

学生心理问题经典案例实录

XUESHENG XINLI WENTI
TUPOXING ZHILIAO

学生心理问题 突破性治疗

王国荣◎著



我国著名心理学家和教育学家
冯忠良教授 鼎力推荐

已有研究证明，学生是最易出现心理问题的人群。当一个人在学生期出现心理问题却没有得到及时有效的救助，可能会影响其一生的发展。本书从整体心理学的视角给了我们重新认识和有效解决学生心理问题的全新理念和方法。



Wuhan University Press
武汉大学出版社

学生心理问题经典案例实录

教育部
基础教育课程教材发展中心
教育部基础教育课程教材发展中心

THE NATIONAL CURRICULUM DEVELOPMENT
CENTRE FOR EDUCATION

学生心理问题 突破性治疗

张明敏



教育部基础教育课程教材发展中心

教育部基础教育课程教材发展中心

教育部基础教育课程教材发展中心
教育部基础教育课程教材发展中心
教育部基础教育课程教材发展中心

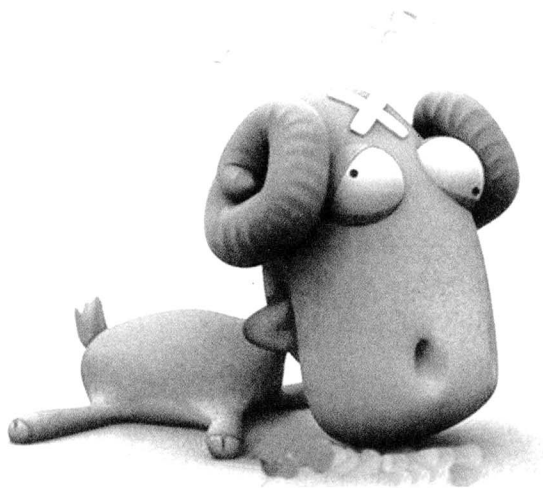
教育部基础教育课程教材发展中心

学生心理问题经典案例实录

XUESHENG XINLI WENTI
TUPOXING ZHILIAO

学生心理问题 突破性治疗

王国荣◎著



我国著名心理学家和教育学家
冯忠良教授 鼎力推荐



Wuhan University Press
武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

学生心理问题突破性治疗/王国荣著. —武汉: 武汉大学出版社, 2012.8

ISBN 978-7-307-09845-9

I. 学…

II. 王…

III. 青少年—精神障碍—治疗

IV. R749.940.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第107823号

选题策划: 舒克工作室

责任编辑: 舒 克

责任印制: 人 弋

出 版: 武汉大学出版社
发 行: 武汉大学出版社北京图书策划中心
网 址: www.wdpbook.com
电 话: 010—63978987
传 真: 010—67397417—608
印 刷: 北京盛兰兄弟印刷装订有限公司

开 本: 787×1092 1/16
印 张: 19.5
字 数: 280千字
版 次: 2012年8月第1版
印 次: 2012年8月第1次印刷
定 价: 39.00元

版权所有 盗版必究 (举报电话: 010—63978987)

(如图书出现印装质量问题, 请与本社北京图书策划中心联系调换)

序

我一直企盼能看到一本对学生心理问题的诊断、治疗有真正指导价值而又通俗易懂的书。如今，在我已步入82岁高龄时，终于看到这样的书问世了。

我觉得《学生心理问题突破性治疗》一书确实很有阅读价值和参考价值。说它很有阅读价值和参考价值，是因为作者在书中表达的观点新颖而深刻，观点新是因为理论新，思考的向度新。唯有新的理论和新的思考向度，人们对问题的认识才会有突破，才能触及学生心理问题的本质。学生心理问题看似简单，实则复杂，倘若理论和思考向度仍停留在旧的层面、水平，就很难在认识学生心理问题上实现突破。认识上没有突破，治疗就可能陷入被动的境地，甚至步入死胡同。现在很多从事学生心理辅导的老师和职业心理咨询工作者在研究学生心理方面观点深刻，而观点深刻不仅意味着治疗者对每一个学生心理问题做过认真、独立的思考，同时也意味着治疗者对待被帮助的学生有一种以爱心做基础的高度负责的态度。只有对每一个学生心理问题进行个性化探索，突破理论的枷锁，再加上认真负责的态度，解决学生心理问题才会成为一种可能。否则，解决学生心理问题便有可能仅仅是一种良好的愿望而已。

