

HUIYAN KAN HONGCHEN

50 Ge Xinli Zixun Anli Ji Jiexi

慧眼看红尘

——50个心理咨询案例及解析



曲东明 高 浩 ● 著

“人生之初犹如白纸，基因决定了纸的质量，生活决定了纸上的内容。数十年后，当我们面对着身边形形色色的人，我们时常忙着评断纸上的画面美丽与否，却忘记了图画难看不是纸的错，而是生活刻刀留下的痕迹。”

 中国社会科学出版社

国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

慧眼看红尘

——50个心理咨询案例及解析

曲东明 高浩 著

 中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

慧眼看红尘：50 个心理咨询案例及解析 / 曲东明，
高浩著. —北京：中国社会出版社，2014. 5
ISBN 978 - 7 - 5087 - 4706 - 4

I. ①慧… II. ①曲… ②高… III. ①心理咨询—案例 IV. ①R395. 6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 070722 号

书 名：慧眼看红尘——50 个心理咨询案例及解析

著 者：曲东明 高 浩

责任编辑：张友华

出版发行：中国社会出版社 邮政编码：100032

通联方法：北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话：编辑部：(010) 66032739

邮购部：(010) 66026804

网 址：www.shcbs.com.cn

经 销：各地新华书店

印刷装订：保定彩虹印刷有限公司

开 本：170mm × 240mm 1/16

印 张：17.5

字 数：255 千字

版 次：2014 年 6 月第 1 版

印 次：2014 年 6 月第 1 次印刷

定 价：36.00 元

借我借我一双慧眼吧

每每提到自己从事心理咨询行业，常会被问到：“那你猜猜我在想什么？”开始的时候，我还总是兴致勃勃地解释：“我是心理咨询师，不是法师，更不是天师。我们是通过交谈了解来访者的基本状况，再通过微表情、微动作验证来访者所言是否属实，在来访者的言语中，我们寻觅生活留下的痕迹，借心理学的知识，引导来访者找到问题的根源……”

看着朋友们似懂非懂地点头，我知道，这一定不是他们想要的答案。久而久之，我便学会了一种投机取巧的回答：“你是不是在想‘这不是我想要的答案’？”朋友们往往会心一笑，然后伸出大拇指：“不愧是学心理的。”而我却只有暗自苦笑，其实这和心理学并不相干。

或许是作临床咨询的缘故，我从不把心理学作为一种娱乐手段。我眼中的心理学是为来访者疗伤的工具，是解剖精神痛楚和心理顽疾的手术刀。我从不把来访者看作是“衣食父母”。我眼中的来访者是折翼的天使，是最信赖我们的求助者，他们都是经历过生活创伤的人。

人生之初犹如白纸，基因决定了纸的质量，生活决定了纸上的内容。数十年后，当我们面对着身边形形色色的人，我们时常忙着评断纸上的画面美丽与否，却忘记了图画难看不是纸的错，而是生活刻刀留下的痕迹。

可以说，凡有生活，必有创伤。这些创伤如果不处理，还会时不时冒出来干扰我们现在及以后的生活。但哪些情绪是由过去的创伤引起的；我们什么时候在内心深处，随意地种下了一颗什么样的消极种子；然后这颗种子生根发芽，慢慢长成参天大树，并对我们现在的生活产生不利的影响。要看清楚这些，需要一双慧眼。

一位来访者提到，她妈妈在家人要出门的时候，总会情绪失控，无缘无故发脾气。有时候一家人要出去玩，本来挺高兴，但妈妈那样一闹，搞

得大家心情都不好。妈妈出现这种情形已经有几十年了，谁都不清楚是什么原因，妈妈本人也说不上来。

我问来访者，妈妈有没有什么创伤与“出门”有关？来访者一开始说没有，后来终于想起来，她小时候听妈妈说过，妈妈的爸爸是名游击队员，在日本兵的占领区，只能偷偷回家。有一次，姥爷回家后，被一个熟人叫了出去，就再也没回来。后来才知道那个人是个汉奸，姥爷被骗走以后，就被杀害了，那时妈妈才9岁。

