# 2024年案例分析报告的格式 保险案例分析报告(模板8篇)

来源：网络 作者：梦里花落 更新时间：2024-04-30

*“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。那么，报告到底怎么写才合适呢？以下是我为大家搜集的报告范...*

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。那么，报告到底怎么写才合适呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

**案例分析报告的格式篇一**

北京市某中学12月招收合同制工人，b某是其中之一，并签合同期3年。10月20日b某生育后休产假3个月，201月该校以劳动合同期满为由，与b某终止劳动合同。b某不服，于2月15日向劳动争议仲裁委员会提出申述。b某认为：其尚在哺乳期，校方终止合同后本人不好找工作，会给生活带领困难。要求延长合同期限。

**案例分析报告的格式篇二**

为每份纯真美好出力

心简直要被萌化了!可口可乐把世界各地婴儿的哼哈声，剪辑成了欢乐颂，真牛。

但这是一个公益广告，画面里这些小宝贝的举动和声音，都是那么纯真无邪，可爱万分。可是每天全球有650个婴儿携带者hiv病毒出生。可口可乐相信，在你的帮助下，这个数字能够减少到0。

**案例分析报告的格式篇三**

（一）一般情况

刘某，男，19岁，未婚，大一学生，排行老二，上有一姐（已上大学），出生于江西省一个小农村，从小在父母身边长大，父母为其监护人。

（二）个人成长史

1、童年期生活：经来访者母亲陈述得知，来访者的母亲围产期、生产时情况良好，顺产；来访者童年时期走路、开始说话的时间与正常儿童一致，无重大特殊事件发生；童年时未患重大疾病，童年时与母亲感情融洽，无退缩或攻击行为，父亲在外打工，与来访者接触较少。

3、来访者的精神状态：自我评价极高，自我感觉极好，否认自己有心理问题，易怒，情绪很不稳定。

4、来访者的社会功能：上网过多影响正常的学习和生活

（三）个人主诉

我是从农村考上大学，以前的主要生活就是学习，也没有什么机会接触网络，到了大学后宿舍的同学经常在一起大谈时下流行的网络游戏，感觉自己对此知之甚少，好像跟同学脱轨了似的，于是便开始接触各类游戏，以证明自己的全面发展。最初上网有节制，只是周末玩1-2小时，学习、生活正常。两个月以后，上网逐渐失去节制，每天都要去一趟网吧，并开始间歇性地逃课，生活开始变得无规律，打篮球的爱好也放弃了。临近期末时，每天玩通宵，白天回寝室睡觉，基本放弃了学习。期末考试有五科亮红灯。寒假返校，仍然止不住泡网吧。现在一离开网吧就烦躁不安，心里空荡荡的，没有精神，什么事也不想干。吃饭没有胃口，肠胃不舒服，见人也不想搭理。看不进去书，记忆力明显下降，思维和反应速度明显减慢。内心痛苦，想尽快改变现状，可一次次努力都以失败告终。其实上网也没有特别的偏好，打游戏、聊qq、浏览网页等，可就是离不开网络。

（四）观察和收集到的材料

二、评估与诊断

1、心理状况的评估：上网过多，影响到正常学习和生活

2、诊断：严重网络成瘾，属于眼中心理问题

3、诊断依据：

2）根据许又新的神经症评分三标准：病程、精神痛苦程度和社会功能受损程度，求助者得分不足六分。可以排除神经症。

3）根据求助者的症状表现：每天都必须上网，一接触电脑便“有劲儿”，一旦离开则烦躁不安，没有精神，现实兴趣减退。可以断定求助者的这些表现皆源于网络成瘾。

4）心理测验结果：选择yong的网络成瘾测查量表，求助者的总分达到85分，属于重度网络成瘾。

三、咨询目标

1、具体目标与近期目标：改善网络成瘾状态，恢复正常的学习和人际交往，提高生活自理能力。

2、最终目标与长远目标：提高学习动机和自信心，增强自我调控能力，促进求助者的心理健康和发展，达到人格的成熟与完善。

四、咨询方案

（一）咨询方法和原理

1、方法：认知行为疗法

2、原理：认知行为疗法认为错误的认知和观念是导致情绪和行为问题的根源。因此，咨询的根本目标就是要发现并纠正错误观念及其赖以形成的认知过程，使之改变到正确的认知方式上来。咨询师可以通过提问和自我审查的技术来帮助求助者确定问题，使用语义分析技术来纠正核心错误观念，并运用行为矫正技术来改变求助者不合理的认知观念，经过认知复习巩固刚建立起来的认知过程和正确的认知观念，使求助者在实际生活中能够做到完全依靠自己来调节认知、情绪和行为。

3、咨询过程

第三步，学习动机激励。以优秀人物传记作为榜样激励，以格言警句励志，对自我形象进行积极心理暗示，树立正确的人生目标；在学习方面提供必要帮助，培养学习动机等。

3.2具体咨询过程

第一次咨询（xxxx年5月9日）

目的：了解基本情况，建立良好的咨询关系。

过程：填写治疗登记表，询问基本情况，介绍治疗的有关事项和规划。通过平等、真诚的交流与来访者建立合作、平等的良好的治疗关系，获得来访者的信任，较全面、真实地了解了来访者的基本情况。

