



大家好, 2018-2019 美利华全国临床诊疗技能大赛第二十四场于3月9日10:00 正式开始, 今天的参赛选手为来自四川绵阳三台县精神病院的心理治疗师、心理咨询师吴纪林。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之间为吴纪林治疗师打分; 点击“观看大赛”, 可收看大赛现场直播, 于11:50参与抽奖。

以下为心理治疗师**吴纪林**访谈并整理的案例背景:

**一般情况:** 来访者, 男性, 27 岁, 大学本科, 建筑学专业, 未婚, 待业, 主因“情绪低落, 行为懒散, 睡眠差 7+月, 加重 4 月, 不知活着的意义是什么, 想通过枪支或者安乐死等方式结束自己的生命”由母亲陪同来访。

**现病史:** 来访者自诉其从初中时就有压力大的感觉, 压抑, 常有不爽的感觉, 发泄不了, 一次和同学嬉闹中被打后要感觉好一点, 后逐渐觉得被别人打的时候, 自己的那种压抑不爽的感受有所缓解, 当自己有那样不爽的感受时就会让同学打几下自己, 自诉其挺享受那种被打的感受。于 2008 年底来访者 (16 岁) 高一上学期开始逐渐出现不想上学, 害怕上学, 感到焦虑, 入睡困难, 学习成绩有所下滑, 由年级前 3 到 4 名下滑到年级 40 名左右, 但在班级中仍是保持第一名, 其诉目前已想不起当时是因为什么原因厌学, 后由母亲带至当地某专科医院心理科就诊, 行一次心理咨询后缓解; 后再次出现类似情况, 于 2010 年到当地医院就诊, 具体诊断不详, 给予帕罗西汀半片每日对症处理, 后逐渐加量至 1 片每日, 情况有所缓解, 坚持完成高中学业, 高考成绩优异, 其母亲诉其本科就读 A 大学 (国内一类名校) 医学系本硕连读, 但由于其和



第一任女友约定到杭州读书, 遂选择 B 大学(国内重点名校)建筑系专业就读。高考结束后, 来访者自诉有过一段时间(几个月)的兴奋, 觉自己能力好, 精力较充沛, 也较以往更容易同他人接触, 睡眠较之前减少, 但仍然会有疲倦的感觉, 也无挥霍钱财的表现。但因其第一任女友未能如约同其一起在杭州读书, 并同第一任女友分手, 开始感到情绪低落, 睡眠差, 不想学习, 又由于其所就读大学的一名学生自杀, 该大学生的遗书中有“生活的意义是什么?” 这样的字句, 后来访者也开始思考“生活的意义是什么?” 这样的问题, 后情况加重, 影响其正常的大学学习, 遂于 2012 年由其母亲带至杭州某专科医院就诊, 诊断“双相情感障碍”住院治疗, 给予“碳酸锂、拉莫三嗪、丙戊酸钠、草酸艾斯西酞普兰、劳拉西泮”等药物治疗, 具体用量不详, 并在此期间休学一年, 此后一直按照“双相情感障碍”服药治疗, 除期间存在“白天疲倦, 睡不醒”的表现, 其他情况与之前较稳定。2018 年 7 月, 来访者得知其女友“劈腿”出轨后, 觉女友打破了自己的底线, 感到愤怒, 遂和其女友分手, 后逐渐感到情绪低落, 失眠, 做噩梦(会梦到自己上学期间有怪兽在学校有关的梦境), 后大学毕业后回到老家, 在家里人的建议下从事辅警的工作, 于 2018 年 12 月后逐渐加重, 到当地某专科医院住院治疗, 诊断同前, 给予“碳酸锂、拉莫三嗪、坦度螺酮、草酸艾斯西酞普兰”等药物治疗, 在医院住院时, 觉护理人员把自己当精神病人, 忽视自己的看法和感受, 觉周围人不可信任, 由于其本次住院是父亲强行要求, 故更加憎恨父亲, 说父亲不是人, 访谈中也拒绝谈论父亲。并于 2 周前调整药物为“碳酸锂 250mg bid, 拉莫三嗪 50mg bid, 喹硫平 0.2g qn, 米拉普伦 100mg bid”后睡眠较之前好转, 但仍觉生活无意义, 行为懒散, 不想做事, 存在自杀观念, 无具体自杀自伤行为, 食欲差, 舌头只对辣味有感觉, 每天会在母亲的要求下进食少量的牛奶、炒面等食物, 体重减少近 20 斤, 诉想通过安乐死或枪支等方式自杀, 也曾想通过联



