

心理动力学干预中职生厌学倾向的案例报告

吴怡桐, 崔博

北京商贸学校, 北京 100162

摘要: 本案例围绕一名具有情绪低落、厌学等问题的中职生咨询展开, 究其原因为长期得不到父母的关注与重视, 导致该中职生与父母产生一系列冲突, 且采取极端方式引起父母关注。本案例采用心理动力学技术缓解该中职生所面临的心理问题, 最终达到人格结构与本我自我超我的有机统一。

关键词: 潜意识; 压抑; 退学; 心理动力学; 案例

A Case Report on Psychodynamics Intervening in Secondary Vocational School Students' Weariness Tendency

Wu Yitong, Cui Bo

Beijing Commerce and Trade School, Beijing 100162

Abstract: This case focuses on the consultation of a secondary vocational student with problems such as depression and weariness of school. The reason is that he has not received the attention and attention of his parents for a long time, which leads to a series of conflicts between the secondary vocational student and his parents, and adopts extreme methods to attract parents' attention. This case uses psychodynamic technology to alleviate the psychological problems faced by the secondary vocational school student, and finally achieves the organic unity of personality structure and id self, self, superego.

Keywords: subconscious; suppression; dropout; psychodynamics; cases

前言

《关于推动现代职业教育高质量发展的意见》指出在全面建设社会主义现代化国家新征程中, 职业教育前途广阔、大有可为^[1]。然而, 中职生(中等职业院校)在面对学业压力、职业选择和个人发展等方面, 常常会遇到一系列心理问题。这些问题如果得不到及时有效的干预, 不仅会影响学生的学业成绩, 还可能对其未来的职业发展和个人生活造成长期负面影响, 相关调查表明中职生处于心理健康劣势的群组。

本案例报告探讨心理动力学在中职生心理干预中的应用效果。心理动力学疗法主要聚焦于因患者过往经验带来的对现在的影响, 认为过去的经验塑造了人际的互动状态和移情, 这些情绪不断地干扰着患者的健康^[2]。本报告通过分析具体的中职生案例, 展示心理动力学干预心理问题的实际操作过程与效果评估。

一、案例基本情况

小A是一名职业技术学院在读学生, 男, 16岁。最近两个月感觉比较疲惫、压抑、情绪低迷, 厌恶上课, 有退学倾向。

小A的父亲有抽烟喝酒的习惯, 一般独自喝酒, 持续时间长, 频率高, 与小A交流极少, 互动和共同经历也少。

母亲与小A每周都有沟通和陪伴, 但是过于关注学习, 有时会忽略小A本人的想法。

小A期望通过心理咨询, 调整厌学状态, 改善悲观情绪。

二、理论依据

本案例以心理动力学理论依据为基础, 心理动力学理论依据

强调无意识过程、童年经历和防御机制对个体行为和情感的深远影响。该理论认为, 许多心理困扰源于未被意识到的内在冲突, 这些冲突通常与早期生活经历和童年创伤有关。通过探讨个体的无意识动机和防御机制, 如压抑和投射, 心理动力学疗法揭示和解决潜在的心理冲突, 从而促进个体的心理健康和行为改善^[3]。

三、来访者精神状态评估

根据小A身体健康状况, 可以排除器质性病变; 根据区分心理正常与异常的心理原则, 小A主客观世界统一, 人格稳定, 知、情、意协调统一, 有主动求助欲望, 没有幻觉、妄想等精神病性症状, 可以排除精神性问题与神经症性问题; 情绪低落,

甚至会经常哭泣流泪；自我评价低；学习能力下降；愉快感减少；失眠和噩梦次数频繁；主导症状是难过和自责，情绪反应在不正常范围内，心理问题未超过三个月^[4]。

四、个案概念化

（一）问题

小A想退学去工作，家里为此发生了数次激烈争吵，他想同父母进行沟通解决，但母亲态度比较强势，父亲则根本不听，导致小A情况低迷，他向自己的班主任寻求帮助，同时希望通过班主任实现与父亲的沟通^[5]。

（1）自我

小A目前在学校没有什么朋友，习惯自己玩耍，在建立亲密关系方面可能存在一定困难。他对于母亲离开，近年又回来找他的行为归因是为了房产，说明他在人际交往中缺乏安全感、信任感，无法与他人形成较为亲密的关系^[6]。