第二次咨询：（xxxx年5月16日）

目的：加深咨询关系，进行心理诊断，确定咨询目标。

过程：在前一次所建立较好咨询关系基础上，对其进行心理测评，然后将事先整理好的有关资料交给刘某，资料内容包括：怎样正确使用互联网，上网过度对个人身心健康造成的危害等，希望他回家能认真阅读一下；每天坚持写日记，记录自己每天玩游戏的时间、频率以及对自己的影响等。同时，给其父母布置作业：每一周由母或父给儿子写一封信，说出最想对孩子说的话，写出对孩子的爱和担忧。目的是通过文字传递真实的感情，缓解紧张的亲子关系，建立良好的家庭氛围。

第三次咨询：（xxxx年5月24日）

目标：纠正负性认知。改变来访者对自己的消极信念，充分认知网络成瘾的危害性，强化其愿意改变的意愿。

过程：通过团体治疗让来访者深入地探讨与学习如何提高自信、培养责任感、增强抗挫折能力、增强情绪管理能力、改善人际关系等等具体问题的解决，让来访者在与其他学员的互动过程中练习习得的新能力和方法。向他出示了一些关于过度使用网络的诊断标准，来访者表示可以接受，通过对照自己记录的时间表，他承认上网时间是多了一点。其母亲非常配合，将她写给儿子的信，拿了出来，我让刘某尽可能带着感情读一遍，信中内容包含关切之意，刘某脸上出现受感动的表情。低着头说“自己让父母操心了”。

第四次咨询：（5月30日）

目标：巩固之前取得的效果，使来访者彻底摆脱原有的不合理的信念及思维方式，认识到网络对自己的危害；使来访者学会理性的思维方式，学会与环境相适应的情绪和行为反应模式，从根本上清除病因，学会和家长交流、沟通；对于来访者的父母，让他们认识到孩子的年龄阶段的需求，学会尊重和理解孩子，与孩子沟通、交流。

过程：通过个体治疗的会谈，就其家庭作业做进一步的分析，通过苏格拉底式辩论使来访者彻底摆脱其不合理的信念，使其明白“每个人没有权利必须得到周围人士的赞赏”，教会来访者使用“黄金规则”去处理人际关系，帮助来访者进一步摆脱原有的不合理信念及思维方式，学会用“希望”、“想要”代替“必须”、“应该”等，从而使来访者在治疗结束之后仍能用学到的东西应对生活中遇到的问题，并对出现新的、合理思维和行为进行及时的阳性强化，让来访者体验到自己掌握命运的能力，提高自信心，减少他以后生活中出现情绪困扰和不良行为的倾向，以使其能更好地适应社会现实生活。通过来访者和其母亲的家庭治疗，让亲子间的关系得以缓解，相互了解彼此的内心真实想法，明确沟通的重要性，寻找适合于自身家庭的交流模式，并不断练习使用该交流方式，使之成为一种自然的沟通。

布置治疗作业：让来访者收集自己在日常生活中对其他事情的看法，找出其中不合理的地方，对不合理信念进行分析，找出新的合理的信念，写出自己获得的新的情绪和行为，以及治疗的收获等，从而加深、巩固新的合理的信念。

第五次咨询：（6月6号）

目标：网络行为矫正。与求助者共同讨论和商定具体、可行的行为矫正方法过程：1、检查家庭作业，通过前几次的咨询来访者对自己的网瘾情况有了一定的认识，自责自己太不自觉，逃了很多课，对之前的一些消极的信念也有些改变。顺势向他介绍了一些学习—奋斗—成功的知识和榜样，说明学习对人是多么的重要。他也很高兴地给我讲述自己当年中考时多么用功。2、讨论行为矫正方法：

1）避免去校外网吧，远离无节制上网的环境。倘若实在有需要，如查阅学习资料、上交课程作业等，则直接到学校电子阅览室。

2）每次上网不得超过一个半小时。随身携带小闹钟，并将闹钟的定时器调至一个半小时。如果超过规定的上网时间，耳边则会响起刺耳的警示铃声和催促录音。

3）每天坚持约上几个同学打篮球40分钟。这种转移能量法，不仅能减少求助者对网络的依赖，改善与同学的关系，恢复正常社会功能，而且还有助于其逐渐克服自卑，提升自我效能感。

4）早晚盥洗，每天坚持叠被子、收拾课桌，养成良好的个人卫生习惯。

5）每天坚持写日记，记录网络使用行为，以及学习、身体锻炼等其他活动，并进行自我评价。

第六次咨询：（6月12号）

目标：巩固提高来访者的理性信念和行为模式，激励学习动机。启发来访者发现自身优势，挖掘内在潜能。

过程（1）询问行为矫正方法执行情况：求助者说，这星期以来，没有去过网吧，只是周末到电子阅览室，给高中朋友发了一封邮件。

（2）引导求助者回忆上大学以来的成功经验，越多越好，哪怕是很小的一次成功，以进一步唤起求助者对成功情绪的积极体验。

（3）对求助者的成功经历和完成咨询作业的情况给予热情洋溢的肯定，并启发和帮助求助者充分挖掘自身的优点，建议其将这些优点一一列举出来，写在便携笔记本上，以便于随时提醒自己，激励自己。咨询师还重点就求助者“不甘落后”的优点，作了深入翔实的阐析，并对其进行积极的暗示，“其实你的心里一直有一股很强大的、向上的劲儿，只是被某个盖子压着了。只要掀开这一盖子，你那股巨大的力量就发挥出来了”，真诚、热情地鼓励求助者深入发掘自己的内在潜能，争取最大限度的进步。

