助于心理问题的诊断。同时应重点关注求助者对非检查结果，以确定是否为躯体疾病。

6. ABD 尊重意味着咨询师对求助者无条件的接纳，既接纳求助者积极、光明、正确的一面，也要接纳其消极、灰暗、错误的一面；既接纳和咨询师自己相同的一面，也要接纳和自己完全不同的一面；既接纳咨询师喜欢、赞同的一面，也要接纳咨询师厌恶、反对的一面；既接纳求助者的价值观、生活方式，也要接纳其认知、行为、情绪、个性等。该求助者并未主动求助，故排除C项。

7. ABD 咨询目标必须是属于心理学范畴的，即只有属于心理学范畴的认知、行为、情绪、个性等方面的内容才有可能成为咨询目标。C项，改善睡眠属于解决求助者躯体症状相关的问题，咨询目标应是针对这一躯体不适所引发的心理不适，而非躯体不适症状本身。

8. BC A项，咨询师不应主动探问求助者的秘密、隐私，对求助者主动诉说的秘密及隐私应该进行保护，不随意传播，这是对求助者的尊重；B项，咨询师应对求助者无条件接纳，这也是尊重的表现；C项，密切关注求助者的情绪是咨询师热情的表现，只有对求助者充满热情、爱心和关切，才能在咨询中体现出最大的热情和温暖，才能推动咨询向前发展，实现帮助求助者解决心理问题的目的；D项，心理咨询主要是通过会谈法对求助者表现的心理问题进行调适，心理咨询师没有处方权。

9. AC 引发求助者心理问题的原因包括生理、心理和社会三方面的因素。A项，属于生理因素，老年人相对于其他年龄阶段的人群更关心自己的身体健康状况，故更容易由此引发心理问题。C项，属于心理因素，求助者在住院检查无问题后仍认为自己患了心脏疾病，只是医院没检查出来，这是认知偏差。D项，属于心理问题所表现的躯体症状；B项不符合事实。

10. ABD 求助者某些症状的改善程度是评估咨询效果的指标之一。求助者焦虑程度、出现胸闷、心慌以及失眠，这些症状的改善可以作为评估咨询效果的指标。

11. D 初诊接待中，心理咨询师的工作主要不在于解决求助者的困扰，而在于提供一个让求助者释放压抑的空间，可以在心理咨询室中自由联想，可以放心地谈论任何欲望与冲突，帮助求助者有机会深层地觉察自己，陪伴求助者一起去探索求助者的问题与困扰。

12. ABCD A项，尊重意味着咨询师对求助者无条件的接纳，既接纳求助者积极、光明、正确的一面，也要接纳其消极、灰暗、错误的一面，故“责备求助者怕死”是缺乏尊重的表现。BC两项，在心理咨询过程中，咨询师应适度地运用倾听技巧，对求助者表现出最大限度的倾听，这本身就是对求助者的热情，故“没有耐心倾听”是缺乏热情和积极关注的表现。D项，共情是指咨询师对求助者内心世界的理解及体验，深入对方内心去体验他的情感与思维，责备求助者怕死说明咨询师没有做到共情。

13. A 求助者在知道丈夫有外遇后，“做事心不在焉，以致工作上出差错，受到领导的批评”，表明其行为症状是做事心不在焉。

14. D 求助者在知道丈夫有外遇后，“吃不下饭，睡不好觉”，表明其躯体症状是失眠。

15. ABD 求助者在知道丈夫有外遇后“每天痛哭流涕”，又因无心工作导致受到领导批评，“情绪更加烦躁不安”，“如果丈夫回家晚了，她就再三审问，脾气越来越大”故其情绪症状表现为悲伤、焦虑和愤怒。

16. ABD 引发求助者心理问题的原因包括生理、心理和社会三个方面。求助者在得知丈夫有外遇之后，“认为自己全完了”，表明她存在认知问题；求助者“从小就小心谨慎”，这是她的人格特点，这两方面都是引发问题的心理学因素。此外，求助者出现症状是源于得知丈夫出轨这一社会性刺激事件，属于引发问题的社会性因素。C项材料中并未提及。