所以，妈妈跟“出门”有关的情绪反应，都是这次创伤经历被压抑到潜意识中所形成的症结所致。意识到这点以后，来访者对妈妈理解了很多，宽容了很多。原来她总觉得妈妈无缘无故发脾气太气人，从来没有想到这里面有这样的伤痛，妈妈的脾气饱含了对家人深深的爱。

我提醒来访者，当她妈妈再次出现出门前的焦虑时，不妨把这个“顿悟”告诉妈妈，并且对妈妈说，如今她已经不是小孩子，那样的生离死别也不会再出现。来访者这样做了以后，妈妈一下子泪流满面，从那以后，问题再没出现。

还有一位来访者很困惑自己为何“遇到好处往后缩”，她身边的很多商机，还有工作中的机会，她都看得很明白，但就是不敢去实施，不敢朝前闯。她把那些点子告诉朋友，朋友们很快取得了成功。把那些机会说给同事，别人很快就超越了她。最让她痛心的是，她喜欢上了本单位一个帅小伙，可是不敢主动示爱，每次借机找那个小伙子，她都要拉上自己的好朋友，还总把好友往前推。最后，没想到他们俩好上了。她一边懊悔，一边困惑自己为何会这样。

通过咨询她找到了根源。她从小跟爷爷、奶奶长大，直到上小学时才回到父母身边，她跟爸爸、妈妈缺乏亲密感，爸爸、妈妈对她也比较疏远。从小跟着父母长大的妹妹，很霸道，对她像对待外人，家里很多事情都是妹妹说了算。她要是在学习、礼貌、家务等方面超过了妹妹，妹妹对她的态度就更加恶劣。在这样的家庭环境中，她给自己种下了一颗“要示弱，才能生存”的种子。

现在，她认识到这个观念是在当时情境下的无奈之举，如今她已经是成年人，不会再像小时候那样仰人鼻息，她也有权利来获取社会资源。将那个错误观念铲除后，来访者开始瞄准身边的一个个机会。

当然，这样的慧眼不是轻易就能练就的。要练就这样的慧眼，需要不断地思考自身或者他人的经历，来不断获得“顿悟”。此外，心理学知识是练就这样一双慧眼的“葵花宝典”。

一位与母亲关系混乱、边界不清的女士，已经出现了精神症状。她其实很孝顺母亲，几天不去母亲家，良心就受不了。可是一去之后，母亲的言谈举止又给她很多不良刺激，让她很愤怒。于是去也痛苦，不去也痛苦。长期的内心冲突，导致她敏感多疑，她怀疑邻居、同事的一言一行都在谴责她不孝顺，邻居吐口痰，她都觉得是在鄙视她。这种精神症状叫作“关系妄想”。妄想出现了，离精神分裂症也就不远了。

我建议她赶紧去找精神科大夫治疗，但是，她死活不愿意去。她觉得一去肯定就把自己的病给坐实了，她只愿意咨询。我把弗洛伊德关于“本我、自我和超我”的论述讲给她听。她受益匪浅，感慨道：“听完这些，我整个灵魂都安静了下来。”

弗洛伊德提出人格结构理论已经有近100年的时间了，但是这样最基本的心理学知识，还没有在民众中普及，民众还没有因此获益。因此，我们觉得写这样一本面向大众的心理学科普书很有必要。于是我们选取了临床咨询中比较典型的50个案例，先讲述案主的故事，然后用最通俗的语言，从心理学角度对案例加以剖析，其中贯穿了一些最基本但是很实用的心理学知识。通过案例和解析，希望读者也能练就一双慧眼，能发现自己的问题，解决自己的问题。或者至少在寻求心理治疗时，能更快地获得顿悟。

最后，我要感谢我的来访者。你们在人生最困难的低谷时期，找到我，让我介入到你们的生命之中。这份信任给予我无穷的力量，让我不断克服困难，去学习去探索，努力做到最好，并尽可能给你们提供最大的帮助。但是，我也是一个凡人，也有心有余而力不足的时候。不足之处，希望能谅解。

