

# 一例性心理创伤个案的临床治疗与分析

赵冬梅

(广东金融学院劳经系应用心理学, 广东 广州 510521)

【摘要】 文章介绍了一例性心理创伤个案的临床治疗与分析。该个案主要由童年性创伤经历以及幼时分离焦虑导致亲子关系、学习、人际交往、情感等方面的问题。本案例以心理分析治疗技术如梦的分析, 积极想象, 自由联想为主, 同时综合运用认知疗法, 来访者中心疗法等。治疗共分三个阶段, 治疗初期: 理解与体验-感受自我; 治疗中期: 童年分离焦虑, 及母亲阴影与心理创伤躯体化的处理; 治疗后期, 心理创伤的触及与面对。

【关键词】 心理创伤; 分离; 梦的分析; 情结

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2010)03-0393-04

## Clinical Treatment and Analysis for One Psychosexual Trauma Cases

ZHAO Dong-mei

Department of Application Psychology, Guangdong University of Finance, Guangzhou 510521, China

【Abstract】 The papers introduced how to deal with and analyse a psychosexual trauma case. The case was mainly caused by childhood experiences of sex trauma and childhood separation anxiety, which resulted in a series of problems such as child barriers, learning disabilities, interpersonal barriers, and affective disorder. Treatment of this case was mainly psychological analysis, integrated use of cognitive therapy, therapy centers and so on. Treatment consisted of three stages: analysis of early experience — understanding and experience-feel self; analysis of medium-term: childhood trauma of separation anxiety, and deal with the shadow of mother. The last stage: touch and face somatization of trauma symptoms, and the psychological trauma.

【Key words】 Psychological trauma; Dissociation; Dream work; Complex

心理创伤常常是引发许多严重心理问题的重要根源, 正确地理解和评价创伤心理对心理治疗和心理康复具有非常重要的意义。心理创伤可以影响整个人, 包括身体、智力、情绪和行为的改变。每个人都以独特的方式对心理创伤做出反应, 这取决于创伤的细节, 以及当事人的个性和经历<sup>[1]</sup>。

临床研究发现, 心理创伤的早期心理治疗非常重要。荣格将心理分析划分为倾诉(confession)、阐释(elucidation)、辅导(education)、转化(transformation)等四个阶段<sup>[2,3]</sup>, 本个案的治疗也遵循着这样的四个内在阶段。梦的分析与梦的工作是心理分析中最重要的方法及其实践, 也是最重要的内容, 尤其是在当代心理分析的意义上。本案例采用梦的分析技术, 结合积极想象技术, 自由联想技术, 同时综合运用认知疗法, 来访者中心疗法等<sup>[4]</sup>, 报告一例性心理创伤个案的临床心理分析与治疗过程。个案治疗历时 2 年半, 治疗 28 次。

## 1 来访者一般情况

大学生, 女, 初次咨询时 19 岁, 刚进入大学学习。主动寻求心理咨询和治疗, 主诉问题为童年期创伤性经历, 母女关系问题, 以及学习压力、恋爱危机、人际关系问题等。为保护来访者及叙述方便, 以下称之为“L”。