4、咨询效果评估

（1）求助者症状的改善：不再沉迷于网络，能够按时上课、就寝。

（2）辅导员的评价：人变精神了，很少逃课了。上课状态有所改善，参加班集体活动的次数增多。听室友反映，求助者爱干净了很多，与同学之间的交往也增加了许多。

参考文献：

[1]钱铭怡。心理咨询与心理治疗。北京大学出版社，1999年第1版。

[2]王登峰。临床心理学。人民教育出版社，1999年9月第1版。

[3]郭念峰主编。国家心理咨询师职业资格培训教程。民族出版社，2024年版。

[5]严文华，做一名优秀的心理咨询师。华东师范大学出版社2024

**案例分析报告的格式篇四**

在这一步骤，主要将上一步完成的写作方案中已条理化的资料，按照方案中的标题或者问题，归纳整理成段落。此时，需要根据整篇报告的字数要求，考虑每一段落需写作的字数。每段开头要写出概括整个段落中心意思的主题句，然后展开分析和提供论据。如何展示自己的看法以及案例中的事实与相关理论之间的逻辑关系，是作者要特别注意的。

第六步：编辑校对草稿，打印上交作业

案例分析报告的最后一步与调查研究报告的最后一步没有多大出入，可参照那部分内容，不再赘述。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**案例分析报告的格式篇五**

1995年我加盟飞马士集团，担任营销总监，这是一家代理国外产品销售业务的公司，主要经营进口啤酒，是科罗娜(corona)啤酒、米勒(miler)啤酒的中国大陆地区的总经销商。

科罗娜啤酒是墨西哥啤酒，墨西哥是农业为主的国家，在世界上引以为骄傲的产品只有龙舌兰酒和科罗娜啤酒，在欧美很畅销。作为进口啤酒，科罗娜啤酒与喜力啤酒在销售价格上差不多，属于进口小瓶啤酒的高档品牌。

飞马士集团只是偶然的机会拿到了科罗娜啤酒的中国大陆总经销，没有啤酒分销的渠道和经验，老板刘五一(也是普尔斯马特集团的老板)不懂营销，不愿意花钱开展全国范围的正规营销，营销费用能省就省，对经销商采取一手交钱一手给货的销售办法，墨西哥莫代罗酒厂很少提供促销品，飞马士也少有促销支持。好在老外很认科罗娜啤酒，早在中国大陆设立总经销之前，已经有水货充实市场。1995年公司科罗娜啤酒的年经销任务是10万箱，我加盟的时候，进口10万箱半年过去了只销售了2万箱，大量库存积压。

二、科罗娜啤酒面临的难题

三、科罗娜啤酒的营销策略

营销策略的核心是塑造科罗娜的品牌形象，使它扎根于消费者心目中，形成口口相传的乐于传颂的美妙故事。

四、科罗娜啤酒的营销计划与实施

5、设计印制促销服装和广告t恤，供促销人员穿着和在地区大型促销活动现场抽奖使用;

9、还有一些与营销计划配套的措施，如把全国按北部、中部、南部划分三个区域市场，除北京总部外，在上海、深圳设置分公司，分三个口岸进口，并设置仓库，便于就近分销，这里不详细例举。

五总结

科罗娜的广告宣传策略非常成功，起到了四两拨千钧的效果，仅仅20多万的宣传费用，就能创造数千万元的销售业绩，对市场的拉动和潜在消费群的培育非常有效，我编撰的科罗娜亚文化故事几乎对所有接触我们科罗娜宣传品的人影响极大，我的许多朋友跟我说：他/她与朋友们分享了科罗娜和科罗娜故事，在朋友中特有面子，甚至他们请国外商务伙伴到hardrockcafe喝corona,老外很惊讶：中国也有喜欢corona的人?让他们很有面子;三四年后，我与奥美广告公司洽谈业务，中间休息时，奥美的客户总监看到我西装上衣上的corona瓶型的徽章(我一直以做corona为荣，也喜欢corona的相关饰物)，问这是corona吗?我说是，她就像遇到知音一样，一脸兴奋地跟我谈起我几年前编撰的科罗娜亚文化故事，这是我设计的典型的时尚亚文化谈资和分享的场景，看到人们还能津津乐道地分享科罗娜故事，我很高兴，由此可见当初亚文化创意的准确性和实施的巨大成效。

**案例分析报告的格式篇六**

获纪源资本投资 20万亩种植基地，其中还有2.6万亩的红花茶油林，是余良森手中握有的“筹码”。源森现在已经形成了阶梯型的资源优势，老茶林保证现在的生存供应，育苗基地则为未来做原料供应，所育出的高产茶油树苗能够保证未来资源的可持续性。