本书另一个独特的地方就是作者看待学生心理问题的视野开阔，具有十分鲜明的整体观，这是一种非常难能可贵的认识心理问题的视角和方式。我们知道，解释心理问题是解决心理问题的前提，不能全面客观地解释心理问题，就无法做到有效地解决心理问题。解释心理问题与解决心理问题在心理治疗过程中是一个不可分割的整体，分辨一个心理治疗者或心理咨询师真正的职业素养之高低，就是要看他们在这两方面的训练水平之高低。有一些心理辅导工作者在认识心理问题的过程中常常会犯一些片面性错误，如只重视或迷信一两种治疗方法，而排斥其他治疗理论和方法；只重视问题本身，而忽视人本身；只重视思想观念的机械灌输，而忽视技术与方法的合理使用；只重视技术方法，而忽视智慧的启示作用；只重视个性与环境因素，而忽视神经生物因素等。然而，

我们从这本书中可以看到，作者看待任何一个学生心理问题都具有鲜明的辩证观和整体观。他能够从认知模式、价值系统、跨文化作用、家庭动力学、潜意识机制、脑生物特性及生理机能活动模式等广阔的视角解释学生心理问题的成因。这是认识心理问题最正确、最完整的途径，因为任何心理问题从本质上说都是复杂的，其成因是一个拼图，而绝不可能是一两个简单的致病因素。由于认识具有整体性和辩证性，作者解决心理问题的方法便显得十分灵活多样、不拘一格，其高明之处叫人惊叹不已。我相信，这一切非扎实的功底和超然的灵感而莫能及也！

本书的写作风格也是我比较推崇的，作者将抽象的心理学理论通过一个个鲜活的个案表达出来，赋予咨询与治疗过程以绚丽的生活气息，不是机械式地描述治疗过程，而是赋予治疗过程以可感的形式。这样，读者看到的不再是教条的理论和机械式的治疗过程，而是鲜活的人物和生动的智慧启示。另外，每一篇个案手记的后面附有一则心理治疗小常识，其内容丰富，信息量大，针对性极强，不仅对文章本身有锦上添花的作用，而且对增加读者心理学方面及其他方面的知识也非常有帮助。

书如其人，文字只不过是心灵发出的信息。作者王国荣先生自1995年跟随我学习心理学时就表现出与众不同的探索精神，他刻苦好学，独立善思，涉猎广泛，且非常注重个人素养的提升，是我的一个非常优秀的弟子。17年来他从来没有终止接受我的指导，每年都会从江南定期来京与我探讨各种学术问题，这一点是非常难能可贵的。他之所以有今天这样的成就，是因为他具有超凡的探索精神和勤奋的态度。趁这本书出版之际，我也祝愿他百尺竿头更进一步，成为一名更具创造精神的心理学学者。

冯忠良

2012年孟春于北京师范大学励耘红楼

（冯忠良教授系我国心理学界与教育界的老前辈，著名心理学家和教育学家，现任全国中小学心理健康教育委员会理事长）

前言

写一本关于探讨学生心理问题的成因与治疗思路的书是我多年以来的一个梦想。这个梦想像一个年事已高、历经沧桑的老者不断发出的呼唤，在没有实现它之前我的心灵无法得到片刻的安宁。

我至今已经从事心理治疗工作十六七载，其间经历的事比我读过的任何一部小说的情节都复杂、曲折。那些接受了我的治疗的学生大多已经康复，与我脱离了治疗关系，回到他们各自的学习和生活当中去了，但他们似乎已经成为我生命中最为真实的一部分。我的眼前常常浮现那些学生在经受精神障碍折磨和心理问题困扰时的各种神态，体验着他们当年的痛苦、绝望、哀伤、恐惧等。当我通过回忆重新审视这些案例时，我突然发现那是一笔非常难得的珍贵的财富，它们正是我实现那个梦想所经历的过程。今天呈现给读者的这本书正是我已经实现了的梦想——用最新的视角将最为常见的学生精神与行为问题治疗经验介绍给更多的学生、家长、老师和一切关心学生心理问题的人士，以引导更多的人关注、关心学生的心理健康问题。