（2）适应

小A惯用的防御机制适应性较差，包括：①回避，小A对于遇到不想说的问题更多采取“我不记得，我不清楚，我不太想说”的方式进行回避。②否认，小A认为自己一直都很开心快乐，没有感到难受和痛苦。但是在后续咨询过程中，在提到继母问题时说过心里一直难受，现在提到这个心里也很难受。③压抑，小A曾失眠，情绪较差，虽然感觉心里难受，但说不出。④分离，小A在与父亲发生激烈冲突后情绪有些激动，不记得当时的过程^[7]。

（二）联系

小A年幼时父母离异，母亲的离开，父母重新组建家庭，长期得不到父亲的积极反馈加之母亲对其粗暴对待，均可能会使其在认为自己是被家庭忽视的，可能是多余的，使其无法发展出对自身的价值感和自体感，潜意识中被关注被认可的需求无法得到满足，意识与潜意识的冲突也可能是导致他难以维持和调节自尊的原因。进而形成了一种消极回避的防御模式，并一直延续至其青少年期^[8]。

现阶段的厌学情绪，或许是小A长期在潜意识中希望得到关注、重视的愿望的体现，也是其对自身缺乏价值感导致的焦虑的爆发。

家庭教育对中职生发展的影响重大^[9]，家庭功能对中职生的心理健康具有显著且积极的预测作用^[10]，家庭困境经历也会严重影响中职生的心理健康，在本案例中，家庭原因可能是导致小A厌学的主要根源。

五、咨询进程计划

（一）初步诊断

小A描述与父母产生观点冲突，及是否继续上学问题产生不同看法，小A更倾向于退学，父母希望其继续上学，因此频频发生吵架事件，初步诊断为一般心理问题。因了解到其是离异家庭，所以初步猜测可能是潜意识希望得到父母的关注重视，因此

频频产生冲突。

（二）初步咨询目标

改变或减轻目前的压抑，情绪低落等问题，以及主要面临的厌学问题。

六、咨询阶段

第一阶段：接案和建立关系

小A认为父母的观点太绝对，很难听得进去自己的想法。家庭背景为离异重组家庭，基本详细的了解了离婚的事件原因等等细节。与所有亲人除了主诉之外的事件没有明显冲突。姐姐结婚事件让小A感到开心。提及与父亲的关系和与后妈的关系时出现阻抗反应。

第二阶段：发展阶段

因小A仍然生活在其父母环境之中，所以对咨询师发生移情较轻微，小A有明显的意愿希望与咨询师进行沟通，并且想要咨询师与父母尽心沟通。小A真实的倾诉对象可能是更希望是父母。

因移情反应并不严重，并且是在合理的范围之内，并没有进行过多干涉。

小A在理解了过去的行为和经历怎样影响着决定他现在的行为和经历后，就能选择较为灵活而非刻板的行为方式并做出适当的选择^[11]。

第三阶段：修通阶段

运用了解释及让小A表述其期望父亲的样子等方法，让其意识到其真实冲突是潜意识对父亲的不满，以及希望得到父亲的关注，才产生的厌学情绪。

过程中出现了多次阻抗，每次提到父亲时都拒绝回答，甚至恐惧回答对父亲的想法。通过对小A进行关系建立，咨访关系得到建立，逐渐解决小A对父亲的阻抗问题^[12]。

第四阶段：移情的解决阶段

本案例中明显出现了移情，在咨询师提出将要结束的时候，小A表达出想要谈谈对其后妈的看法。但进行下一次咨询后发现仍然是与父母之间的关系问题，本来已经消失的问题突然又出现了。对其进行了解释得到逐步缓解^[13]。

第五阶段：结束和巩固阶段

通过对整个咨询过程进行回顾和总结，了解到小A的变化和未来可能面临的问题。通过咨询对小A的进步给予正性反馈与强化，鼓励小A肯定自己的能力，认可自己，进而正面评价自己。使小A有一个坚定信心来面对今后的学习生活^[14]。