系黑帮购买枪支自杀,但由于国家扫黑除恶的原因没办法实施买枪;有想摔手机、平板电脑等电子产品的行为和冲动,自诉手机摔起来手感好,喜欢手机等电子产品屏幕破碎和摔出主板的感觉。

**既往史:** 来访者曾患先天室间隔缺血心脏病,于其 5 岁行手术治疗,其后无特殊;初中开始出现耳鸣的困扰,后在当地医院诊疗后,医生告诉其“十耳九鸣”,未做特殊处理,其目前能够忍受耳鸣的问题;否认其他特殊疾病史。

**个人史:** 独生子,母孕期具体情况不详,出生时体重 2.7kg,3 岁前由其姥姥照顾,3 岁后和父母一起生活,但由于父亲工作的原因,很少照顾来访者,母亲为主要照料者;3 岁半上幼儿园时被同班同学欺负,后去向老师告状无果,遂用头磕地磕了一个大包,开始害怕上幼儿园,拒绝去幼儿园;4 岁时才和邻居家的小孩一起到另一个幼儿园上学;5 岁时,父母在未告知来访者的情况下,将来访者送入手术室进行心脏手术,来访者记得其当时感到害怕,觉得是不是被拉去做特殊的科学实验。高中之前学习成绩优异,大学期间由于情绪困扰和挂科等原因休学于 2012 年和 2014 年休学两次,于 2018 年完成大学学业。自诉其一直不清楚自己是什么样的性格,不了解自己,不清楚自己是较内向还是外向。除了正常的学习和工作,很少和其他人沟通,称大学之前还有一些朋友,但是大学后就没有再联系,因为自己不太喜欢社交软件;来访者从高三开始到 2018 年 7 月间共有 3 段感情经历,三段感情中多数是对方主动,自己被动,称在对方表白之前自己压根不知道对方喜欢自己,但过后也会接受确立恋人关系,恋爱中自己多会忍让和迁就对方,第一段感情由于对方高考不好没能在一个城市上学而分手,第二段感情由于其在住院治疗期间对方打电话没接后被对方拉黑而分手,最后一段感情由于对方劈腿,自己难以接受这个事实而提出分手。来访者自小和母亲较好,母亲较宠爱来访者,以鼓励说教为



主, 但母亲对于来访者要求较高, 自诉如果没有考好会挨骂; 来访者大学之前和其父亲关系一般, 由于父亲言语较少, 不太和来访者沟通, 且父亲爱好打游戏, 同父亲接触和沟通较少, 父亲教育方式简单粗暴, 以打骂等方法为主。大学期间每次关于要生活费的事情都会被父亲说教甚至辱骂, 后慢慢开始讨厌父亲, 憎恨父亲, 认为父亲不是人, 没有做过一件好事等, 甚至有想杀死父亲的冲动。来访者自小认为父母关系不和睦, 曾经以纸条的形式向父母表达其认为家庭中父母关系不和睦情况。

**家族史:** 来访者母亲, 为内科护理工作人员, 爱操心, 容易焦虑, 追求完美。来访者父亲中专学历, 公路工程师, 性格固执, 行为方式简单粗暴, 喜爱电子游戏, 不太善于和家里人或其他人交流和沟通。奶奶的两个姐姐为自杀而死。

**概念化:** 来访者自小表现得不太善于言语表达, 不太善于和他人沟通, 性格同父亲一样固执, 思维缺乏活性, 对于生活事件的认知多是非此即彼的不合理认知, 来访者的成长过程中, 其父母的教养方式也存在诸多不一致, 父母会为教育来访者的方式问题发生争执, 家庭关系不和睦。其母亲爱操心, 容易焦虑, 爱唠叨, 对来访者要求较高, 同时也溺爱来访者, 而其父亲则性格内向, 固执, 不太善于言语沟通, 对于来访者教育方式以打骂指责为主, 简单粗暴, 父亲在来访者的成长过程中对于来访者较为忽视, 甚至强势, 如打骂来访者的理由是“因为奶奶可以打我(来访者父亲), 我便可以打你”, 而父母个性和教养方式的分歧和冲突就为来访者提供了一个不太稳定的生长环境; 父母在他的教育和成长发育中, 几乎很少去倾听他的主观感受, 存在忽视的情况, 也没能在他成长中提供如何正确应对生活事件的学习模板, 可见他在应对生活事件时也同其父母一样表现得情绪化, 易冲动。在访谈过程中谈及自己时, 来访者仅能对事件进行描述, 很难表述其对于事件的看法和感受, 其在初中和高中阶段出现莫名的压抑和心情不