众所周知，学生已经成为我们这个社会中各类精神疾病最高发的人群，对健康、生命最具威胁性和损害性的一些精神疾病绝大多数都是在学生期发作的。据调查统计，我国大中学生当中患焦虑症和慢性恐慌症的人数至少占了大中学生总数的10%；患抑郁症和有抑郁体验的人数则占到学生总数的30%左右；患厌学症和具有明显厌学倾向的学生占学生总数的20%；另外，患无聊综合征和各种成瘾障碍的学生人数也多得惊人。近年来，由学生心理问题和精神问题引发的自杀案件正在快速攀升，由此所引发的各种家庭悲剧和社会问题也在逐年增多。一份权威的调查统计资料显示，在我国大中学生中，大约有1/4的学生曾经产生过自杀念头。这是铁的事实，是我们绝对不能轻视的严重的社会问题。学生不仅是国家的未来和希望，也是家庭的未来和希望，学生的心理健康状况不仅关系着国家未来的发展，也关系着无数家庭的命运。所以，重视学生的心理问题不仅意义重大，而且势在必行。但现在的问题是我们还没有真正行动起来，我们在口头上的重视程度远远高于我们在实际行动上的重视程度。这种情况必须扭转，不然我们就会在良心、责任和道义方面欠下永远偿还不了的债。

对学生心理问题的重视不仅应该体现在思想意识层面，更应该体现在专业素养方面。目前处在教育工作一线的绝大多数教师几乎没有接受过心理辅导和心理治疗方面的系统训练，即使有一部分教师参加过各种不同形式的心理辅导培训，但对精神类疾病的标准分类、临床诊断要点、病因学的研究、治疗策略的制定与方法的实施等知识与技能的掌握还存在着不少缺陷，远远不能满足职业心理健康教育和心理辅导的要求。我写这本书的目的之一就是很好地普及有关精神疾病的诊断学、病因学及治疗学方面的知识。由于我采用的是整体治疗的理念和方法，其治疗过程能充分地体现治疗与辅导的完美结合，相信读者从中获得的专业知识和启示也一定会比同类书多得多。

我相信，这本书对学生家长，尤其是孩子有心理问题的家长也具有重要的参考价值。一般人总会把心理问题和精神疾病的发作原因归于个性因素或环境因素，这对正确地引导患精神类疾病的学生接受规范的治疗十分有害。本书中的每一个案例所显示的病因和治疗方法都是一幅完整的拼图，它可能涉及个性因素、认知因素、信念因素、环境因素、脑生理因素和生物因素等。这样，通过阅读本书，家长就能获得丰富的关于精神疾病的知识，以免步入治疗的误区，延误最佳的治疗时机。

选择写作风格无论对作者和读者来说都是一件重要的事。我原先打算把这本书写成一本理论性的书，分门别类地将各种各样的学生心理问题的成因与治疗思路介绍给读者。然而，当我沿着这一思路写作的时候，发现我的写作热情很快便消失殆尽，越来越觉得这是一种没有多大价值的机械式的写作方式，它虽然有充分的理论，但却严重缺乏生动活泼的内在气质。于是，我决定改为以治疗手记的形式来写。书稿完成之后，我先将它交给上海和江苏的一些大中小学的教师阅读，他们给予了本书极高的评价，认为这本书是他们目前开展学生心理教育和引导学生接受心理治疗最迫切需要的书。教师是一线教育工作者，他们对学生的心理问题有着比一般人更深切的感受和认识，他们的评价是对这本书的价值最真实的肯定，也是对我最大的鼓励。

将本书的书名确定为“学生心理问题突破性治疗”仅仅是为了概念理解的方便，其中的“心理问题”是宽泛、广义的，不仅指一般心理问题，还包括典型的精神障碍和行为障碍。在案例介绍的过程中，我严格使用了《ICD—10》的规范分类标准。对此，我必须予以特别强调。

本书特别适合大中小学心理辅导老师及其他教育工作者、心理咨询师、临床心理医生阅读，也适合作为其他人群，特别是子女出现心理问题的家长的求助指南。

王国荣于太湖之滨 托斯卡拉

目 录

CONTENTS

序	001
前 言	001
1 对抗多动症	001

注意力缺陷障碍和注意力缺陷多动障碍是影响学生学习行为最主要的因素之一。患有ADD和ADHD的学生为什么在游戏状态下能够长时间地集中注意力，而在学习状态下却很难集中注意力呢？这类学生的很多行为为什么让人无法容忍？他们的大脑和正常的学生有什么不同？到底应该通过怎样的途径改善这类学生的注意力，提高他们的学习动机呢？