第六阶段：成效评估

本案例中更多的是对其行为进行了评估，发现随着咨询的进行，小A的厌学情绪有明显地改善，从听课次数的增加，以及笔记的完成等等都有明显的区别。

七、咨询效果

小A互动积极，参与度高，总计六次就基本解决小A大部分

问题,但对于家长仍然有部分意见。已经恢复正常上课,课程任务也基本可以完成。线上课程可以跟上老师讲解内容,总体情况得到明显改善。因此,心理咨询基本达成目标。

八、案例总结

在本案例中影响小 A 情绪反应和心理状态的主要有几种因素相结合,首先其家庭教养方式主要以父亲和后母的粗暴对待为

主,家庭教育方式会引起中职生的焦虑状态,以及影响其主观幸福感。而小 A 与母亲的依恋关系不稳定,依恋类型不同会影响中职生的欺凌行为^[15],家庭关怀度也会影响中职生的人际信任。进而会对其同伴依恋产生影响,增加孤独感,影响中职生的社会适应功能,从而产生厌学的心理情绪。因此在本案例中,咨询师通过让其意识到所处的亲子关系状态,亲子关系会影响中职生的心理健康。也是本案例中比较侧重的一点。

参考文献

- [1] 中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于推动现代职业教育高质量发展的意见》[J]. 中华人民共和国国务院公报, 2021, (30): 41-45.
- [2] 俞国良, 靳娟娟. 我国中职学校心理健康教育状况分析: 来自调研的证据 [J]. 清华大学教育研究, 2021, 42(02): 48-58. DOI: 10.14138/j.1001-4519.2021.02.004811.
- [3] J. URSANO R, M. SONNENBERG S, G. LAZAR S. 心理动力学心理治疗简明指南 (第 3 版) [M]. 曹晓鸥, 译. 北京: 中国轻工业出版社, 2018.
- [4] CABANISS D L, CHERRY S, DOUGLAS C J, et al. 心理动力学疗法 [M]. 徐玥, 译. 北京: 中国轻工业出版社, 2012.
- [5] 郭念锋. 心理咨询师国家职业资格三级 [M]. 北京: 中国劳动社会保障出版社, 2017.
- [6] 沙燕. 家庭教育对中职生发展的影响及班主任的应对策略 [J]. 当代家庭教育, 2024, (05): 94-96.
- [7] A Y P, A Z Y, A X H, et al. Family functioning and mental health among secondary vocational students during the COVID-19 epidemic: A moderated mediation model [J]. Personality and Individual Differences, 171.
- [8] Rahmandani A, Kahija Y F L, Sakti H, et al. The Relation of Perceived Family Distress to Forgiveness, Hope, and Life Satisfaction Among Indonesian Vocational High School Students [C] // Annual International Conference on Social Sciences and Humanities. 2020. DOI: 10.2991/assehr.k.200728.035.
- [9] 余啸. 中职生家庭教养方式、情绪调节与社交焦虑关系及干预研究 [D]. 华中师范大学, 2020. DOI: 10.27159/d.cnki.gzhzu.2020.000407.
- [10] 欧阳坤. 父母教养方式对中职生主观幸福感的影响: 情绪调节方式的中介作用 [D]. 西北师范大学, 2016.
- [11] 范励学. 中职生父母教养方式、依恋类型与欺凌行为的关系研究 [D]. 西北师范大学, 2022. DOI: 10.27410/d.cnki.gxbfu.2022.001282.
- [12] 孙绍华. 家庭关怀度、未来期望对中职生人际信任的影响及干预研究 [D]. 贵州师范大学, 2023. DOI: 10.27048/d.cnki.ggzsu.2023.001448.
- [13] 桂腾娅. 中职生同伴依恋、自我隐瞒与孤独感的关系 [D]. 贵州师范大学, 2022. DOI: 10.27048/d.cnki.ggzsu.2022.000953.
- [14] 李璟. 中职生的同伴依恋与社会适应: 反省功能的中介作用 [D]. 西南大学, 2020. DOI: 10.27684/d.cnki.gxndx.2020.004015.
- [15] 曹雅洁. 中职生亲子关系与心理健康的关系 [D]. 西南大学, 2023. DOI: 10.27684/d.cnki.gxndx.2023.003517.