L 五官清纯美丽, 娇小玲珑, 神态举止有些腼腆和拘谨, 衣服多为浅色。口齿伶俐, 思路清晰, 讲述问题层次分明, 叙述生动, 模仿能力较强。

根据 DSM- 和 CCMD-3 初步诊断为创伤性经历所导致的社交与情感障碍。

## 2 治疗过程

### 2.1 资料收集

第一次—第三次咨询基本为资料收集。资料收集阶段主要采用观察法与谈话法, 进行个案背景资料的收集、分析、评估与诊断, 制定相应的治疗方案, 并确立治疗目标。

L 家庭中 4 人, 父母, 弟弟。父母关系一般, 在个案童年和少年时期父亲不常在家; 母亲脾气暴躁, 常对个案动怒, 弟弟性格中也有很多问题, L 问题也源于母亲的教养方式。个案和母亲关系一直不好。这是个案与治疗师的初次访谈对话: “感觉学习压力很大, 自己学音乐的天赋很一般, 考进音乐学院后压力更大, 周围的同学都很优秀。老师上课的时候, 常因为紧张走音, 每次上课前心理压力都很大, 如果老师不说自己音准不好, 就感觉很放松了, 也有时候因为上课前准备的充分, 唱得好些, 但心理还是怕。刚开学没多久, 就先因鼻炎, 后因扭伤骨折而休学一个月, 回来后感觉学习很吃力, 跟不上。现在自己经常失眠, 而且常感觉心跳得很厉害。”

治疗师问: “嗯, 除了学习, 还有其他问题吗?”

她缓慢而平静地答, “有”。其实多年来我都是带着一个‘恨’字学习的”。

“为什么呢”? 治疗师问。

她没有直接回答, 而是接着诉说, “10 岁那年, 有一天晚上, 我已经睡着了, 表哥来了(姨妈家的孩子), 父母就让弟弟

【基金项目】 教育部人文社会科学研究项目基金(09YJCLX004)资助; 广东金融学院 2009 年一般课题(09XJ02-16)

过去和他们睡,让表哥和我睡一间房,那晚表哥他对我作了些事,当我知道时已经发生了。过了一个星期,我有一次和妈妈说起这件事,她没有什么反应,也没有去管我,而且还经常要表哥来家住,我恨她(妈妈)。小学时,有时也去表哥家,但我从来不看,后来就没再去过,多年未再见到他。今年考入大学后,过年回家,家里人逼我去姨妈家看外婆外公,我不想去,妈妈骂我没良心。突然间我想到‘她是否已经忘记那件事’,我更加痛恨她。”

“第三件事就是我认为自己不是父母的亲生女儿。”

“为什么这么说,有什么根据吗?”

“有”她说,“因为从小奶奶在乡下带我,到四岁时父母才把我接回城市。有时候我偷偷听到,村里人和奶奶说话。‘是这个孩子吗?拣回来的那个孩子?’回到城里不久后,父亲借钱去外地做生意。从上幼儿园我就开始做家务,煮饭,7、8岁时每天放学回家都要煮饭,做的不好吃,妈妈就骂,她不高兴、生气的时候也骂我,有时候不给我饭吃。在我六年级的时候,爸爸回来了,妈妈的脾气好了一些,初中后,我就去外地读书了,那时,父母常吵架。高中三年,他们就是给我一些钱,从没有去过我学校或者打过电话。高三那年,不知为什么妈妈就对我好了很多,因为高三要用很多钱,我对她的态度也好了很多。那时候我心里在想,以后赚到钱后就把钱还给他们,也不用理他们了。现在我的生活中没有幸福,奶奶曾是我最近的人,在我高二那年她去世了,生活中有人值得牵挂是件好事情。他们(父母)给我钱,有时候还经常说,现在是投资给我,偶尔还会问‘什么时候还’。我常常怀疑,到底有没有人真正爱过我,真心的为我做一件事情,不求回报的。”

## 2.2 个案问题的分析和初步诊断评估

L童年时期存在被亲密人(表哥)性侵犯的创伤性经历;同时也存在一定程度的被虐待现象;L缺乏和母亲建立稳固情感依恋的经历,存在童年分离性创伤,情感上,L一直缺乏安全感,长期缺乏母爱,并导致“恨”。L在叙述自己的性侵犯创伤经历时,语气非常的冷静和平和,似乎讲述的事情不是发生在自己身上。我们对其进行DES分离体验测试,个案得分达到0.81,属于高分离。可见对其创伤性经历,L无意识运用了分离作为反应和应对方式,在随后的27次治疗中,进一步证实了治疗师的判断。