2 我可以成为安静的孩子	015
--------------	-----

他是一个患有抽动多动秽语症的孩子，平时总是无法安静下来，不是摇头就是耸肩，不是眨眼就是吮指，嘴里偶尔还会冒出不堪入耳的脏话。家长和老师越生气，他就越开心。在很多人看来，他活脱脱就是一个傻瓜，但在医生眼里，他的这些行为只不过是大脑在作怪。我们能否通过合理的治疗改变他的大脑生理机能活动模式，使他变成一个安静的、喜欢学习的孩子呢？

3 治疗“整人专家”

024

14岁的他不是学习专家，而是“捣蛋专家”。他对学习丝毫没有兴趣，整天寻思着找各种各样的歪点子惹是生非。父母为他伤透了心，用种种办法改变他都不奏效。难道天底下真有天生的“整人专家”吗？是什么让这个孩子变成一个不知好歹、不辨是非的捣蛋鬼？人性的恶和善与大脑生理机能和生物特性有关吗？能不能通过改变大脑使“恶人”变成善人呢？

4 改造“家庭暴徒”

034

上六年级的他在外边是只温顺、软弱的绵羊，但在家里却是一只可怕的恶狼：他用最恶劣的手段折磨妈妈，并以此为乐；他随意破坏家里的东西，没人可以阻止他。为什么一个12岁的孩子为什么在家里家外判若两人呢？有没有什么办法使他变成一个听话、懂事的孩子呢？

5 “小魔王”变“小天使”

042

她从不把父母和老师放在眼里，辱骂老师和家长对她来说简直是家常便饭；她经常随意殴打同学，敲诈同学的财物；她藐视一切道德规范，从来不懂得反省自己的错误。父母和周围的人都认为她是“魔鬼附身”。那么，是什么“鬼”附在她身上？一个16岁的少女为何成为一个十足的小霸王？心理医生用了什么魔法使这个小霸王变成可爱的小天使？

6 听话的孩子是块宝

052

一个16岁的少女从不把父母和老师放在眼里，总是和老师、父母对着干，父母和老师的忠言善语对她毫无作用。这个16岁的少女为什么会变成一块顽石呢？是父母的教育方式错了，还是另有隐情？造成人的对立与偏执心理是否有更复杂的原因？

因为恋爱失败，她一蹶不振，成为一个重性抑郁症患者。为什么有人身中炮弹后能强忍疼痛，而有人遭蚊子叮咬后却叫苦连天？抗挫折能力与哪些因素有着密不可分的关系？大脑功能模式对人应对挫折的能力到底有多大影响？父母对子女的过度呵护和替代会给子女的成长造成何种严重的伤害？我们应该让子女经历生活中的风风雨雨，还是应该把他们放在保温箱里？家庭教育的核心是什么？

8 厌学症，我们所不能理解的心理顽疾

好端端的一个孩子为什么变得不爱学习了？他为何看见学校就像看见地狱一样恐惧？造成厌学的原因真的仅仅是学习态度问题吗？厌学症的背后隐藏着哪些我们并不清楚的“大脑机密”？怎样通过优化大脑和重塑自信心恢复这类学生的学习兴趣，让他们由怕学习的学生变为爱学习的学生？

9 让我愉快地去上学

一个从不惹是生非、学习态度一向积极的学生在临近中考前没有任何理由地拒绝上学了。不仅如此，他还变得沉默寡言，整日闷闷不乐，不愿见人。他的父母以为他得了精神分裂症，吓得带他四处求医。那么，他是不是患了精神分裂症呢？他拒绝上学的真正原因是什么呢？医生是如何点燃他的学习热情的呢？

10 坏情绪为何只在周日产生

在临近中考的关键时候，她出了问题。她的问题很奇怪：平时好好的，学习也比较刻苦，但一到周日下午，她就又哭又闹，寻死觅活，看父母哪里都不顺眼，找碴儿和父母吵架。对这个家庭来说，星期日是个恐怖、黑暗的日子。那么，这个15岁的小女孩为何在周日下午就