17. ABC 案例中并未表明求助者的成长环境、应对方式和人格特点，但这些资料与其心理问题密切相关，需要咨询师进一步收集资料。

18. C 求助者的心理问题源于得知丈夫出轨这一社会性刺激事件，从而导致内心冲突，心理冲突属于常形，排除神经症及神经症性心理问题；求助者主要情绪为悲伤和焦虑，初始反应强烈，以至无心工作，工作出现差错，社会功能中度受损，其症状已持续3个月，故可以诊断为严重心理问题。

19. BCD A项，表现型多话是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。B项，倾吐型多话是由于求助者在日常生活中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，把多年来积压的大小小的不满、烦恼、伤心都通通讲了出来。C项，表白型多话是求助者知道自己正面临某方面的问题，然而面谈时一味地谈论别人的不是。D项，宣泄型多话是求助者为了宣泄一时的剧烈情绪，在倾诉时往往犹如倾盆大雨、排山倒海，喜怒哀乐都会表现出来。题目中描述的情况可能是由于求助者出现BCD三种类型的多话情况。

20. AD 不合理信念的主要特征：①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；②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；③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。案例中求助者在得知丈夫出轨之后，“认为自己全完了”、“认为男人没有一个是好东西”，这是糟糕至极和过分概括化的不合理信念。

21. D 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“男人没有一个是好东西”，这是以偏概全的思维方式。

22. C 咨询关系的匹配是非常重要的，大部分求助者与咨询师是一般适宜的，但是有少数求助者对特定的咨询师来说是不适宜的，或者说是比较不适宜的，这种不相适宜的情况可大致归纳为以下三类：①欠缺型，这是由于咨询师受训的重点和擅长的内容有所不同，故对某些类型的咨询内容很可能不懂、不擅长；②忌讳型，即有些咨询师在价值观念、情感方式上很可能对某些求助者、某些咨询内容持有一定程度的敏感、偏见和忌讳，这种情况很容易影响咨询效果；③冲突型，咨询师与求助者可能在个性等方面存在着某种不协调，甚至存在明显的冲突，求助者对心理咨询师的理论方法持不信任态度正是这种类型。

23. D 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。

度、看法、评价等认知内容,因此要改变情绪困扰不是致力于改变外界事件,而是应该改变认知,通过改变认知,进而改变情绪。故调整求助者对引发心理问题的事件的认知是最重要的。

24. B 阻抗是指求助者在心理咨询过程中,以公开或隐蔽的方式否定咨询师的分析,拖延、对抗咨询师的要求,从而影响咨询的进展,甚至使咨询难以顺利进行的一种现象。阻抗的表现形式有如下四类:①讲话程度上的阻抗,其形式包括沉默、寡语和赘言,其中尤以沉默最为突出;②讲话内容上的阻抗,其常见形式有理论交谈、情绪发泄、谈论小事和假提问题等;③讲话方式上的阻抗,其中常见的有心理外归因、健忘、顺从、控制话题和最终暴露等;④咨询关系上的阻抗,其中最突出的表现有不认真履行心理咨询师的安排、诱惑咨询师以及请客、送礼等。

25. AD 求助者“想起结婚的事就郁郁寡欢,心情烦躁”、“时常向家人发脾气”,说明其情绪症状为烦躁、郁闷和无精打采。工作时无精打采和强迫属于行为症状,并不属于情绪症状。

26. AB 求助者“最近食欲下降,经常失眠”,说明其躯体症状表现为 AB 两项, CD 两项材料中并未提及。

27. BD 社会功能包括工作学习以及人际交往。求助者“工作效率明显下降”“时常向家人发脾气”是其社会功能受损的表现。A 项,是引发心理问题的原因, C 项,是行为。

28. AB 求助者的心理问题主要是由于与女友分手所致,故求助者对于分手的认识以及以往的恋爱经历都是需重点了解的资料。C 项,材料中已有体现,即求助者分手后出现的一系列的心身症状。D 项,与求助者的心理问题无关。

29. B 该求助者的心理问题主要由与女友分手这一社会刺激性事件所引发的,内心冲突为常形,排除神经症性心理问题。求助者症状已出现两个多月,情绪痛苦不能自行摆脱,工作效率下降,社会功能受到一定程度损害,故可以诊断为严重心理问题。C 项,求助者的身体健康状况材料中并未涉及。D 项,根据病与非病三原则,该求助者自知力完整,无明显精神病性症状,排除精神病性问题。