## 2.3 确定治疗目标

治疗的初期目标是解决学习压力和逃避问题,中期目标是解决个案与母亲的关系,最终目标是能够不再对创伤经历和引起创伤的信息或事件进行回避反应,化解创伤经历所导致的各种问题和症状。

## 2.4 治疗具体进程

2.4.1 运用催眠与自由联想:认识自我 第4-6次治疗。为缓解个案紧张情绪,治疗从分析和认识自我开始,从意识开始进入无意识。情绪的处理即是治疗的目标也是治疗过程效果体现。治疗初期采用轻度的催眠技术,通过暗示和放松指导,让L放松而舒适地坐在椅子上,闭上双眼,感受自己的内在世界,让无意识慢慢涌现。治疗师也轻轻的闭上眼睛,差不多进入到一种轻度的催眠状态后,治疗师问她,“现在你最想

做什么?”她回答说,“想出去,去大自然,有青山,有绿水,有新鲜空气的地方,还能爬到山顶。”“你一个人吗?”治疗师问。“不是,和朋友?”“什么样的朋友呢”。治疗师继续用很轻很柔和而又缓慢的声音问她。“和几个同性,或者也有异性的好朋友,无拘无束的,很开心而放松的玩,什么都不去想,没有压力和负担。”我让她展开丰富的自由联想,想说什么都可以……她沉默了一阵后,开始说,“同学有时候会向我借衣服,如果是自己很喜欢的衣服,也会借给她,但心就会痛,衣服还回来后自己却不会再穿,就放到柜子里,如果以后拿出来看的时候,已经没有感觉,就会把它送人。如果看到了,自己心里还是喜欢,也不会再穿,只是心里就会痛。”治疗师没有给她分析,而是问她,“你是怎么看待自己,如何分析自己的呢?”“我对自己有很多的不满,自尊心强,自信心不足,对自己各方面都不太满意,如长相,学识和性格。虽然有时别人夸我漂亮,但我并不相信,因为别人还没了解到我的不足。别人都认为我是有点高傲的人,平时不爱搭理人,我自己却不这么看。”治疗师问她,“你有什么不足”。她说,“老师,你看不出来,我有大小脸吗?”

L在治疗几次后感觉心情不错,睡眠改善很多,但上课仍不能放松。她说专业老师经常小声克制性地责问她,为什么没有很好的按老师的要求完成学习任务,这让她很郁闷,她甚至希望老师大声地训斥更感觉舒服。L感觉自己在其它老师面前表现很轻松,唱得也很好,不知道哪一个才是真正的自己。经过与咨询师共同分析,L找到自己问题,原来她内心对老师有许多不满,无意识里对老师的不认同产生阻抗。上课前她的内心充满了矛盾和反抗,她没有真正按老师的教导学习。她和老师的关系反映出个案处理人际问题的回避性方式,如老师眼里,她是一个乖巧,听话懂事的学生,这也是她留给别人的外在印象,但老师却没看到听话的结果,因而气恼。个案对问题只是回避,隐藏起自己真实的想法,老师说什么,她从不表示反驳或者反抗。她和老师之间的关系表面看起来似乎风平浪静,但无意识却是一种拮抗状态。本次咨询后,L感觉学习不断有进步,也找到了唱歌的感觉。几次咨询后,个案的学习压力和紧张情绪有所缓解,失眠状况得到有效改善。但个案回避性处理问题的方式仍然存在,随后出现一定的躯体化症状,具有一定的积极意义,只要症状向外部发展,也就意味着转化开始。

2.4.2 梦的工作技术处理母女关系与心理创伤 第7-12次治疗。采用Robert Bosnack的梦的工作(dream work)的分析方法。

(1)触及童年分离焦虑创伤:L讲述了一个最近的梦。L坐车回家时,一个小乞丐(女孩)向她要钱,她没有给,小乞丐就跟着她,一直跟到家,那个家是农村的,贫穷的屋子,门口有张四方的桌子,L看到母亲和弟弟在吃饭。小乞丐站在门口不走,也不说话,骂她,不给她饭和钱。不久她走了,过了一会儿又回来了,手里拿着木条,L说,“我就和她打起来了,两个木棍钉钉枪枪,没有打到彼此,只有棍子在响,后来自己就醒了。当时脑子里在想,不要打了,不要发这个梦了,打了很长时间。小女孩和自己好像,瘦瘦小小的不说话。”这让L想起