对于你们的故事，我心怀敬重，这是你们在社会、家庭的系统动力作用下，痛苦挣扎的一段历程。其中饱含了你们的泪水，也见证了你们的努力。我希望这种努力和挣扎，不要随风而逝，可以给社会上更多的人提供借鉴，避免出现同样的痛苦历程。在此，我们代表读者感谢你们。为了保护你们的隐私，我们对每一个案例，都做了技术处理。有一些故事，是好几个案例的综合体，希望无论是当事人还是读者，都不要对号入座。

感谢石家庄心理医院张彦平院长提供这个平台，能让我们做一些对社会有益的事情。感谢朱文阁教授认真审阅本书书稿，并提出宝贵的修改意见。感谢中国社会出版社张友华老师的慧眼识珠，感谢社里各位同人的辛苦工作，正是你们的认可，才使本书得以顺利出版发行。

正如《雾里看花》这首歌中唱到的那样：“借我借我一双慧眼吧，让我把这纷扰看个清清楚楚、明明白白、真真切切。”很多事情，看清楚了，也就释然了，也就放下了，也就知道何去何从，也就能更好地成长了。

希望读者看完这本书，能练就这样的一双慧眼。

目 录

花季少女的困惑 / 1

花季少女，满面愁容为哪般？贴心母亲，情深意切添慌乱！到底是中考惹灾难，还是母爱太泛滥？

儿子，母亲的前世情人 / 6

19 岁的大男孩乐乐，依然要妈妈陪睡。他内心的矛盾与恐惧来自何方？想不到，来自至亲的伤害竟如此深藏……

家有“酷”儿 / 11

飞飞认为自己飙车、早恋、跟女友同居很“酷”。然而家中有一个不求上进、夜不归宿的“酷”儿，却着实让父母伤透了脑筋……

你凭什么给我转学 / 15

当一个人执着于过去，执着于别人的失误，他就失去了担当的勇气。凝露陷在抱怨和推诿中，又如何能鼓起驶向未来的风帆……

“女神”的伤心泪 / 20

学生会主席崔玉长相俊、能力强、成绩优，是很多男生心目中的“女神”。然而“女神”的苦恼却常常不为人所知……

窈窕淑女“见鬼了” / 26

40 多岁，身材依然窈窕，美煞女人眼。然而，谁知背后的辛酸和艰难？在罗兰完美身材的背后，有着怎样不为人知的恐惧……

被室友孤立伤不起 / 31

象牙塔是莘莘学子心中的圣殿，然而大学的生活却并非想象得那么旖旎绚烂。在室友眼中，程丽竟然显得如此“格格不入”……

妹妹出生，姐姐的灾难 / 35

当全家人在为第二条小生命的诞生而喜悦时，别忘了，对于老大而言，这可能是一场灾难。肖萍就被这场灾难折磨了很多年……

“外包”育儿伤不起 / 40

年轻人正在为事业打拼，孩子的到来让他们喜忧参半，“外包”育儿似乎很有诱惑力。但是，祸根可能就在此时深藏……

女强人的“委屈” / 46

女强人奋斗在事业一线，家里家外都靠她们支撑。然而她们却得不到家人的喜欢。这是她们的委屈，更是她们的悲哀……

女生很干净，男生很肮脏 / 50

17岁的男生，玩起来一脸灰一身汗，可孙琦却有了严重的“洁癖”。“女生很干净，男生很肮脏”，这样的观点从何而来……

妈妈再爱我多一点 / 54

16岁的女孩，风华正茂。是谁让本该无忧无虑的她背上如此重负？或许根源只是云菲心中的一句诉求：妈妈，再爱我多一点……

我是好孩子，不是坏孩子 / 59

考上211重点大学，她是父母的骄傲。然而，当她反复强调“我是好孩子，不是坏孩子”时，父母才意识到某些地方出了问题……

知我者谓我心忧 / 65

“圣人”之所以为“圣”，是因为其处于道德的巅峰。李凤就是这样的道德楷模，然而她却遭遇了重大危机，她错在哪里……

恐婚一族 / 70

洞房花烛夜是人生四大喜事之一，然而顾泉却为之恐惧。为何他对女友没“性”趣？为何不见她想她，见到她又烦她……

成功≠幸福 / 76