尽管融了资、扩了容，需要在办公室里处理的事务、文件越来越多，但对江西源森红花茶油有限公司董事长余良森来说，土地和茶苗依然是最亲切的“伙伴”，他的办公室里总是放着一双胶鞋和一个草帽，稍有时间，他就自己开车进山，仔细查看每一处企业的茶油树育种基地。

“简单地说，我们就是做山茶油精加工的企业，而就江西全省来看，我们是唯一一家从育种开始做起的茶油加工企业。另外，我们还独家拥有红花茶油树种。”在源森的厂区，余良森指着一株茶树对记者说。

这家企业在2024年成立于江西省德兴市，目前已经形成了“公司+科研+基地+农户的发展模式。

一年半前，为了能迅速扩大规模形成垄断，企业开始融资，最终纪源资本成功注资4000万元人民币。“我们将它的商业模式定位为有特色资源的食品加工企业，这样的\'模式不仅能够进行复制，还能够形成企业本身的竞争优势 。”纪源资本合伙人于立峰告诉记者。

德兴远在东汉建安八年(公元203年)置县，距今已有1800多年历史，自古以来，德兴都是以矿业为主要产业，号称“金山 、银城、铜都”。

而近几年在国家政策的推动下，当地政府开始重点扶植农业产业化企业。江西省德兴市人民政府金融工作办公室主任郑长文在接受记者采访时称：“受制于山茶油树种的自然属性和成本，目前该油种的产品价格相对较高，通过政府扶植，希望企业能努力让我国这种独有的油种普及至广大消费者，以打破国外油种对中国食用油的垄断，并希望源森这种模式也能够带动本地的农业产业化的进程，帮助农民创收。”

“茶油”模式形成了资源的可持续性发展，形成了企业的产业链式布局，同时资本的注入为现代农业企业的规模化发展创造了无限可能。

摆脱“靠天吃饭”的新型农业企业。

在种植基地里，全国30多类茶油树种在这里等待培育试验，只有产量高、质量好的树种才会被选中并进行推广种植。

20万亩种植基地，其中还有2.6万亩的红花茶油林，是余良森手中握有的“筹码”。“江西省、湖南省是全国茶油的主产区，这两个省份的茶油企业非常多，产量也高，德兴是主产区之一，土地相对于其他地区更为肥沃，就连我们这里的老茶林的产量也是全国平均产量的2倍，这是企业的优势之一;在德兴，以100公里为半径画一个圈，茶油加工企业仅有我们是直接从茶籽育苗做起。此外，全国红花茶油林中面积最大、最集中且质量最好的品系是我们所有，这就是独家的资源。”余良森自信的说道。

在源森的厂区里，记者看到一处厂房前挂着中国林科院亚热带林业研究所、中国林科院亚热带林业实验中心的标牌，他们与这家企业合作成立了全国唯一的红花茶油实验基地，对全国红花茶油进行选种、育种、推广，并对高产白花系列山茶油进行大面积推广。

由于茶油的生产周期性较强，6月底记者来到这里时，厂区内几乎空无一人。

余良森介绍说，茶油生产的旺季在10月至次年的4月，茶树从种植到产果一般需要4年，7年能够丰产，生产期可达百年。周期较长是农业企业发展面临的共同问题，如何保证一个“靠天吃饭”的企业以现代化的企业形态运作?“可以依靠原有老茶林做原料供应，或者去收合作农民的茶籽。”投资人于立峰说，“源森现在已经形成了阶梯型的资源优势，10余万亩的老茶林保证现在的生存供应，育苗基地则为未来做原料供应，所育出的高产茶油树苗就能够保证这个企业未来资源的可持续性。”

冒着淅淅沥沥的小雨，余良森带记者驱车数十公里来到离厂区最近的山区，在山坡上一片片的茶油树林已经开始挂果，农田里还有两块专门用作新型茶油树育苗的试验田。据了解，源森现在拥有的20万亩种植基地基本都采取与当地农户合作的方式，企业出资组建了专业山茶油自助农业合作社，合作方式是每个社员以自己家中所拥有的茶林和企业合作，作为社员，企业帮助他们做相应的技术指导，如抚育、补苗、低改等，以上所需的资金都由源森提供;而每个社员的茶籽必须卖给合作社，以市场价进行收购，并以产量为标准对社员实施相应的补贴，在激励社员的同时也增加了社员对合作社的黏度。

据了解，拥有丰富的自然资源以及先进的压榨技术，源森茶油目前的生产能力达11000吨/年。

实际上，对于一家现代农业企业来说，后期的销售渠道亦十分重要。

“在公司成立之初，仅有两、三个人拿着包到外面跑销售，并且所销的油是尚未经过精加工的毛油，建厂后，我们销售的首站就是上海，因为德兴当年是上海知青‘上山下乡’的主要地区之一，他们对山茶油有比较多的了解。事实说明，现在我们在上海销售情况还是很好的。未来销售区域必然是有定向性的，同时目前消费群体主要定位于中高端的人群。”

**案例分析报告的格式篇七**

通过对一例女性同性恋求助者的咨询案例研究，结合咨询过程，运用合理情绪疗法对求助者心理问题的形成原因与发展过程进行了解释和分析，节选部分咨询过程说明了合理情绪疗法相关技术的使用和咨询效果评估的有关问题，最后结合该案例总结了作者对合理情绪疗法的应用体会。