小时候(约4岁)的一件事:“有一天,妈妈和外婆、姨妈来看我,我没有穿衣服,看见她们来了就拿起木棍,把她们赶走。她们都说小孩子小,不懂事。L内心深处怕“懂事”,长大后别人都说我懂事”。在四岁L的无意识中,可能就已经隐藏着对母亲强烈的怨恨,4岁时L用不认识、不理和不要母亲来表达这种恨。运用无意识开展梦的工作过程。我问她,“你一路回来,下车后,还看到周围有什么吗?比如风景什么的?”她想了想,“很奇怪,路上没有景色,到家就是那座房子,看到了,心里就很踏实,摆设也让人舒服,简陋的泥砖建筑,大厅放着一张方桌,四张凳子,屋子很旧,看到母亲在吃饭。母亲知道她回来,没理她,没留意母亲的穿着,背对着自己。弟弟面向自己,母亲回头看见乞丐。我没有直视母亲的脸,她回头看了我一眼,一带而过那种。”我让L感受,母亲当时的形象,位置和内心世界,感受了3-5次,逐渐的L沉入了角色,想象母亲的神态,行为举止模式。在梦的工作中,角色的换位体验是分析很重要的突破口。对L来讲,她的很多问题基本来自于母女关系,如从小母亲对她的忽略,冷落,斥责,让她感受母亲,对她的转化有关键的作用。我让她模仿并感受妈妈的内心以及对乞丐的心理。因为这个小乞丐,可能象征L的另一面。她的语气和神态都很像,“你走不走,再不走我打你!”很大的声音,很气愤,但也听出声音里的一种无奈和无助。她说,“妈妈忍耐不住,用手在赶小乞丐走,她觉得那个乞丐很讨厌,有人找上门来讨饭不吉利,而且有这样的人站在这里会影响吃饭。没钱,干嘛给钱给她”。那么看到女儿回来,母亲的内心是怎样的呢?体会妈妈的内心和感受。“看到女儿回来,有点开心夹杂着讨厌,女儿没有和自己说话。觉得她需要叫声‘妈妈’,但并不怪她,内心肯定的是女儿不喜欢自己,认为女儿比较听话,骂她也不还口,有时候不开心就骂她,自己的脾气比较暴躁,骂完她之后更讨厌她。她不理我,很长时间都不理我,需要钱的时候才叫我。骂她也不出声,就越骂越气,如果她回击一下,也许我不会骂得她那么重”。“你有时会后悔骂她吗?”“有,骂得太厉害,太难听时,自己脾气太大”“没有想过用其他方式去和她沟通?”“没有”L在对梦中母亲的换位体验环节感受得很认真投入,她似乎完全溶入到母亲的角色,从母亲的角度体会了母亲的无奈,也体会到自己的沉默是对母亲最大的反抗和反击,使得母亲通过骂她与她沟通的唯一的途径断绝了。L内心恨母亲,不想与母亲有任何的沟通。母亲的情绪是难以控制的,对待女儿的态度也是复杂和无奈的,但L同时也感受到,还有一种她不愿承认的母爱,只是她还没有勇气和信心去接受和面对。