31. ABCD 咨询目标就是求助者通过自我探索和改变,努力去实现的目标;咨询目标也是咨询师通过心理咨询的理论、方法和技巧,对求助者帮助,最终促使其实现的目标。从这个角度上讲,咨询目标既是求助者的目标,也是咨询师的目标,是求助者、咨询师双方共同要实现的目标,也是需要双方共同商定的目标。

32. ABC 从材料中可知,该求助者自从与女友分手之后,出现了一系列的心理和生理症状(烦躁,郁闷,无精打采,食欲下降,经常失眠),表明其负性情绪严重,且求助者“工作效率下降”,表明社会功能受损。“有时喝闷酒”是明显的行为症状。

33. AB SCL-90 可以用来测评受测者出现的具体症状表现及严重程度,其中包含抑郁因子。SDS 可以用来测评受测者抑郁情绪的表现及严重程度,该求助者抑郁情绪明显,且出现其他心理、生理症状,可以选用这两个心理测验。C 项,应对方式问卷(CSQ)用来测评个体或群体的应对方式类型和应对行为特点,比较不同个体或群体的应对行为差异,并且不同类型的应对方式还可以反映人的心理发展成熟的程度;D 项,联合型瑞文测验(CRT)属于智力测验,这两个测验均无法评估临床症状。

34. AD 依赖是指当咨询师引导、帮助求助者探索、解决自身问题时,求助者却依赖咨询师,企图由咨询师代替自己解决问题。移情是指求助者把对父母或对过去生活中某个重要人物的情感、态度和属性转移到了咨询师身上,并相应地对咨询师做出反应的过程。多话是咨询中求助者或咨询师大量叙述与咨询没有关系的内容,从而影响咨询效果、阻碍咨询进行的现象。顺从指求助者对咨询师所讲的每一句话都表示绝对赞同和服从,使后者无法深入了解其内心世界,而且也使咨询师感到无所适从。求助者希望咨询师能直接告知解决办法,这是属于依赖。

35. B 咨询阶段是心理咨询职业活动的核心、最重要的实质性阶段,包括调整求助动机、商定咨询目标、商定咨询方案、实施方案等一系列重要步骤。

36. ABCD 心理咨询师在会谈中,如果出现提问过多,带来如下消极作用:①造成依赖;②责

任转移;③减少求助者的自我探索;④产生不准确的信息;⑤求助者可因为处在被“审问”地位而产生防卫心理和行为;⑥影响交谈中必要的概括与说明。

37. B 求助者因为一次考试成绩不理想,而导致在后来复习功课时突然出现“这次如果再考不好可怎么办”的想法,导致非常紧张,难以集中注意力学习,进而担心成绩下降、考不上大学、找不到工作等一系列状况,这些担心让求助者烦躁不安,这是焦虑的表现。

38. AC 求助者因担心考试不好而出现注意力难以集中、记忆力下降的情况,这属于与他的认知有关的症状。BD 两项属于情绪症状,且求助者并未出现情绪低落的症状。

39. A 求助者在一个多月前复习功课时头脑中突然出现“这次如果再考不好可怎么办”的想法,其后出现一系列生理、心理症状,故其病程为一个月。

40. ABD 引发求助者心理问题的原因包括生理、心理和社会三个方面。AB 两项,属于引发求助者心理问题的社会性因素,考试失利是引发求助者担心之后的考试的直接刺激性事件,而家教严格促成了求助者完美主义的性格,以致对自己要求高,且特别关注自己的成绩,因而引发焦虑。D 项,属于心理因素,求助者“担心学习成绩会一直下降,将来考不上大学、找不到好工作,担心自己没有能力让父母安享晚年”,这是糟糕至极的不合理信念的表现。C 项,属于求助者心理问题的表现。