拥有3家公司，吴旭不到30岁就步入了“总”的行列。然而在吴总光鲜亮丽的外表下，竟然隐藏着一颗满目疮痍的心……

桃花映人面，烦恼由此生 / 81

“人面桃花相映红”，这句诗将脸红视为美的一种表现。可是在生活中，爱脸红却给很多人带来了太多的烦恼……

处女的“被强暴”情结 / 86

很多女人的“处女情结”可能更甚于男人。有“处女情结”算不上另类，时常怀疑自己被强暴过，却着实令人称奇……

可怕的“心脏病” / 91

善良大妈远赴他乡照看孙子，却突发“心脏病”。到底是“心脏病”还是“心病”？作怪的竟然是40多年前一笔感情债……

逃无可逃的老兵 / 96

10年老兵，事事奋勇当先，处处为人楷模。然而，一件意外的事，却让他过上了“逃兵”般的生活。他究竟在逃避些什么……

爱的“核裂变” / 100

对儿子，她爱得荡气回肠、淋漓尽致。爱就像“核裂变”，用得好，可以成为“核电站”；用不好，却会成为“原子弹”……

都是“自律”惹的祸 / 106

当生活乱成一团麻，她不知道如何才能解开这些乱疙瘩。不做亏心事，为何还怕鬼敲门？是真没事，还是“此地无银三百两”……

一场大病，是天灾还是人祸 / 111

姚琳经历过死亡线上的挣扎，但家庭生活的种种罅隙却让她体会着比疾病更多的痛楚。她的那场大病，到底是天灾还是人祸……

爱情魔咒 / 116

他是她苦海中的诺亚方舟。为了她，他高考作弊无缘名校，砸锅卖铁追随她留洋。到底是什么魔咒，使相爱的人走向了分离……

幸福的“第一块砖” / 121

有人将金钱等同于幸福，有人将老婆孩子热炕头等同于幸福。周树两者兼有，可为什么他却依然感觉不到幸福……

五毛钱引发的“血案” / 126

辛劳一辈子的李大妈晚年生活幸福，却萌生了自杀的念头。原因仅仅是五毛钱的口舌之争？抑或是马路上捡到的几个钢钉？

退休了，病来了 / 130

退休前，王华过得风生水起；退休后，她再也找不到感觉，身体也有了诸多不适。她坚信自己得了不治之症，频繁进出医院……

压垮骆驼的不是稻草 / 135

马琴是超级劳模，为工作殚精竭虑又搭上健康，却在病床上收获了一顿臭骂。其实最后一根稻草并不是压垮骆驼的元凶……

学校是天堂，社会是地狱 / 140

从学校到社会，方硕觉得好像从天堂进了地狱。面对巨大压力，他越来越抑郁，他将自己所有的问题都归结于无“可拼之爹”……

福兮祸所伏 / 146

顺产男婴，孩子健康安静，可谓家逢喜事。然而美娟却比孩子还闹人，她哭哭笑笑，对家人大发脾气。喜剧转眼变成了悲剧……

皎皎者易污 / 151

她，生得漂亮，心灵手巧；她，是国内顶尖大学的研究生。她用亲身经历告诉我们，象牙塔与精神病院也许只有一墙之隔……

留洋镀的不是金，是寂寞 / 156

他曾被当作中科院学术带头人培养，前途无量。为了更高的学术追求，他毅然辞职，出国读博。7年后，留美博士归国，竟然只能蜗居在乡村老宅，张阔的误区在哪里？

春光乍泄 / 162

放在女人堆里，陈琪一定可以迷倒众多美女。面对如此英俊、帅气的男人，女人心中最大的悲哀莫过于——他喜欢男人……

我是我？还是哥哥 / 167

通过眼神交流和代表们的排列位置就可以感知案例中人物的情绪，重现整个家庭系统的纠葛，这就是家庭系统排列的神奇……

只爱冷漠男 / 172

歌中唱道：“爱我的人为我付出一切，我却为我爱的人流泪狂乱心碎。”只爱冷漠男的王媛为爱执着，换来的却是“备胎、千斤顶、打气筒”般的待遇……

男人来自火星，女人来自金星 / 178