爽的感觉,也可视为其情绪的不稳定;当出现情绪不爽时,会要求其他同学打自己,以缓解,可视为一种对于自己的攻击,有潜在的自我损伤的冲动性;在3岁半时被同班小朋友欺凌,在寻求老师的帮助下,却被老师忽视,其诉求没有得到满足,便用头磕地的行为来表达,后害怕回到幼儿园。母亲对来访者较为溺爱,尽量满足来访者的要求,后为其办理了休学,4岁时才到家楼下的幼儿园读书,其后也与其同学和老师关系一般,读书时除了学习方面的事情外很少和身边的同学和老师沟通交流,几乎没有特别亲密的朋友,就算在高考结束后感到较之前兴奋和更容易和他人接触时,也仅仅是同他人的泛泛之交,来访者在高中开始的三段恋爱经历中,均为对方主动向自己表白后自己欣然接受,后虽然对女友事事迁就忍让,但在恋爱中也没有明显的亲密感受,就算是在性爱过程中,来访者也没有较明显的兴奋和亲密感受。来访者虽自称曾有较好的朋友,但是很少主动和他人进行联系,甚至在高考后由于彼此不在一个城市而断了联系,可见其几乎没有特别的亲密朋友,也无法同他人建立较为稳定的、亲密的关系。来访者从2010年开始,就在不断思考“生活的意义是什么?”,也曾认为高中时高考便是其人生意义,大学时认为其女友便是人生意义,后于女友分手后便觉其生活没有意义,可见对于自己生活的赋予合理意义,缺乏把握现实的能力,表现为对于生活的无意义感,慢性的空虚感。在访谈过程中,来访者在谈及自己时,无法较肯定的描述自己的个性,不清楚自己是什么性格的人,认为自己有时是外向,有时又是内向的,可见其自我形象存在不稳定。

**诊断:** 1、边缘型人格特质 2、双相情感障碍

**治疗方案:**

1. 生物治疗: 来访者在两周前调整药物为“碳酸锂 250mg bid, 拉莫三嗪 50mg bid, 喹硫平 0.2g qn, 米拉普伦 100mg bid”后, 情绪和睡眠情况有所缓解, 可继续沿用。目前出现



食欲不振和手抖等表现,可适当减少碳酸锂的用量,待情绪进一步缓解后,鼓励其参加适当规律的体育锻炼,如慢跑,一周三到五天,每次30分钟,达到微微出汗即可,帮助其发泄不良情绪,以减少其冲动毁物的冲动。

## 2. 心理治疗: 动机面询+辩证行为疗法(DBT)+正念+放松训练

来访者目前缺乏改变的动机,觉生活无意义,对于生活多为无所谓的态度,缺乏主动性和目标,所以心理治疗的前期采用动机面询,为其生活赋予现实意义,提高其改变和治疗的动机;来访者的认知模式存在非此即彼、以偏概全等不合理认知,通过认知行为疗法,让来访者知道自己是什么样的问题,问题从何而来,改变其目前的不合理认知模式,建立辩证的认知行为模式。建议来访者学习一些正念和放松训练的方式,如正念觉察、正念行走和呼吸放松训练,保持一个较为放松、平静的状态,通过正念的练习,也能够提高来访者把握当下的能力。

3. 社会调整: 来访者母亲为内科护理人员,对于来访者的一些症状有一定的了解和理解,在来访者的诊疗活动中态度积极,心态乐观,也愿陪伴来访者做接下来的治疗,是来访者目前较为优势的社会资源,虽然来访者感觉和其母亲现在也无明显的亲密感受,但其知晓自己如果死掉,母亲是会伤心的,所以建议来访者母亲多陪伴来访,倾听和理解来访者的感受,以真诚、共情的态度与来访者相处,建立更好的情感联系。同时来访者同父亲关系敏感,可以建议父母尽量少的干预来访者的生活,减少不良刺激。来访者目前刚刚大学毕业不久,且目前情况其不太愿意参加需要付出努力的工作,可以继续进行一段时间修整,待情况缓解后再思考工作方面的问题。