(2)母亲阴影与心理创伤躯体化:第13-17次咨询与治疗,L说,“老师,我想去整容”。治疗师当即一愣,“为什么”。但马上就明白了,她曾提过她是大小脸。“可以让我仔细看一下吗?”她给了我正脸和侧脸,我仔细地端详,两边脸有一点差别,一边圆些,另一边脸尖略扁平。但不仔细看完全看不出差别。“你觉得这个问题困扰到你了?”治疗师问。“是的,从小就受困扰,而且我担心以后也受到困扰,以后的工作,表演,别人会认为我很可惜,如果不是大小脸就很完美了。”“为什么最近想到要去做手术,发生了什么吗?”“是的,最近有一家公司找我拍服装广告,穿了衣服,试镜,拍照之后,就让我回去等消息”。“我知道结果肯定没戏了,我知道问题在哪里。”“我也不想动手术,很怕痛,但不做,我心里就不平衡。”治疗师问她,“你对自己大小脸的问题什么时候开始在意

的。”“大概8,9岁吧,在这之前,妈妈也经常说我,或者经常和别人说,这个孩子就是有些大小脸。那时我还不是很在意,8,9岁那年的一次,她很凶地说,‘你看你,大小脸,还整天和别的小朋友到处疯,玩。’那一次,我开始拿起镜子,看了看自己,好像确实两边脸是有点不同,心情很沉重,以后不愿意再照镜子了。妈妈到处说,和许多人说。”“你对大小脸有其他方面经历和记忆吗?”治疗师问。“有,表哥他娶了一个比较有钱的老婆,但那个老婆也是大小脸,姑妈当时叫表哥不要娶她,但大家却又都看中了她家有钱,姑妈因为她的“大小脸”,经常和我妈妈讲,我常听见她们谈论这个话题。那个表嫂她经常把头发放下来,人家老是说她披散着头发不整理,我妈也会对其他亲戚说,我特别担心自己以后也像她常遭到别人的背后议论。后来我又一次深刻地记得,听到她(妈妈)和别人说我,“她就是这样,一脸大一脸小。”整容是个案心理问题躯体化,似乎躯体问题解决问题也就解决。假期回来L真的整容了,自此,虽然她的脸看起来似乎更不对称了,但其本人却从此再不关注和讨论关于脸的任何问题。

(3)分离焦虑与创伤问题初步转化:假期L与母亲大吵一架,把对母亲种种委屈和怨恨都讲出了,母亲哭诉并澄清“L是亲生女儿,可去医院检查,由于刚出生时浑身是血,按农村习俗就回乡下认了干妈。当年看到女儿被带走,母亲的心里也很难受。每次看女儿回来,都会哭,4岁的时候接女回来,由于母女分开4年,感觉女儿不喜欢自己,因而对女儿常打骂”。父亲说,母亲的确感觉歉疚于他,当年因父亲欠债几十万,债主逼债,母亲脾气不好,父亲希望L原谅母亲。从此后,L与家人关系好转,后期治疗L提到许多细节上她感受到的母亲和父亲对自己的爱,也体验到家庭的温暖和幸福感。和同学关系也不断好转。触及分离创伤和母亲情结与阴影后,由于整容使问题症状躯体化,L在分析中,认识自我意识明显增强,与母亲关系的转变是L自我转化的初步体现。

2.4.3 心理创伤的治疗 第18-22次治疗,主要处理L的情感问题以及面对创伤,此阶段为治疗的升华和重要转化期。L的心理问题不断转化,L一直在回避创伤性信息,突出表现在情感问题上,在情感危机的彷徨与抉择中L开始触及并面对创伤与阴影。在第18次治疗时,L谈到男友,高中相恋至今五年,分隔两地,现在感情出现危机。男友不断提出分手,男友母亲也反对两人的交往,几次分手最后都以L的努力和妥协而好转。由于L的自我在不断地发展和成长,心理承受性不断增加,咨询关系也已非常稳固。此时治疗尝试让L触及创伤。自初次咨询提及创伤后L再没涉及,她一直在回避甚至否认自己的创伤性经历,且内心凝聚了许多内疚感和罪恶感。表现在与男友分手后,更加怨恨和责怪自己。治疗中触及是否因与男友发生过性关系才坚持不分手?是否和男友谈过童年的创伤性经历?L对这样的问题都是沉默,或只做简要回答,但紧接着又是沉默,仿佛伤痛犹在,不愿触及。对性创伤经历,L表情痛苦,不愿回首。只说那时候还小,很快就忘记了。“到了初中的时候,最痛苦是在女孩子的生理问题上,每当听到同学谈论话题,和自己的情况一样,内心就很痛苦,就会哭,哭的时候心里恨不得把他杀掉。现在没有这个念头了,初中时候很勤奋,主要是因为内心的‘恨’”,高中时候很累。L沉默较多,欲言又止,似乎仍没有获得足够的安全感,还没有足够的勇气和信心面对伤痛。此阶段进入治疗中最关键也最困难的炼金术描述的“黑色阶段”,需要治疗师和个案双方共