41. ABCD A 项,“求助者内向,追求完美”,这是其人格特征;B 项,“求助者在一个多月前复习功课时头脑中突然出现担心考试考不好的想法”,之后出现一系列生理心理症状,这是病程长短;C 项,求助者“出现了头晕、头疼”,这是其躯体症状的表现;D 项,求助者“担心学习成绩会一直下降,将来考不上大学、找不到好工作,担心自己没有能力让父母安享晚年”,这是不合理的认知倾向。

42. C D 项,根据病与非病三原则,该求助者自知力完整,无明显精神病性症状,故排除精神病性问题。该求助者心理问题主要源于对考试考不好的担心,这种担心与之前一次考试失利有关,且泛化到对以后考大学、找工作等多方面的担心,焦虑内容与现实状况不符,内心冲突属于变形冲突,故属于神经症或神经症性心理问题。根据许又新对神经症的评定标准,其症状持续一个多月(1分),精神痛苦但可以自行缓解(不想学习问题的时候就会好些,1分),学习受到一定程度影响(2分),总分为4分,故可以诊断为神经症性心理问题。

43. BC 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;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。求助者“担心学习成绩会一直下降,将来考不上大学、找不到好工作,担心自己没有能力让父母安享晚年”,这是过分概括化和糟糕至极的非理性信念。

44. B 按照压力对主体的影响,压力源可以分为三类:①生物性压力源,即直接影响主体生存和种族延续的事件;②精神性压力源,即直接影响主体正常精神需求的内在和外在事件;③社会环境性压力源,即直接影响主体社会需求的事件。从材料中可知对该求助者影响最大的是其错误认知,故其面对的是精神性压力源。

45. CD 在心理咨询中咨询师应当要遵守保密原则,酌情对求助者所提供的信息保密,包括咨询过程中求助者暴露的内容和与求助者接触的过程。但咨询师也要注意保密例外,包括以下情况:①求助者同意将信息透露给他人;②司法机关要求心理咨询师提供保密信息;③出现针对心理咨询师的伦理或法律诉讼;④出现法律规定的保密问题的限制;⑤求助者可能对自身或他人造成即刻伤害或死亡威胁的;⑥求助者患有危及生命的传染性疾病。

46. ABC 心理咨询师控制会谈和转换话题的技巧很多,且可以随机应变,包括:①释义,即把求助者说的内容中重要的部分反馈给求助者;②中断,即在会谈中暂时休止一下;③情感反射,即咨询师有意识的刺激一下求助者,使他转移话题;④引导,即由原话题引申出新话题。D 项,指

导是指咨询师直接指示求助者做某件事、说某些话或者以某种方式行动，是影响性技术的一种。

47. ABD 咨询方案就是咨询工作的计划，应由双方在相互尊重、平等的气氛中共同商定。一般来说，咨询方案应该包含以下内容：①咨询目标；②咨询的具体心理学方法或技术的原理和过程；③咨询效果及评估手段；④双方各自的责任、权利和义务；⑤咨询的次数与时间安排；⑥咨询的相关费用；⑦其他问题及有关说明。

48. BC AB 两项，求助者的心理问题主要源于“在一个多月前复习功课时头脑中突然出现担心考试考不好的想法”，虽然这一想法受到前次考试失利的影响，但心理问题出现时求助者并无经历明确的现实刺激；C 项，求助者“内向，追求完美”，这种人格特点让他忍受不了考试失败，因而也与心理问题出现有关；D 项，求助者现在难以集中精力学习，社会功能受到一定程度损害。

