



大家好, 2018-2019 美利华全国临床诊疗技能大赛第二十场于1月26日10:00 正式开始, 今天的参赛选手为来自四川省绵阳市的心理咨询师毛素华。大家观看比赛的同时为其打分还可参与抽大奖。

抽奖操作步骤: 关注公众号“美利华”, 打开右下角“大奖赛”, 会弹出“观看大赛”和“锦鲤体质”。点击“锦鲤体质”, 在10:00-11:30之间为心理咨询师毛素华打分; 点击“观看大赛”, 可收看大赛现场直播, 于11:50参与抽奖。

以下为心理咨询师毛素华访谈并整理的案例背景:

患者, 17岁, 女性, 文科, 高三学生。主诉因“感觉说话语速慢、腼腆”而来访。

现病史: 患者自述自己胆小, 内向, 像一个腼腆的小白兔。从高一进入一所寄宿高中, 因为之前的朋友都没有在一起了, 感觉所有的很陌生, 就不愿在该校读书, 她就经常哀求父母转学, 她说学校什么都不好, 校风不好, 同学、老师也不好。每一周回家后就不愿意返校, 会难过、伤心哭泣, 烦躁。父母每周都是哄着劝着送她回学校。她说她高中的学习生活很轻松, 上课听不进去就睡觉。班上有学生40名, 她的名次一直在33名左右。她说她有几个好朋友, 有两个闺蜜, 和朋友相处好。但是她又说她喜欢一个人, 一个人开心, 问她喜不喜欢交朋友, 她说她想交朋友, 但是感觉自卑, 感觉自己能力不够, 害怕别人对自己的负性评价, 害怕别人不接纳自己。高二暑假的时候, 家长让她开始学习雅思, 从那时候就开始抽烟喝酒, 而且每一天都得抽烟, 偶尔可以喝一点酒, 自述抽烟喝酒要好受一点。她在学校表现很乖, 但是在家里容易和妈妈发生冲突, 易激惹, 心里烦躁, 逼急了会砸东西, 曾有过暴走。2019年之前打过妈妈好几次, 这次因为拒绝去学校上课, 想在家复习, 不参加高考, 想直接去读大专, 而爸爸要



求她参加高考，冲刺本科产生矛盾，因此离家出走，两三天宁可在24小时快餐店流浪辗转，也不回家回学校。患者自述睡眠不好，容易醒，一上学就睡不好了，半小时才能入睡。患者大部分时间烦躁，为一点小事就会烦躁不安，想事情多。

既往史: 母亲31岁生下女儿，早产3个月（6.2斤），自然顺产，住了5天保温箱。

个人史: 6岁开始读小学一年级，读书的时候，和爸爸妈妈住在一起，寒暑假就和爷爷奶奶在一起。8岁的时候发现脊柱侧弯，12岁（初二暑假）的时候行脊柱侧弯手术，术后两个月没有看书，没有学习，才安装上的时候感觉不灵活，现在感觉适应了。她说她可以骑单车，可以拉双杠，但是平时不怎么运动。患者不希望朋友知道自己安装支架的事情，从小到大，所有穿衣吃饭的事情，全是父母包办，从上小学到上初中，都是走读生，住在家里。她说小学时候的成绩不好，别人90多分，自己80多分，有时候也有100分，但是很少的时候有。初中的成绩一直处于中等，如果自己努力一点，可以达到中上等。爸爸妈妈一直对自己要求高，对自己有很高的期望，但是只是注重过程，不看她的结果，意思只要她努力就好。初中毕业以后，考进当地一所最好的高中（父母这样说）。

家族史: 爸爸话多，急性子，爱发火。妈妈有洁癖，爱收拾，是个爱操心的人。

概念化: 患者爸爸妈妈都是爱焦虑的人，有一定的遗传因素。另外患者早产，而且又做过脊柱侧弯手术，爸爸妈妈过份宠爱，凡事包办代替，从小经历少，抗压能力弱，所以很容易就会出现适应不良，从高一住校起就不适应学校生活和学习，到学雅思压力太大不能适应，就产生的冲动的抽烟喝酒负性行为，再到后来要面对高考时逃避，不愿意参加高考。患者所表现的都是无法适应现状。患者自己从小因为自身身体原因而敏感担心，自卑、自感能力不足，紧张焦虑，担心朋友负性评价，凡事容易回避，有回避性人格特质。



初步诊断: 适应障碍。

鉴别诊断:

1. 与神经发育障碍相鉴别: 当问及患者家人是否做过神经发育方面的检查没有, 她父母不愿意谈及这方面的话题, 但是根据患者说话的语速慢和语言表达能力不是很好, 似乎还不能完全排除神经发育障碍, 这个需要老师督导
2. 与广泛性焦虑障碍相鉴别: 患者仅仅出现在压力情况下的焦虑、担心、易激惹, 焦虑表现没有泛化。

治疗方案:

1. 生物方面。药物建议遵医嘱, 另外建议患者听音乐、多运动。
2. 心理方面。建议每一天练习正念, 正念可以帮助患者缓解压力和焦虑, 同时进行心理咨询, 做 CBT 治疗、睡眠认知行为疗法和家庭心理治疗, 让爸爸妈妈和患者明白是什么病, 什么原因导致的困扰, 了解接纳的同时, 从而进行调整。
3. 社会方面。建议父母先不要给女儿太多压力, 与学校沟通先不去学校上课, 饮食起居要有规律, 请家庭老师在家帮忙辅导复习, 然后下一步再商量是否参加高考。