不正常了呢？她的恐惧和烦躁来自哪里呢？

11 危险的第一名

以牺牲个性为代价，一味地追求学习成绩、追求考试名次、追求考入名牌大学，这样做的结果是使一个原本优秀的高中生患上了情感性精神病。那么，玩命式的学习是怎样破坏人的大脑生理机能的，这种不科学的学习方式为什么容易使人走向毁灭之路呢？老师和家长如何做才能让孩子成为身心健全、手脑并重、充满活力与潜能的学生？

12 倒数第一也自豪

121

他是班上学习最差的学生，每次大考他的名次几乎都是倒数几名。老师看不起他，同学疏远他，爸爸妈妈抱怨他。他感到万分压抑，多次想用自杀的方式结束自己17岁的生命。然而，心理医生的帮助使他重获自信，他用自己的行动证明倒数第一并不是耻辱，而是另一种自豪。

13 折翼的天才再次振翅

131

他是一个真正的天才，不到5岁时上了小学，12岁时上了高中，并且参加了第一次高考，考出不错的成绩。他具有非凡的数学天赋，高二时就能够读懂拓扑学，他本来是上北大、清华的料子。然而，高中结业后他却没有能够进入大学的校门，而是进了精神病院。是什么让这个天才折翼坠地，心理医生能够让他再次展翅腾飞吗？

14 懒惰也是一种病

141

一个高二的学生只对睡觉和玩电脑感兴趣，对其他一切都毫无兴趣，学习成绩下滑到全班倒数几名却一点儿也不着急。他完全没有亲情的意识，对于父母的爱丝毫不懂得回报。是他放弃了对美好生活的

追求，还是他的大脑缺乏一种“热情物质”？懒惰的真正机制是什么？一个人能够由懒汉变成勤奋的人吗？

15 拖拉病 真要命

151

她非常聪明，拥有惊人的记忆力，喜欢画画，但她丝毫没有时间观念。她做作业所用的时间是其他同学的3倍以上。她做任何事都喜欢拖拖拉拉、磨磨蹭蹭。拖沓的毛病使她的学习成绩越来越差，甚至到了要休学的地步。父母快急疯了，用尽各种办法想让她把拖拉的毛病改正过来，但父母越催促她，她越是改正不了。她这种严重的拖拉心理是不是一种病呢？我们能不能让“慢人”变成“快人”呢？

16 熄灭内心烦躁的火焰

163

她一走进教室就感到烦躁不安、肩酸背痛，根本无法静下心来学习，只好休学在家。休学在家的她还是心烦意乱，看什么人都不顺眼，总是和爸爸妈妈争吵不休。她到底患了什么心理疾病，为什么她会这么烦躁呢？医生给她的大脑装上什么样的“减速器”才让她的心最终恢复了宁静？

17 戒网瘾必先治脑

173

家境贫寒的他好不容易考上一所不错的大学，但上大学之后他不是疯狂地学习，而是疯狂地上网玩游戏。迷恋上网络游戏之后，他把学习、亲情等一切都抛在脑后。到底是什么让他深陷在网络之中？是他从心理上放弃了对美好人生的追求而误入歧途，还是他的大脑出了问题才让他成为一个无法控制自我行为的人？

18 他为何如此仇恨父母

187

他极端厌恶学习，疯狂地玩网络游戏、看网络小说，心态消极，万念俱灰，学习成绩急骤下滑，但他不知自省，却把自己的失败归因于父母，视父母为不共戴天的仇敌。他的仇恨从何而来，用什么方法能够使他的大脑成为产生爱的源泉而不是产生仇恨的祸根？

19 没有爱情的日子真宁静

197

她是一个漂亮、听话的学生，学习成绩一直排在全年级前 50 名。但是一次失恋让她万念俱灰，她不再愿意学习了，甚至不想活下去了。早恋对学生到底有多大的潜在消极影响？为什么失恋能够使人从天堂直坠地狱？我们怎样才能让一个处在疯狂的爱情中的人恢复理智，心灵重新觉醒，把心思、意念重新用到学习上来？

20 做真理和知识最好的朋友

207

英俊潇洒、活泼可爱的他上高二后突然变了，他不再喜欢学习了，也不再把老师和家长放在眼里，他到处结交社会上一些不三不四的人，把大量的时间浪费在网吧和酒吧中。他的父母又急又气，用尽招数，都无法使这个浪子回头。那么，心理医生用了什么心灵良药使这个浪子变成金子的呢？