49. BCD BC 两项，“您希望在哪些方面得到我的帮助呢”属于间接询问和开放式提问。A 项，咨询师在初诊接待时应间接询问求助者希望得到哪些方面的帮助，不可直接逼问。D 项，“您布置的工作助手们都不能很好地完成吗”属于封闭式提问。

50. AC 求助者自述当勉强控制住自己不助手发脾气时，就会“胸闷、心慌、出虚汗，手脚也不自主地颤抖，一天下来，感觉头紧头涨，脖子僵硬”，这些都是他的躯体症状的表现。B 项，求助者并未提及；D 项，紧张焦虑属于情绪症状而非躯体症状。

51. B 案例中求助者的情绪症状是烦恼，表现在“可是看着助手做事我总是着急，怕他们没有经验做不好，影响公司的业绩。”C 项，强迫不属于情绪症状。

52. A 求助者说控制不住自己的情绪，是在陈述在单位表现的客观事实，故不是在咨询中的阻抗，也不是其内心活动。

53. D 咨询师对求助者内心的体验及理解就是共情，当求助者说到最近的工作情况时，咨询师从自己的角度来说“我觉得对您来说是件好事啊”，没有设身处地的从求助者的角度来理解问题。C 项，自我开放技术是指咨询师提出自己的情感、思想、经验与求助者共同分享；B 项，释义是指咨询师把求助者陈述的内容经过概括、综合和整理，用自己的话反馈给求助者；A 项，积极关注是指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。这三个要素在咨询师的这句话中都有所体现。

54. CD 求助者目前正处在女性更年期(45-55岁)，故不能排除更年期综合症；求助者的心理问题主要源于怕助手做事做不好，忍不住向他们发脾气，当想控制脾气时就出现生理症状，心理冲突为变形，故可以排除严重心理问题；又因症状持续时间为两个月，故可以排除焦虑神经症(要求符合症状标准至少已6个月)。

55. AC 情感表达技术是咨询师将自己的情绪、情感及对求助者的情绪、情感等告知求助者，以影响求助者。内容表达是指咨询师传递信息、提出建议、提供忠告，给与保证、进行解释和反馈，以影响求助者。自我开放是指咨询师提出自己的情感、思想、经验与求助者共同分享。内容反应是指咨询师把求助者陈述的主要内容经过概括、综合和整理，用自己的话反馈给求助者。“非常感谢您的信任！我能体会您的感受，也为您的情况着急”体现了情感表达和自我开放技术。

56. B A 项，释义是指咨询师把求助者陈述的内容经过概括、综合和整理，用自己的话反馈给求助者；B 项，指导是指咨询师直接指示求助者做某件事、说某些话或者以某种方式行动；C 项，解释是指运用心理学理论来描述求助者的思想、情感和行为的原由、实质等，或对某些抽象复杂的心理现象、过程等进行解释；D 项，鼓励是指咨询师通过语言等对求助者进行鼓励，鼓励其进行自我探索和改变。在最后一谈中，咨询师使用了指导技术。

57. BD 放松训练又称“松弛训练”，是一种通过训练有意识地控制自身的心理生理活动，降低唤醒水平，改善机体紊乱功能的心理咨询与治疗技术。它是行为疗法中使用最广的技术之一。放松训练的基本假设是改变生理反应，主观体验也会随着改变。首次进行放松训练时，心理咨询师应进行示范并讲解要点，这样可以减轻求助者的羞涩感，并为他们提供模仿对象。在咨询室进行放松训练，最好用专业指导语。

58. B 呼吸放松法包括鼻腔呼吸放松法、腹式呼吸放松法和控制呼吸放松法。

59. AC 由材料中求助者的一般资料可知，求助者目前正处于女性更年期，故其症状表现很有可能是更年期综合症的表现，因此咨询师建议她到医院进行检查，以排除躯体疾病的影响，明确诊断。

60. ABD “从小父母对我的要求就非常严格，所以才有今天的成就”，这是求助者对于自己成长史的描述；“我最近一段时间经常莫名其妙地紧张和担忧，在单位有时还控制不住自己的情绪对下属发脾气”属于求助者对自己的症状表现描述；完美主义是求助者的人格特点。C 项，婚姻史资料并未在材料中体现。

63. A 黄金规则是指“像你希望别人如何对待你那样去对待别人”，求助者想法正相反，认为别人应该像她对待别人一样来对待她，这是一种不合理信念，违反了黄金原则。

64. C 沉默类型有：①怀疑型，求助者尚在犹豫之中，表现出不安的神情，用疑虑、探索的眼光打量咨询师；②情绪型，当求助者可能用沉默来传达对咨询师的气愤，对咨询师瞪眼、气呼呼地看着周围；③思考型，求助者正在体会咨询师说的话，并且似乎有所领悟；④内向型，求助者比较内向、不善言谈。沉默是他与人交往的经常性方式，尤其是在不熟悉的环境和人面前更是如此。该求助者的沉默出现在咨询师对她的“反黄金规则”进行面质之后，此时求助者正在反复体会咨询师说的话，之后的回答也表明她似乎有所领悟，所以这最有可能是思考型沉默的表现。