阿兰是一位26岁女性，某公司的秘书，她一共在我的咨询中心做过6次个别咨询和15次团体咨询。阿兰出生在大西北，十几岁时，随父母举家迁到北京。十九岁时，她曾因学业中的困难感到焦虑、抑郁，并在她所在大学的咨询中心做过几个月的心理咨询，但疗效不佳。大学三年级后阿兰退学了，开始做一些秘书工作。到我们这接受咨询时她正在一边工作一边参加自学考试。

由于阿兰相貌非常出众，早在中学和整个大学期间就有众多的追求者，并且，她曾与一个男同学同居过几个月。她说，尽管和男朋友在一起也感到很愉快、很高兴，但是好像在性与情感方面并不是特别的满足。此外，她抱怨，当在学校里遇到困难或感到心烦时，男友对她并不关心同情，也不愿意为他们关系的分歧做任何努力。当她因同样的原因，在痛苦和泪水中与最后两个男朋友分手后，她最终感到跟男人在一起就象跟石头在一起一样，得不到情感交流和沟通。

大学二年暑假，阿兰参加了学校旅游协会组织的一个“女生夏令营”，发现与女性朋友在一起时要比与男性高兴得多，能让她体验到更多性和情感的满足，而且她的确与一个女同学建立了性关系。尽管这个关系因为她又去“调戏”别的女性只维持了几个星期，但是她开始明确地意识到：她的情感与性欲更多地与女性联系在一起。去年，她和一个叫阿紫的女护士确立了比较稳定的性关系，并且不久前她向父母公开了这件事。父母对此表示强烈反对，严厉禁止她们的这种交往。由于阿兰仍我行我素，父母感到非常丢人，一气之下告诉她，绝不允许阿紫进家门，阿兰从原来的掌上明珠一下变成了眼中钉，并且，这给她的生活带来了许多现实困难，因为她目前的工资很低要靠父母的资助补贴生活、完成自学考试。

阿兰到咨询中心来的主要原因是：她时常为公开同性恋后的结果和担心能否完成学业而感到焦虑、沮丧。她对咨询也抱着一种矛盾的心态，一方面，她担心咨询师会像她父母一样认为她变态；另一方面，她又希望咨询师能够帮助她，解决她的困难，从困境中把她拖出来。咨询中，消除了她上面的顾虑后，阿兰列出她希望咨询能够达到的目标：

1、能更好地处理因同性恋给她带来的各种麻烦；

2、增强学习上的自信心、能顺利的完成她自学考试；

3、减少因沮丧造成的暴饮暴食、体重超标；

4、消除过低的自我评价。

收集临床资料、评估问题之后，在第一次会谈的剩余时间里我用表格的方式（如下）向她简单介绍了合理情绪疗法（ret）的基本理论模型（abc模型）。

诱发事件a

父母不让我和阿紫交往

不合理性信念b

一般的不合理信念：我必须得到赞同。

具体的不合理信念：

1、他不能用否定的态度对待我。

2、他们那样做，对我来说是糟糕至极的。

3、他们那样做，说明我是不好的。

一般的不合理信念：我必须感到舒心，必须得到公正对待。

具体的不合理信念：

1、我的生活不应该有这么多困难。

2、他不应该不公平地对待我。

3、他们这样对待我简直不是人。

4、我不能忍受这件事。

情绪及行为上的后果c（非功能性的）

情绪表现：沮丧，自我贬低

行为表现：回避，退缩，过食，牢骚，焦虑，气愤。经常与父母和情人发生冲突，工作拖踏，过食。

表格中包括了她的感受、信念（对事物的态度、想法）和行为。我把这个表格让她带回去，以期使她看出，她的不合理信念与情绪及行为反应之间的联系。我向她强调：她可以尝试把所有问题，都用这种表格的模式划分成三部分即诱发事件a（如：社会对她作为同性恋者的态度、学习压力、过食等）、信念b（对事件的看法和态度）和结果c（情绪反应和行为表现）。

此外，我向阿兰解释，会谈后布置的家庭作业是咨询的重要部分，对自己的信念的思考、检查越认真，咨询的进步就会越快。我还强调：咨询的目标不是要消除所有的负性感受，只是学会使感受与事件相一致相符合，消除过度的反应。

阿兰的第二次咨询中，重点主要集中于两个不同的问题上：对父母不认可她的情人，认为她变态感到极端愤怒；及因工作拖拉受公司领导的批评感到非常不满。从分析阿兰主要的非功能性情绪、认知和行为入手，经过双方的协商修订了阿兰咨询的目标。

行为目标：

1、学会以更有效地方式与父母及其他反对同性恋者沟通，而不是以敌对的、挑衅的方式对待他们。

2、纠正完美主义倾向及由完美主义而产生的对学业的过高要求。

3、纠正过食现象，降低或至少维持目前的体重。

情绪目标：

1、降低她在学业和社会困难（因同性恋而遭受的困难）方面感到的沮丧和无助感。

2、降低由人们对同性恋所持偏见而产生的愤怒。

3、降低因工作中的困难而产生的焦虑。

认知目标（须予以纠正的\'靶目标）：

1、“我不应该总是面对这么多困难，生活不应该如此艰难”（如：我父母不应该阻挠我的爱情；老师不应该总给我布置这么难的作业；一边工作一边读书，钱又挣得这么少，这太可怜了；我的情人不应该在我很累的时候提出额外的要求）。

