

## 神经症案例解析

史占彪

100101 中国科学院心理研究所心理咨询中心

### 案 例

患者,男,23岁,家境较差。一年来心情抑郁寡欢,觉得活着没有意思,近来食欲睡眠较差,觉得精力不济。对于学习没有兴趣,每逢考试即紧张焦虑,有大难临头的感觉。难以集中注意力复习功课,常伴头痛、失眠。尽管考试尚能及格,但觉得自己没用,成绩太差,对不起父母。近几个月来常因头痛而缺课,对此非常不安、自责。外在表现:唉声叹气,神情悲观,对生活没有兴趣,对未来没有信心,精神萎靡不振,与人接触胆小怯弱。既往生活史与当前生活情景:患者从小听话、顺从、独立性差,高考落榜后曾找了一份工作,比较满意,但后来父母认为不好而将工作辞掉,一年来自费在某职业大学的一个“热门专业”学习。表面上看患者似乎很努力,很珍惜这一学习机会。目前患者对继续读书并无兴趣,也不喜欢所学的专业,学习只是为了让父母满意,为了得到别人的赞赏(治疗前并没有清楚地意识到)。对于患者,读书已成为一种精神负担,而且越来越重。尽管患者内心非常厌倦学习、向往轻松愉快的生活,但又无法摆脱现状,认为如果半途而废,则对不起父母,也没法向亲友交代。这种无法克服的冲突性体验导致了神经症性症状的产生。

分析、评估与治疗过程

心理社会发展历史: 促使因素: 对所学专业没有兴趣; 先前因素: 依赖、顺从、独立性差; 附加因素: 父母的强制态度和主观武断; 社会文化因素: 社会上对“热门专业”人员的偏爱与优待。

既往健康状况与治疗史: 无异常疾病史。

治疗中,医生应帮助患者认识症状产生和发展的过程,启发他的自我意识或权利意识,建立独立的价值观,而不是仅用他人的或环境的“标准”过分地约束自己。

医生对患者的处境、情感反应及行为方式应给予了完全的理解和同情,帮助他放松“超我”,去掉自责,不过分看重外界评价,以减轻对自己目前处境的担心和对考试成绩的负面评价。

鼓励患者独自选择自己的生活道路,独立地决定和处理自己的事情。如果对所学的专业毫无兴趣(也培养不出兴趣)或难以完成学习任务,可考虑换一个适合于自己的专业;如果对继续读书已感到十分厌烦和痛苦,则不必强迫自己(以免陷入更深的痛苦),可考虑找一份适合自己的工作。

通过多次谈话,患者体会到,只有按照自我的意愿,在自信、自立中追求自己的生活,才能摆脱痛苦,才能体验到人生的乐趣。因治疗的目的不是简单地消除症状(常会出现症状复发),而是要转变态度,加强自我,因此需要较长时间的治疗。

### 总 结

意识中自我的意愿与无意识倾向发生矛盾是神经症产生的重要原因。矛盾或冲突是由于部分精神活动或本能愿望受到压抑所导致(大多数是挫折

性经历)。被压抑的内容自己并没意识到,这部分内容可形成一个独立的、封闭的精神活动范围,从而对现实生活造成严重影响。

医生要通过分析,阐释意识中自我的意愿与无意识倾向之间的冲突,帮助患者逐渐完成个性形成过程,促使他的人格慢慢成熟。鼓励患者“走自己的路”,不要试图“改变”自己,即不要用过强的“超我”,压制“自我”,或过分地用环境的标准约束自我,促使患者恢复原有的、真实的面目。或者说,使患者顺其自然,甚至容忍自己的症状(允许症状存在),做自己想做而不是“应该”做的事。治疗中,医生对患者所有的无意识活动均应理解和接受,而不可作任何道德上的评价。

父母的特殊情感状态(如对待冲突的态度)对儿童可产生重要的影响,它也可以是神经症性症状背后的根源。然而,弄清楚病人目前困境的原因并不是要追究责任,而是要帮助病人洞察自己,理解自己的情感反应和行为方式同某些社会心理因素之间的联系。治疗中不应使病人纠缠于过去,而应把着眼点放在当前和未来。

通过治疗使患者体会到,要摆脱痛苦、焦虑、沮丧及无助感就要从根本上转变态度,矫正幼稚的或不成熟的情感体验,加强自我,增强独立性,形成自己的“重心”,按照自己的意愿,追求自己的生活目标。在完成了个性形成或自我意识形成之后,应围绕着自己(或者说把重心放在自己身上),而不是仅围绕着外界的标准,不是过分地用“理智”的标准束缚自我,压制本能意愿。