65. C 咨询师询问求助者“你对他的关心是经常给他打电话，他就一定要像你对他那样的对你吗”、“其实夫妻之间的关心除了打电话还有很多表达方式，打电话并不代表全部，是吗”，可见咨询师认为引起该求助者心理问题的最主要原因并不是其丈夫不主动打电话。

66. BCD 参与性技术包括倾听技术、开放式提问与封闭式提问技术、鼓励技术、重复技术、内容反应技术、情感反应技术、具体化技术、参与性概述和非言语行为的理解及把握。本案例中心理咨询师主要使用了BCD三项技术，A项属于影响性技术。

67. AB “我似乎明白你的意思了，你是说你希望她和你一样经常主动给你打电话，时时刻刻关心你，是吗？”属于内容表达；“你对他的关心是经常给他打电话。他就一定要像你对他那样的对你吗？”属于面质。CD两项，在材料中并未体现。

68. AC 合理情绪疗法的人性观认为人既是理性的，也是非理性的。B项属于人本主义的人性观。

69. ABD 合理情绪疗法是一种着重认知取向的疗法，因此它对那些年纪较轻、智力和文化水平较高、领悟力较强的求助者更有效。这同时意味着对那些在咨询中做出拒绝改变自己信念努力的、或过分偏执以及领悟困难的求助者可能难以奏效。此外，合理情绪疗法对于自闭症、急性精神分裂症等病症的人所能提供的帮助也是有限的。

70. A 在这段咨询中，咨询师主要帮助求助者认识自己的不合理信念，比如反黄金规则的信念(我对他那么好，可他为什么这样对我?)，过分概括化的信念(是我对他要求太高了?)。

71. D ABC理论中，A是诱发事件，B是不合理信念，C是情绪困扰和行为不适的具体表现。材料中求助者谈到与丈夫吵架的具体原因时说到丈夫不主动联系她，她主动联系丈夫时经常还联系不上，所以本案例中的A是丈夫不主动给求助者打电话。

72. B ABC理论中，A是诱发事件，B是不合理信念，C是情绪困扰和行为不适的具体表现。求助者觉得“我对他那么好，可他为什么这样对我”，这是反黄金规则的不合理信念，所以本案例中的B是丈夫应该像我关心他那样关心我。

73. ABC ABC理论中，A是诱发事件，B是不合理信念，C是情绪困扰和行为不适的具体表现。所以本案例中的C是失眠健忘和与丈夫争吵、冷战。D项，是心理问题出现之前的客观现实情况。

74. ABC 合理情绪疗法的操作过程包括：①心理诊断阶段，明确求助者的ABC；②领悟阶段；③修通阶段；④再教育阶段。

75. AB 修通阶段的工作是咨询师应用各种方法与技术,以修正、改变求助者不合理信念为中心进行工作,这是整个合理情绪疗法的核心内容。常用技术包括①:与不合理信念辩论,主要是产婆术式的辩论;②合理情绪想象技术;③家庭作业(RET自助表、合理自我分析报告);④其他方法(自我管理程序、“停留于此”技术、放松训练、系统脱敏等)。CD两项,是再教育阶段所采用的方法和技术。

76. ABCD 合理情绪疗法的最后阶段为再教育阶段,可采用的方法和技术与前几个阶段的相同,如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、情绪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,包括自信训练、放松训练、问题解决训练和社交技能训练。

77. ABD 埃利斯等人认为合理情绪疗法可以帮助个体达到以下几个目标:①自我关怀;②自我指导;③宽容;④接受不确定性;⑤变通性;⑥参与;⑦敢于尝试;⑧自我接受。

78. C 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以及与求助者非理性信念对抗的辩论者,他所扮演的是一个积极主动的角色。

79. ACD 合理情绪疗法理论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,因此要改变情绪困扰不是致力于改变外界事件,而是应该改变认知,通过改变认知,进而改变情绪。在其治疗的最后阶段,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,帮助求助者在认知方式、思维过程以及情绪和行为表现等方面重新建立起新的反应模式。合理情绪疗法不鼓励情绪宣泄,认为这反而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。