李岩有事业心，有家庭责任感；池静细腻、浪漫，有生活品位。看起来两个人都十分完美，可是在一起却依然纷争不断。难道男人和女人确实来自不同的星球，注定不能和谐？

淋巴瘤与紫砂壶 / 184

女高管江雪，可以把事业打理得井井有条，却无法让家庭生活幸福、温暖。丈夫的癌症没有把她击垮；他的一句话却让她抑郁难眠。淋巴瘤与紫砂壶，暴露出夫妻之间的深层问题……

贼喊捉贼，弄巧成拙 / 190

“贼喊捉贼”的行为总会让人深恶痛绝，杨涛就是一个例子，自己的私生活不检点，却时时刻刻想着捉妻子的奸。终于，他还是弄巧成拙，搬起石头砸了自己的脚……

我就是不能接受 / 195

“我就是不能接受！”这是韩琳重复最多、语气最重的一句话。可是事情已经发生，不接受又该如何？出轨——“汝之蜜糖，我之砒霜”，男人与女人之间永恒的创伤……

离婚了，才知道爱还在 / 200

61岁的赵大娘十分与众不同。大多数人来咨询是想要继续一段名存实亡的感情，而赵大娘却是为了看清一段名亡实存的感情。30多年的争吵，没想到婚都离了才知道爱还在……

“出轨”带来的婚姻是一朵恶之花 / 205

当生活将她从“公主”变成“保姆”，她才开始学会了珍惜、隐忍和坚持……

杜鹃花落 / 211

花自飘零水自流，谁待杜娟诉情愁？红杏出墙寻真爱，
蓦然回首两幽幽……

9999 朵玫瑰背后的痛与泪 / 220

当 9999 朵玫瑰呈现在面前，有多少女孩能够拒绝？玫瑰象征着浪漫，以至于很多人忘记了它的刺。在 9999 朵玫瑰背后有严霞多少的爱和恨，喜与悲，伤或痛……

到底什么刺痛了我 / 225

离婚时，任苒将房、车、钱都留给了前夫，她觉得这些财物跟他一样，都不值得她留恋。可是，当得知新妇开着自己当年的新车，前夫还对她特别好时，任苒被深深地刺痛了……

谁的爱情不是爱情 / 232

10 多年的婚外情感，也曾花前月下，也曾浪迹天涯。他们认为这就是真正的爱情。为此不惜把家人疏忽冷落，但终不过是一场“露水姻缘”。也许他们的另一半才知道什么是真正的爱情……

小三的忏悔 / 237

她从小三顺利上位，不出几年，却成为弃妇。她曾经带给别人的悲剧，如今在她身上重演；她曾经带给别人的伤痛，如今原封不动回到她身上。她说这就是因果报应，不是不报，时候未到……

“没头脑”和“不高兴” / 242

他俩是外人眼里的“模范夫妻”，她常常引以为傲。丈夫的“买春”事件暴露，浮华坍塌露出婚姻的真相。她说丈夫，“一次次犯错，错误级别越来越高”。丈夫说她，“一年有 300 天都不高兴”……

东风恶，欢情薄 / 251

家有娇妻却无心房事，夜不归宿却从不寻花问柳。胡瑞身材高大，却给人塌肩佝背的感觉。是什么让胡瑞有如此重负？原来母爱竟是他最大的负担……

人“鬼”情未了 / 256

俗话说人鬼殊途，阿珍却偏偏体会了一次“人鬼情缘”。梦中，她与“白面书生”耳鬓厮磨，乃至差一点在现实中跨入鬼门关。“狐仙”并非空穴来风，背后有着深层的心理需求……

当兄妹成为恋人 / 261

当同胞兄妹走进爱情，他们难免被那个无情的字眼——“乱伦”所刺痛。沉浸在幸福中的伴侣，只是一时被蒙蔽，看不清真相——爱人的备选有很多，而妹妹只有一个……

花季少女的困惑

花季少女，满面愁容为哪般？贴心母亲，情深意切添慌乱！到底是中考惹灾难，还是母爱太泛滥？

思怡在妈妈的陪同下走进心理咨询室的时候，虽然面带愁容，但我还是被她温婉的气质打动了。她身材高挑，皮肤白皙，跟电影《山楂树之恋》中的静秋有几分神似。

我向她征求意见，是愿意单独和我谈，还是愿意妈妈在场。她愿意单独谈。妈妈离开的时候，在她的脸上亲了一下，说：“宝贝儿，跟老师好好谈谈啊！妈妈在外面等你。”