21 她的仇敌是英语

217

她本来是一个英语成绩非常突出的学生，但自从和英语老师发生冲突之后，她开始厌恶、仇视英语。她越厌恶、仇视英语，英语成绩就越差，最后发展到一看到英语单词就恐惧。从仇视英语老师到仇视英语，再到恐惧英语，她经过了一个怎样的心路历程呢？心理医生是怎样让她把英语由“仇人”变成“亲人”的呢？

22 不做“瘸腿学生”

224

她在一本杂志上发表了一篇短篇小说，就坚信自己是中国未来的大文豪，于是偏执地要和数学、物理、化学、英语做彻底的决裂。而她的父亲也是一个偏执的人，硬逼着她放弃作家梦，让她好好学习数学、物理、化学、英语。于是，这对父女之间便发生了不可调和的冲突。而心理医生的介入不仅使女儿克服了偏科现象，也使这对父女和好如初。

23 自信不需要理由

231

她是一个自卑的女孩，自卑到考出了高分却不敢填报名牌大学的志愿。她的自卑感压制了她所有的活力，使她变成一个“小老人”。遇到大大小小的困难和挑战她都只能选择退缩，而无法勇敢地面对。一个人自卑似乎是有理由的，那么自信有没有理由呢？一个人通过什么途径可以使自己变得自信起来？

24 你需要找回真实的自己

240

一个学习成绩优异、在老师和家长眼中一切似乎都完美无缺的孩子为什么往往是最容易出现心理问题的孩子呢？是什么原因让这类孩子由“一切都好”变为“一塌糊涂”的呢？这是一个困扰家长和老师的问题。心理医生是如何用专业的眼光看待这一问题并帮助失去自信的学生重新找回自信的呢？

25 不再做羞怯的孩子

251

他学习很努力，成绩也不错，但从来没有举手发过言。如果老师叫他站起来发言，他就紧张得要昏倒，恨不得找个地缝钻进去。他平时最怕见人，遇到熟人就想回避。心理医生通过高明的治疗使一个胆小、羞怯的孩子变成一个胆大、自信的孩子。

26 疯子变成大学生

260

精神分裂症的治疗一直是世界性的医学难题，绝大多数精神分裂症患者需要终生服药控制病情。但不是所有的精神分裂症都是绝症，将合理用药、家庭配合支持、心理辅导支援、人际关系模式重建和信仰重塑完美地结合起来，发挥叠加疗效，也许会使精神分裂症的治疗创造奇迹。

27 大脑里的狂想曲

273

一个原本十分内向、自卑的学生突然变得异常外向、异常自信：他看不起比尔·盖茨，认为巴菲特智商太低；他扬言自己已经将“离子通道”彻底研究清楚了，可以用最短的时间控制全球所有的财富，使自己成为世界首富。他为何敢出此狂言，他到底是一个绝顶的天才还是精神出了问题？心理医生是怎样医治他的“天才病”的？

附一	有关做 SPECT 脑部检查的问答	285
附二	有关脑 ET 检查报告的判读提示	290
致谢		295

对抗多动症

13岁的严文满是初中一年级的学生，他的个头不矮，身体显得很强壮，看上去十分机灵，而事实上他却是一个让父母头痛不已的捣蛋鬼。他的学习成绩差得不能再差，已经到了不能再坚持上学的地步了。在此情况下，他的父母不得不把他带到心理医生面前。我是严文满的父母选择的第一个心理医生。严文满的父母之所以首先选择了我，是因为他们在一本书上看到过我写的关于多动症儿童大脑生理机制研究的文章。

严文满的父母是在一个周五的下午带他来到我的治疗室的。令我意想不到的是，严文满刚一踏进我的治疗室就调头跑掉了。他的父母花了差不多一小时的时间才将他找到，并逼迫他再次到我的治疗室来。

经过这么一折腾，严文满的父母开始失去了耐心，两个人当着我的面轮番责骂起严文满来，他们用了最难听的话数落和辱骂严文满。我清楚地记得，当时严文满的父亲骂了严文满这样的话：“我养你还不如养一条狗！”“如果不是看你可怜，我早就像宰猪一样把你宰了！”“这个孽种就是我们家最大的祸害。”“你怎么不去死呢？你他妈的死了，我们家就安宁了，这个地球就安宁了。”

在严文满的父母辱骂严文满时，严文满一声不吭地龟缩在墙角，傻呆呆地