2、“社会和家庭必须认可我所做的每一件事”（我必须总是写出出色的论文，假如做不到我就是不好的，说明我不聪明、太笨）。

3、“因为我过去的生活一团糟，未来肯定也是这样，我没有什么希望了。”

阿兰：把世上的不合意、不公平视为糟糕至极（这导致了她的愤怒和挫折感）。或当自己的行为不能得到认可、接受时，她也认为那是糟糕至极的（这导致了她的沮丧）。其实，这都围绕着一个中心即“糟糕至极”，这也是阿兰各种不合理信念的核心之一。在第一次咨询中已经对病人讲过，可以把她的任何问题都放入abc模型中去分解，找出介于情绪和行为之间的信念是什么。第二次咨询我们开始了这个具体工作，以下是第二次咨询中的对话节选：

c（阿兰）：我父母坚持让我参加表哥的婚礼，我说，除非阿紫陪我，否则我是不会去的。他们非常生气，我们为此几乎两周彼此没有讲过话，现在我觉得很内疚。

c:是的，还有觉得非常沮丧。好像无论我做什么她们都不满意，我已经厌倦了总是这样挣扎着生活。

t:当父母要求你参加表哥的婚礼，并禁止阿紫同去时，你在想什么？

c:我都26岁了，他们无权告诉我可以带谁去出席婚礼，他们应该支持我自己的决定。

t:你是不是认为他们“没有权力批评你”的背后是“不应该批评你”？

c:他们就是不应该么！你是不是打算告诉我，他们批评我是对的，是件好事？

c:是的。

t:那让我们做一个小的练习好不好？

c:可以。

c:我还是不喜欢这种情况。

t:当然，你没有理由喜欢这种情况，我猜你仍会觉得失望和受挫，但不再是愤怒或沮丧了。但是，当你把希望你的家庭不去阻挠你的爱情变成他们必须不能阻挠你的爱情时，通常会感到愤怒、懊恼，而这些情绪又往往给你和家庭关系带来更多的麻烦和冲突，还使你为此感到内疚。

c:是的，每次我都特别烦，他们就把这作为进一步的证据，说我不正常，说这就是为什么我要搞同性恋的原因。

c:很多人对很多问题都有偏见，我想没有法律禁止偏见。但是偏见的确很可怕，它能使人非常痛苦！

c:也许换了您，可能不会象我一样，但他们向我和阿紫施加压力时我真的不能忍受了。

t:很自然，你不喜欢这样，但是没有理由说你应该象现在这种样子。而且你也正在忍受着你所谓不能忍受的事情，现在我们要做的，只是学会怎样痛苦更小地忍受它。

c:可为什么非要我改变呢？是我们父母又固执又烦人啊！

c:能，太能了，这个场面跟昨天晚上发生的情况差不多，我非常沮丧、气愤、心烦！

c:（大约两分钟后，睁开眼睛）这很难做，不过你说的情境我最后还是想象出来了。

t:好的，你做的很好，你是怎么想的？

c:我告诉自己，我不喜欢他们对待我的态度，但是他们非常困执。不过，尽管我不喜欢，我觉得还是能够忍受的。正如您上次的说的一样，这情况对我只是个困难，但算不上灾难，现在我好像能体会到这句话的含义了！

c:理智上讲是这样的，但是从感情上说，如果受到父母或领导批评，我还是会感到相当沮丧。

t:理智上的理解，只会让我们短暂地明白：只是他们认为我不好，并非我真的不好。但多数时间，我们还会觉得他们认为我不好，我可能真的就是不好，我有缺陷，没价值或不正常。

c:是的，我就是这么想的，我怎么才能改变这种想法呢？

t:躯体上的肌肉可以通过锻炼变得有力，情绪的肌肉也是可以通过锻炼增强的。关键在于：锻炼！每次当你因被否定被拒绝而感到愤怒、沮丧时，问自己以下几个问题：第一，什么法律规定不能对同性恋有偏见？为什么我的所作所为别人必须赞同？第二，他们这样对待我，真是这么可怕吗？我真不能容忍吗？第三，他们这样对待我就说明他们是卑鄙的父母吗？第四，他们的批评能降低我做人的价值吗？此外，你也可以给自己一些正面的信息：“即使我同一般人的性取向不同，即使别人认为那是病态，但这并没什么，我有权选择自己的性取向，我并没有伤害别人。同样道理，别人也有权选择自己的好恶，有权不同意我的选择，虽然我不希望这样，但权力是别人的。”

c:我想在现实生活中能做到象您说得这样太难了！

c:作业！怎么干什么都这么难呢？

c:是（求助者笑了），是有点像。

t:当你那样想的时候，你有什么感受？

c:非常着急、沮丧。

t:好的，你的第一个作业是认知方面的，要和自己的这些信念辩论：“世界不应该如此不公平，我不应该为了高兴这么费力”；“我父母不应该反对我与阿紫在一起”；“我不应该非得来做心理咨询”。第二个作业是行为方面的：你用一种自信的而不是攻击性的态度让父母知道：虽然理解他们拒绝接受你的同性恋及你和阿紫的关系，是对你的关心，但是你的确为此感到受挫和伤心。