思怡的话匣子一打开，泪水也好像决了堤。高二开学在即，她想到马上就要去学校了，情绪就很低落，始终高兴不起来。而这种抑郁的心情，已经持续有整整一年了。稍后让她进行抑郁测评，显示为中度抑郁。

她认为自己的灾难是从中考成绩公布那天开始的。小学和初中，她学习非常好，初中三年，在重点班始终保持在前三名。按照这个成绩，她上全市最好的高中都没有问题。但是中考分数一出来，她的天就塌了。她的成绩出乎意料地低，尤其是物理成绩，她认为根本不可能这样。

她理科天分不高，属于文科生的脑瓜，所以越简单的考试，她越占优势。正好那年物理考试不难，而且她把最后几道大题的最后一问都做出来了，她以为自己物理会考得很好，却没想到考成那样。虽然她也去查了分，但只能查各小题总分有没有问题，具体这道题有没有给判错，无法查到。她总觉得老师给她批改试卷有误，但又没有办法去验证，更没法去改变结果。

这成了她的心病。中考过后，她和好朋友都断绝了来往，他们平时没她成绩好，这次却考得很好。父母也不能在她面前提他们，否则她就会翻脸，甚至号啕大哭。

这个成绩，只能让她去一所重点高中的分校。但是，别人是兴高采烈地去，而她则是带着沮丧和抑郁的心情去。

开学以后，她看什么都不顺眼，老师要求那么严，不让带手机，不让看课外书，清规戒律一条又一条，她感觉跟进了集中营一样，非常压抑。同学们看上去都不如她初中重点班的同学那么灵透，一个个像呆瓜一样。最受不了的是还要住校，每天很晚才能熄灯睡觉，一些同学熄灯后，还打着手电看书。她睡眠很轻，别人一个翻身、说句梦话，都能让她醒来。一天也不能跟妈妈说几句话，因为只有宿舍里一部电话可以跟家长交流，每天下晚自习回来，就那么一点点时间，宿舍里六个人都想跟家长聊天，自己要等很久才能轮到，还没有说几句话，后面的人又开始催了。

从小到大，她没有一天离开过妈妈。她是一个心思细腻、感受颇深的女孩，每天发生的事、她的心情变化都想让妈妈知道。可是，如今她每天心情这么不好，却无法跟妈妈沟通。每次她给妈妈打电话，都泪水涟涟，这也让妈妈很不安心。因为在妈妈那里，女儿的一个情绪波动，就有可能让她产生无数不好的联想，于是妈妈也很焦虑。妈妈每个周末必定来看孩子一次，有时候中间还会来一两次。不是周末，学校不让家长进门，母女俩就在校门口，隔着铁门，眼泪汪汪地说一会儿话。妈妈常常给思怡带一些零食，或者她爱吃的饭菜，保温桶里经常变换着花样，饺子、馄饨、包子、香菇鸡翅、油焖大虾，等等。

思怡不习惯住校，想让爸爸、妈妈帮她转回市里普通学校走读。可爸爸妈妈说，如今再转回来，不见得能进重点班。而且她从重点学校转回到普通学校，如果心理失衡怎么办？况且她迟早要离开父母，与其上大学的时候，走那么远不适应，还不如从现在开始锻炼。

在这种状态下，思怡发现自己的学习效率非常低，上课总是走神，记忆力也下降了，每天没有多少心情去看书，老师布置的作业很难完成，更不用说像初中时那样给自己主动加任务了。几次小考过后，她发现，虽然自己的入学成绩比较靠前，但现在她已经被同学们甩在后面了。这让她更加焦虑，不知所措。

跟爸爸、妈妈的关系，思怡发现也不如从前了。初中时，她成绩好，爱争强好胜，父母总是对她说：“成绩不重要，我们爱你，无论你成绩好坏，我们都爱你。”如今，他们还是会这么说，但是她觉得他们的话里话