同的耐心与勇气,熬过此阶段,则转化自然出现。转化终于出现,L开始坦言自己有很多问题,而且每一个阶段问题都不同。她清晰地看到了自己问题的外在症状不断出现和转化,但其自身没有认识到无论是学习压力,分离焦虑创伤,人际交往障碍,情感危机其实都是童年创伤阴影的表现。L的有意回避或遗忘,也是创伤回避的特点,这些都是心理阴影一直没被处理。L有强烈的性情结,她一直否认自己男朋友发生的性关系,她自己也很疑惑为什么要否认?

2.4.4 治疗后期:成长与转化 第23-25次治疗。面对创伤与阴影,获得重生。L虽仍然在感情的漩涡里挣扎,但也不断有领悟和成长。如心态上可以冷静地看待分手和自己的情感,开始理性的思考,“现在和他分手可能是好事,他没读过书”等。并出现醒悟语言:“对分手有欣喜”,“有欣喜的感觉”,“感觉无法留住这段感情,心有点冷。”L似乎在逐渐成长,人变得冷静,坚强。在此阶段,L内心痛苦与希望交替出现,偶尔出现失眠。第23次是网上咨询,L更网名为重生,情绪有所好转。似几番挣扎后,开始明白一切自己无法掌控,发现一切原来只是“以前,所谓爱,所谓在意,在意的是别人的看法”。L开始思考和反问自己该做什么,发现原来情感只是L在寻找和害怕失去的依靠,L需要的是力量,是成长,寻找不需要依赖和依靠的坚强独立的自我。她的网名重生已经意味着一种成长和蜕化,在体验蜕化的痛苦后,获得新生,独立的飞翔,飞得更高更美。现在L还需要积蓄更多的力量。

### 3 分析与讨论

按照 DePrince 和 Freyd 提出的背叛创伤理论<sup>[5,6]</sup>,当创伤性经历是由照顾者犯下的错误所导致,那么,保持对创伤的无意识具有社会效用。因此经历创伤个体一般会回避注意和加工创伤相关的信息,导致其它问题与症状的出现<sup>[7]</sup>。

#### 3.1 创伤性经历分析

L在童年遭遇到亲人的性侵犯,在其不能自我保护,不能够去处理创伤所带来的伤害年龄,她唯一希望是从母亲那里获得一些安慰或支持,但却没有。一些研究<sup>[8]</sup>表明缺乏母亲支持的性虐待个体,一般将大量的心理伤害能量聚积在内心,如自我内疚感与罪恶感,少部分能量指向于外部,如对母亲的愤恨!无论哪一种,都是对自我的伤害,指向母亲的那部分能量还是有一定的积极意义,如对母亲的愤恨转化为学习的动力。但愤恨的对象指向却是其亲生母亲,最终个案会发展出拒绝和否认,如她不是我的亲生妈妈。由于这部分能量是指向外部的,在随后的咨询中,母子关系很快得到解决,对个案创伤性回避的处理时间更久,主要是做准备与酝酿。