80. ABCD 合理情绪疗法的行为技术包括自我管理程序、“停留于此”技术、放松训练、系统脱敏等。“停留于此”技术指鼓励求助者呆在某个不希望的情境中,以对抗逃避行为和糟糕至极的想法。

81. D 幻觉是指无对象性的知觉,感知到的形象不是由客观事物引起,但是对此却坚信不疑。该求助者认为自己看到了“狗吃小孩”,这并非事实,很可能是出现幻觉中的视幻觉。

82. B 被害妄想的患者坚信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、饮水中放毒等谋财害命活动。该求助者说“狗也吃我……”,这并非事实,故很有可能出现被害妄想。

83. A 钟情妄想是指患者坚信某异性对自己产生了爱情,即使遭到对方的严词拒绝,也会认为对方是在考验自己对爱情的忠贞。材料中求助者认为“城里的帅哥都喜欢自己……早早就来等自己”正是钟情妄想的表现。

84. C 夸大妄想是指患者常常夸大自己的地位、权利、能力、财富等。该求助者本人为个体商贩,却说自己住在市政府大院,明显是夸大妄想。

85. C 定向力是指一个人自己对时间、地点、人物以及自身状态的认识能力。咨询师询问求助者“今天几号”,正是想了解其时间定向力。

86. ABD 心理咨询师应该遵守保密原则,不将心理咨询过程中的内容或诊断结果随意透露给他人,尤其是认识求助者的人(除非征得求助者同意)。但是本案例中求助者的情况比较特殊,属于严重的精神障碍,本人无自知力,所以告知其本人意义不大,求助者甚至可能对看病反感。

87. D 根据与非病三原则,该求助者主客观世界不统一,表现出严重的幻觉、妄想等精神病性症状,且自己对症状并无自知力,故可初步诊断为精神病性障碍。

88. BC 材料中该求助者主要出现了幻觉和妄想的精神病性症状,幻觉属于知觉障碍,妄想属于思维内容障碍。

89. A 本案例中求助者出现了严重的幻觉、妄想症状,表现出主观世界和客观世界认知的不一致,故违反了主客观世界不统一的原则。

90. ABC 精神病性障碍并不是心理咨询的范畴。对精神病性问题,心理咨询师只能进行有条

件的辅助性工作,比如通过摄入性会谈了解基本情况,进行心理测验,整理临床资料,做出初步诊断,然后及时介绍转诊。

91. AB 在WAIS-RC中,算术、数字符号、图画填充、木块图案、图片排列和图形拼凑有时间限制,另一些测验不限制时间。

92. CD 韦氏量表各分测验的原始分按手册上相应用表可转化成平均数为10、标准差为3的量表分。故低于全国常模平均水平的分测验即为低于10分的分测验。

93. A FIQ为全量表的总智商,从测验结果可知该求助者的总智商为120,处于120~129的智力等级,智力水平属于超常。

94. C 社会病态量表Pd校正分为Pd+0.4K,故该求助者得分应该是 $25 + 0.4 \times 12 = 29.8$,约等于30。

95. AC MMPI的解释主要是考虑各量表的高分特点,如果哪个分量表的T分在70以上(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。MMPI共有14个量表(研究量表未算在内),其中临床量表10个,效度量表4个,均集中在1~399题。

96. ABC MMPI的解释主要是考虑各量表的高分特点,如果哪个分量表的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。从该求助者的测验结果来看,T分在60以上的有Hs(疑病)、D(抑郁)、Pd(社会病态)、Pa(偏执狂)。A项,抑郁悲观是抑郁量表的高分表现;B项,疑病倾向是疑病量表高分的表现;C项,多疑孤独是偏执量表高分的表现;D项,躁狂倾向是轻躁狂(Ma)量表高分的表现。