讨论：

当阿兰暴露出她的主要问题时（即：她的同性恋不被父母和社会所接受时，她感到极端的沮丧和愤怒），会谈把注意力放在问题背后的不合理信念上，这些不合理信念不仅存在于这个问题之后，同样存在于其它她认为不公平、不合意和被批评的情形下。因此，咨询的基本工作在于帮助病人提高挫折阈限。

在4次个别咨询之后，阿兰又参加了ret（合理情绪疗法）的团体咨询。在第2至6次会谈中，工作重点一直集中于提高她的挫折阈限和增强她的自我接受上。在自我接受方面，具体的工作是处理阿兰因体重过重引起的自我贬低；为要到27岁才能得到本科文凭感到无能；以及为经常缺课而感到焦虑。

提高挫折阈限的具体工作是：处理阿兰每逢因作业、工作感到焦虑时就大吃大喝；每当想到不能向同学、同事公开自己是同性恋者时就感到气愤。

在每次会谈中，我们都会讨论位于她问题背后的信念，她比较典型的自我贬低的认知如下：

1、由于现在的体重，我又胖又丑。

2、我又懒又笨。

3、我永远都不会快乐和成功。

按照ret的原则，我告诉阿兰，人的任何一个单独品质或行为都不等同于这个人的全部价值。一个人过去的失败并不意味着将来不能成功。在每次会谈中，与这些不合理信念争论的结果，是使阿兰有了一些相对应的合理信念，并要求她每天至少花10分钟时间强化这些合理信念：

1、即使我有一些缺点，犯一些错误，并不能说我不好，我有很好的品质，是一个有价值的人。

2、体重超标我不喜欢，但这并不会使我变得丑陋和令人厌恶。

3、尽管过去和现在表现得不好，但并不意味着我是傻瓜，永远不能完成学业做好工作。

咨询中阿兰逐渐识别出容易受挫和愤怒的不合理信念：

1、“我受不了这么繁重的工作，我的生活应该是舒适的，所以即使变得更胖，我也要把这些巧克力全吃了。”

2、“我太可怜了，我的生活不应该总是这么艰难。我的情人不应该在我又忙又烦的时候抱怨我没时间陪她。”

3、“做为同性恋者，不仅给我带来这么多麻烦，而且我不能像那些有丈夫的女人一样可以依靠丈夫的收入辞掉工作专心完成我的学业。”

4、“在外面被男人纠缠真是太可怕了。”

在咨询和家庭作业中，不断地让阿兰自己对这些不合理的信念进行辩论，逐渐得出以下建设性的态度。

1、“当我筋疲力尽的时候，我不喜欢阿紫对我提出额外的要求，但对我来说这只是一个困难，并不是什么极端可怕的事。阿紫也只不过是向我表达她的要求而已。”

2、“尽管我不能得到作为异性恋夫妻中的某些好处，但我与阿紫在一起时毕竟有很多愉快的感受，能得到情感与性的满足。”

3、“我不喜欢被男人们纠缠，但他们并不知道我是同性恋者，这个世界是复杂的，他们也和我一样，有时会犯错误。”

在第二次至第六次咨询中总共给阿兰布置了下面这些行为方面的作业：

1、和阿紫一起邀请你的姐妹和姐夫谈一谈你与阿紫的关系，争取他们的理解，并建议他们帮你找个合适的场合，使父母和你们两个有坐在一起沟通的机会。

2、当父母指责你时，努力表现得自信一些，而不是显示敌意。

3、每周为你父母做一件让他们高兴的事。

4、每天站在镜子前想自己的三个优点，多小的优点都可以。

5、当因为学习、工作感到焦虑时，做一些放松活动（如听听音乐、散散步等）而不是一味地吃巧克力。

6、与阿紫手拉手外出，不要因为别人觉得恶心就自我贬低或认为这是糟糕至极的事。

到第六次个别咨询结束后阿兰取得了很大进步，已经不为繁重的学业、工作和父母的批评感到过分的挫折和气愤，也不再为不能完美地完成作业和达不到理想的体重而过分担忧了。此外由于不再总是发脾气，和父母的关系也有所改善。父母不再指责她“情绪不稳定”，而且真的接受了她姐姐，姐夫的邀请和她与阿紫一起吃了顿饭。尽管父母仍然希望她能找一个男人过正常的生活，但是，也逐渐开始接受她与阿紫的关系，并且允许让阿紫来家里做客，参与一些家庭活动。

最后，她在完美主义方面的要求也大为降低，因此感觉很放松，这种放松的心情提高了她工作学习的效率，成绩反而有所好转，这种好转又进一步强化了她放松的心境。

在这样的情况下，阿兰转到ret团体咨询中，一方面继续巩固强化以前取得的进步，另一方面运用团体咨询的特点对人际关系中的不合理信念予以纠正。

结论：

在这个个案中，咨询师并没有对阿兰的同性恋问题给予纠正，因为dsmiv中不再把同性恋置于疾病分类中，更重要的是阿兰并不认为同性恋是变态的，她认为自己有选择同性恋的权力。注意到这一点很重要，它涉及了心理咨询的基本原则。但是同性恋者在异性恋的人眼中仍然是异常的，由此带来的诸多问题及阿兰对此的非功能性认知、情绪、行为模式成为了咨询的重点。