#### 3.2 创伤经历形成情结

按照荣格提出的情结理论,创伤所形成的丛集就是情结。心理分析治疗认为如果个体认同于自己的情结,就会表现出某种特定的心理病症。如弗洛伊德的俄狄浦斯情结和阿德勒的自卑情结。对正常个体而言,拥有情结是正常的,但一旦情结拥有我们,也就是心理病症的开始与出现。因而也就需要治疗师能正确识别个案可能会出现的症状,并对由此产生的各种症状转移有清醒的认识和把握,从而最初就设计全面的治疗方案。心理分析与治疗目的不是让病人消除其情

结,而是通过觉察并理解情结在心理与行为中的作用,来降低情结的消极影响。

创伤导致个案L采用消极的自我防御。学习上“脑海中有歌,嘴里唱不出来”;L始终被创伤性情结和阴影笼罩,内心充满了不安全感,充满恐惧,不断地隐藏和逃避。人际交往上,不能很好的处理客体关系,如亲子关系。她与外在交流和接触似乎是封闭性的,不愿意同其他人建立亲密关系。

L一直有强烈的性情结,由于童年遭遇过性侵犯,因而极力弥补,努力塑造自己的清纯形象,但内心却充满矛盾和挣扎,不明白自己为什么不能生活的真实些。这些都是创伤性分离所导致的个体现实感丧失的表现:不能接纳自己(容貌、身体,思想和态度),不能协调真实自我与理想自我,现实世界和理想世界的关系。所有各种心理矛盾和冲突最后在性问题上集中体现出来。

#### 3.3 分析与治疗过程中的发展与转化

第三阶段的后面几次治疗,L开始接纳自我,接受现实,出现心理转折,她的脸上开始出现更多灿烂舒心的笑容,似乎解除了许多顾虑,也似乎开始重新审视和面对自己过去。对咨询师表现出更亲近和信任。

经过26次三个阶段的治疗后,L一段时间没再来。不久,她又来了两次回访,神态举止充满了自信,似乎重新焕发了新的生命光彩。她讲到目前她已能放下过去的一切,虽记忆犹在,但已能接受和面对。感觉现在活得很轻松,从没想过原来一个人也可以生活得很好。最后一次咨询L谈到了新的情感,有男孩子追求自己,虽有欣喜,但还没能令自己心动。感应出现(治疗师也感受到她的内心),她表达了一直坚持没来找咨询师,是希望自己可以不再依赖咨询师,学会调整自我,更好生活!这让咨询师释然:咨询与治疗使L不但成长,独立,而且没有形成咨询依赖。现在L内心已发生根本的转化,此时的她对待自己的过去,包括自己的创伤,都是一种宽容和接纳的态度。正如荣格所言,个案学会了拥有情结,而不是让情结控制自己,同时也学会了绕着情结走。(致谢:感谢导师申荷永教授的指导。)

#### 参 考 文 献

- 1 赵冬梅. 弗洛伊德和荣格对心理创伤的理解. 南京师大学报(社科版),2009,6(166):93-97
- 2 申荷永. 荣格与分析心理学. 广东高等教育出版社,2004. 1
- 3 赵冬梅,申荷永. 解释学与荣格心理分析. 南京师大学报(社会科学版),2007,1(149):99-102
- 4 申荷永. 心理分析:理解与体验. 生活·读书·新知出版社,2004. 7
- 5 DePrince AP, Freyd JJ. Forgetting trauma stimuli. Psychological Science, 2004, 15(7): 488-492
- 6 DePrince AP, Freyd JJ. Dissociative tendencies, attention, and memory. Psychological Science, 1999,10(5): 449-452
- 7 赵冬梅,申荷永,刘志雅. 创伤性分离症状及其认知研究. 心理科学进展,2006,14(6):895-900
- 8 赵冬梅,刘志雅. 创伤性分离个体注意加工的 STROOP 效应. 心理科学,2010,1(183):130-133

(收稿日期:2009-12-23)