97. B EPQ各量表的T分在43.3~56.7分之间为中间型,各量表的T分在38.5~43.3分或56.7~61.5分之间为倾向型,而T分在38.5分以下或61.5分以上为典型型。

98. B 根据SAS(焦虑自评量表)的计分规则,用粗分乘以1.25以后取整数部分,就得标准分,故该求助者量表标准分为60。按照中国常模结果,SAS标准分的分界值为50分,其中50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,69分以上为重度焦虑。故其表现为中度焦虑。

99. ABD 按全国常模结果,SCL-90总分超过160分,或阳性项目数超过43项,或任一因子分超过2分,可考虑筛选阳性,需进一步检查。由测验结果可知,该求助者强迫、人际关系敏感、抑郁、焦虑、偏执以及其他因子均超过2分,可考虑筛选阳性。B项是人际关系敏感因子所体现,阳性表示有明显症状;C项是躯体化因子所体现,该因子得分未达到筛选阳性的情况,表明症状表现不明显。SCL-90量表筛选阳性只能说病人可能患有心理疾病,并不是说他/她一定患有心理疾病,要做出心理疾病的诊断,必须进行面谈并参照相应疾病的诊断标准。

100. ABC 应对方式量表包括62个条目,共分为6个分量表,分别为解决问题、自责、求助、幻想、退避、合理化。

第二部分 案例问答题

一、请对该求助者进行初步诊断并写出诊断依据。(30分)

答:初步诊断为一般心理问题。诊断依据是:

- (1)根据案例介绍,可以排除器质性病变。
- (2)根据区分正常心理与异常心理的心理学原则,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,可排除精神病性问题。
- (3)求助者的心理冲突由现实因素诱发,与处境相符,属于常形冲突,可排除神经症性问题。
- (4)求助者的不良情绪局限在与家庭成员的关系上,没有泛化,可以排除严重心理问题。
- (5)求助者的不良情绪反应尚在正常范围内,持续时间未超过二个月,没有严重影响社会功能。

二、对该求助者表达真诚应注意什么?(20分)

答:咨询师对求助者的态度真诚可以为求助者提供一个安全自由的氛围,为求助者提供了一个良好的榜样。表达真诚应注意:

(1)真诚不等于说实话:那些可能伤害求助者或破坏咨询关系的话,虽不能实话实说,但应该以真诚表达。

(2)真诚应实事求是:咨询师的真诚体现在咨询态度上。

(3)真诚不是自我发泄:自我发泄是真诚的禁忌,咨询中应该尽量避免。

(4)表达真诚应适度:咨询师过多的表达,会适得其反。

(5)真诚体现在非言语交流上。

(6)表达真诚应考虑时间因素。

(7)真诚体现在咨询师的坦诚上:如实相告自己的教育背景、从事咨询的时间、擅长与不擅长的咨询内容等。

三、该求助者在咨询过程中出现阻抗,请写出讲话内容上的阻抗所包含的形式。(20分)

答:阻抗指求助者在心理咨询过程中,以公开或隐蔽的方式否定咨询师的分析,拖延、对抗咨询师的要求,从而影响咨询的进展,甚至使咨询难以顺利进行的一种现象。讲话内容上的阻抗:理论交谈、情绪发泄、谈论小事和假提问题等。

四、咨询师在咨询过程中使用了合理情绪疗法,请简述修通阶段常用的方法及目的。(30分)

答:合理情绪疗法也称理性情绪疗法简称RET,是帮助求助者解决因不合理信念产生的情绪困扰的一种心理治疗方法,属于认知行为疗法。

(1)修通阶段的含义和目的:咨询师运用多种技术,使求助者修正或放弃原有的非理性观念,并代之以合理的信念,从而使情绪症状得以减轻或消除。

(2)常用方法

①与不合理信念辩论,最具特色的方法为“产婆术式”辩论技术,目的是改变求助者的不合理信念。

②合理情绪想象技术,目的是帮助求助者改变不合理信念导致的不恰当的情绪体验。

③家庭作业,包括RET自助表和合理自我分析报告,目的是让求助者自己与自己的不合理信念进行辩论。

④其他方法,主要为行为技术,目的是帮助求助者改变原有不良行为习惯,进一步消除不合理信念。

密
封
线
内
不
要
答
题