在咨询中，对于阿兰的每个问题，首先要致力于减轻其面对具体情境产生的过度情绪反应（如愤怒、内疚、自我贬低、焦虑等），然后，再与她一起分析讨论引起问题背后不合理信念的核心是什么，以扩大咨询的影响，使之能从更高更抽象的层面上理解情绪反应的来由，有更多的机会确立建设性的适应模式。

参考文献：

1、钱铭怡北京大学出版社1999年第1版p89—94

2、王登峰人民教育出版社1999年9月第1版p270—278

**案例分析报告的格式篇八**

(一)封页：

注明案例分析的题目，参与人员等等必要事项。

(二)主题：

第一，案例分析概述(小型的案例一般省略)

案例本身的特点，经过深刻领悟、仔细研究分析的关键点。

第二，案例陈述

案例全盘陈述和删节陈述，但是，要严格保留案例的实际性。要全面、翔实。时间、地点、人物、事件，尤其是真实情景中的关键因素不可遗漏，特别要突出情境中的要素间的冲突——人物间的冲突、行为与结果的冲突、决策中的困境和困惑。

第三，案例分析/策略方法

针对第一种类型，该部分就是对已经提出来的问题进行逐步深入分析，寻找解决问题的方案;针对第二种类型，该部分要求学员在深刻领会案例设置意图的情况下，自行提出案例中存在的问题，并且深入讨论，选择合理的策略和方法;针对第三种案例，该部分是印证和完善新的理论的部门。毋庸置疑，这是案例分析报告的关键部分。案例分析是案例写作中的关键部分，要注意由案例透视理念的冲突与变化，透视深藏于行为背后的乃至潜意识中的理念是什么。分析要注意条理清晰、将行为的意图和结果以及当时的情景反复比照，联系相关理论，进行客观、深入的分析，在反思中提升经验。分析中要注重问题解决策略的情景适宜性和合理性。

第四，结论

写作步骤

第一步：仔细阅读案例，明确写作目的

要想将一篇案例分析报告写好，对案例的透彻理解是十分重要的，因为给出的案例描述是作者进行写作的依据，报告的所有分析论述都应与其密切相关。

一般来讲，作者对案例至少要进行两类阅读——泛读和精读。泛读让作者对整个案例有初步认识，而精读则是在比较分析后动笔写作的基础。

对案例描述进行泛读时，作者不能漫无目的地浏览一下案例梗概就完事大吉了。第一次泛读要求作者对整个案例有一个全面的认识，在阅读过程中，不仅要阅读文字叙述，还要阅读其中的图表、数字以及附录资料。更为重要的是，要将案例中的重要事项进行确认，如案例的主题、案例中机构的成功之处、存在问题、发展趋势、所涉及的人物及人物间的关系等等，最好用笔勾画出来加以明确。

对案例有所认识后，再回过头来仔细阅读报告的具体要求，尤其是作者在报告中要加以回答的问题，以确定整篇报告的写作目的。与此同时，还需要注意提示中交代的作者的角色身份和报告要呈送的读者身份，在此基础上确定报告的写作框架。

第二步;明确案例分析需要的相关理论和观点

在阅读过程中，最好将收集到的资料归类，可以将理论、观点或案例分别记载在报告中的各个标题之下，以方便在编排提纲及进行写作时使用。人们常说理论联系实际，案例分析报告的写作则要求将实际与理论相联系，因此这一步骤在写作中非常关键。

第三步：注重细节，精读案例并加以分析

这一阶段的阅读就是前面提到的对案例进行的精读，需要作者对案例进行反复、细致的阅读，以求透彻理解整个案例的详细情况，从中获取报告所需的\'定量和定性信息。

在这一阶段，作者在阅读过程中需要注意五个要点：

第四步：拟订详细的写作方案

制订一个详细的写作方案是保证报告顺利写作的前提，而写作方案的制订必须要考虑报告的写作目的、根据提示需要回答的问题以及规定的格式和结构。

首先，要将案例中的信息以及阅读中收集的资料组织起来，去粗取精。

其次，编写主次标题，然后按照一定的逻辑顺序进行安排。起草报告的草稿时，可将这些标题看作问题一一作答。当然，这些标题在写作及修改过程中可以改动。

最后，将相关资料信息(包括案例和相关理论中的支持性证据)进行分类，然后划分到各级标题之下，为报告拟订初步的写作方案。

第五步：撰写案例分析报告的初稿

在这一步骤，主要将上一步完成的写作方案中已条理化的资料，按照方案中的标题或者问题，归纳整理成段落。此时，需要根据整篇报告的字数要求，考虑每一段落需写作的字数。每段开头要写出概括整个段落中心意思的主题句，然后展开分析和提供论据。如何展示自己的看法以及案例中的事实与相关理论之间的逻辑关系，是作者要特别注意的。

第六步：编辑校对草稿，打印上交作业

案例分析报告的最后一步与调查研究报告的最后一步没有多大出入，可参照那部分内容，不再赘述。

文档为doc格式

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn