

# 心理杂俎

李克富心理随笔



李克富  
著



中国海洋大学出版社  
CHINA OCEAN UNIVERSITY PRESS

# 心理杂俎

李克富心理随笔

李克富 著

中国海洋大学出版社

• 青岛 •

## 图书在版编目(CIP)数据

心理杂俎:李克富心理随笔/李克富著. —青岛:  
中国海洋大学出版社, 2018. 12  
ISBN 978-7-5670-1470-1

I. ①心… II. ①李… III. ①心理学—研究 IV.  
① B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 299332 号

|       |                                                                 |                   |
|-------|-----------------------------------------------------------------|-------------------|
| 出版发行  | 中国海洋大学出版社                                                       |                   |
| 社 址   | 青岛市香港东路 23 号                                                    | 邮政编码 266071       |
| 出 版 人 | 杨立敏                                                             |                   |
| 网 址   | <a href="http://www.ouc-press.com">http://www.ouc-press.com</a> |                   |
| 电子信箱  | 1193406329@qq.com                                               |                   |
| 订购电话  | 0532-82032573 (传真)                                              |                   |
| 责任编辑  | 孙宇菲                                                             | 电 话 0532-85902342 |
| 装帧设计  | 青岛汇英栋梁文化传媒有限公司                                                  |                   |
| 印 制   | 青岛泰兴印刷有限公司                                                      |                   |
| 版 次   | 2019 年 1 月第 1 版                                                 |                   |
| 印 次   | 2019 年 1 月第 1 次印刷                                               |                   |
| 成品尺寸  | 170 mm × 240 mm                                                 |                   |
| 印 张   | 19.25                                                           |                   |
| 字 数   | 295 千                                                           |                   |
| 印 数   | 1—1450                                                          |                   |
| 定 价   | 68.00 元                                                         |                   |

---

发现印装质量问题,请致电 0532—83812887,由印刷厂负责调换。

## 情怀丰满 人性灼灼

提笔之际，忽然起念——这人原本是可以成为文学大师的呀！

而这人现在却是心理大师。我说的是李克富先生。

此为《心理杂俎》序言之序，然也。

称谓“先生”，不知克富兄是否会有肉麻之感。素来相见，便是一声“李老师”，何曾有过这等儒雅之称？如今笔头蘸墨，觉得“李老师”尚不如“克富兄”来得更有语感。兴许“李老师”不爽，寻一年龄稍长者作序，竟被抬举成“兄”，情何以堪？

克富兄，乃尊称。在我心目中，这老弟向来如兄如长，从未有过丝毫变化。克富兄窥我，必有专业视角，两眼洞穿不在话下，但我仍要在此告白——阿谀奉承非我秉性，赞美他人常保持高度警惕，生怕讨来媚骨之嫌。否则闭嘴是我最好的状态。

我知道赞美克富兄的人很多。因此我要赞美克富兄，除了高山仰止外，多少还是有些暗生羡慕。不过，写到这里，我的笔端顺畅起来，叙事调调恰似行云流水。

六年前，春节刚过，友人在家设宴，凑起若干善男信女，旨在追忆《情感驿站》。是的，当初创办这档电视节目，我们曾因此结下了“万古长青的革命友谊”。那一日，克富兄迟到，却并未耽误开席。他寡言默语，片刻后才跟众人解释今日有何心事挂念。在我记忆里，克富兄从来都是洞察秋毫，言辞犀利，入木三分，且理性十足。这一回，克富兄的语音却带了柔气，叙事舒

缓,情意缠绕——今早出门,路遇一只小流浪狗,原本上班匆匆,不打算搭理,可小狗嘤嘤,目光乞怜,仿佛求生的希望就剩眼前这“最后的稻草”……克富兄说到此处,言说自己往常并不喜欢狗,更遑论对狗有感情。是的,我等众人以前何曾听他提一句狗的事情。彼时,克富兄蹲下身子,轻轻抚摸小狗,想是借此给些慰藉。克富兄掏出手帕为小母狗擦拭身子,然后竟毫不犹豫地将它抱回家,这才又踏上匆匆的上班之路……众人听之有微笑者,也有连连赞叹者。绵绵柔意、揪心牵挂,克富兄焦灼不安的表情覆盖了我先前对他所有的认知……

人生许多过往渐渐模糊,实属正常。然而这件微不足道的“笑料”于我是清晰如初。有一次岁末,克富兄邀诸多友人参加他举办的师徒年终盛典,更给我一个登台发言的殊荣。我原本很想将这段“笑料”公开晒爆,可讲着讲着,竟又讲到克富兄的种种正事,种种令人起敬的正事,其中不乏克富兄为电视节目《情感驿站》所增添的熠熠光彩。

拜读克富兄这几年质高量多的心理学实践专著,我便有了一种亲近的阅读情结。克富兄门下的那些弟子学员,一个个功夫了得,其学习能力、逻辑能力、写作能力和心理素质在大量篇幅的文字表达中尽情凸显。令我唏嘘不已的是,许多女性学员赞美起李老师来,不仅文采斐然,情也悠悠,意更深深。掩卷所思,联想我刻骨铭心的“笑料”记忆,我终是找到了铁杆女粉丝们何以爱戴李老师的缘由——爱!以小见大的爱!以真见情的爱!

说来我与克富兄相识多年,真正走进他的内心世界,却并未多久。

还是说《情感驿站》。操持这档节目的黄辉,本是青岛电视台文艺晚会的当家花旦,名声已够,无须再拼。偏偏她做事认真,喜欢挑战,在2007年的职业生涯中硬是艰艰难难、忙忙活活地拿下了青岛电视台历史上第一档纯情感类访谈节目的主办权。岛城心理咨询界声名鹊起的李克富老师与石卉老师尚未在荧屏中贡献嘉宾的作用,就先被黄辉请进了策划的专家行列。正是这个机缘,我与两位大咖得以面见结识。一男一女,一刚一柔,多维观点,相得益彰。节目开播,自是收视见红。两位老师均自立门户,自主创业,时间尤为宝贵。黄辉的魅力却让两人不计得失,甘愿加班加点为节目出谋

划策,点拨迷津。初创节目常举步维艰,稿费寥寥,黄辉每每为此歉意。克富兄便直言坦白:我知道我该做什么,更知道我该要什么!此言在我耳畔萦绕,如珠玑落盘,字字清脆。那目光的坚毅,语气的执着,刻在我的记忆里,令我久久回味又令我深思不断……某一日,策划会开得正浓,石卉老师突然一声石破天惊的发现——原来李老师你……你……竟比我的年龄还小?只见克富兄淡然如常,镇定端坐,无一丝惊乱。石卉老师便觉“奇冤”,连连为自己一直把李老师当成兄长而耿耿于怀。呵呵,石卉老师莫冤,我和节目编导们也曾被他斑驳的白发所蒙蔽,你没叫他大哥,算不得冤枉!

克富兄若只凭“少年老成”的相貌蒙蔽我等年龄的误判,那便是真正冤枉他!克富兄的学识、看问题一针见血的洞察之功、分析矛盾的鞭辟入里等硬到家的本领才是他令人折服的关键所在。比如我们在谈“责任”,常以其概念标签或褒奖或贬损某人所为,而到克富兄嘴里,你会听到这样的注解——不是谁都能扛起“责任”的这顶帽子,责任是一种能力!此言听似简单,凡人并不觉奇深,克富兄表达出来却有振聋发聩、醍醐灌顶之效。曾经有一搏杀岛城化妆品商场大战而风生水起的富婆,在节目录制现场就是不接我们提前设置的提问话题,冷不丁冒出自己是“性感女人”的辛辣语言,惊世骇俗。亏得克富兄一通心理大师的滔滔宏论将其“降服”。翌日,富婆电话打给黄辉询问,我在对桌听得清楚,说是李老师一小时的心理咨询费怎么个算法。黄辉为避免给李老师惹是生非,恨恨地报出高价以阻止富婆的纠缠。孰料,富婆毫不犹豫,霸气冲天,竟要“包”李老师一天!(心理咨询,心理咨询也!)

我其实早就知晓李克富这个名字。20世纪90年代初期,我在青岛经济广播电台领衔创办一档广播聊天节目《午夜相逢》,那时广播的收听状况正在被颠覆,电话连线的直播盛况至今还能让很多岛城听众记忆犹新。我从广播岗位调至电视台工作后不久,《午夜相逢》“吃了豹子胆”竟在午夜时刻“冒天下之大不韪”开聊“性”话题,特邀嘉宾的大名一时被街谈巷议,常常夺了话题本身的风头。那人姓李,名克富。如此说来,我们彼此之间早有擦肩而过之缘。

自从我加了克富兄的微信，每每见到他的高论和总是游走他方讲学的行影图踪，只要我目及，便会坚决点赞。一日，有一喜讯飞来，克富兄微信告诉我，《心理杂俎》即将问世，此乃他的新作也！还不等我竖大拇指，克富兄紧接着要我写序……这样的“玩笑”出自心理大师，是喜讯呢还是喜讯呢？兴许克富兄是在考验我的智商抑或是测试我的心理反应，对，我不上当！知名的心理大师出书，怎么着也得找个名气更牛的“德高望重”出山，此乃书籍出版业界的定律，克富兄岂能不知？又见他往我头上搬来一顶“幽默”的帽子，据此推论便能为他自称“涂鸦”的大作增添光彩。人一听好话就飘飘然，我终是上了当，或者说是上了“套”。克富兄强调落笔要写我们之间多年的友谊，这着实令我重视起来。

既非戏言，从命便须恭敬。才扫一眼《心理杂俎》的目录，心灵则朗然悦动，思绪飞舞。前文已有恭维克富兄逻辑缜密、辨析严谨之深厚功力，看他文章组织，仍觉条理清晰，瑕疵难挑。形似随笔，实则文脉齐整。“咨询”与“生活”两大篇章，各自归类，令人读来不乱方寸。而我看书，一向不墨守成规，皆是源于我的思维不敏以及缺乏哲思之天赋。这不，一瞅开篇——《当女人成为咨询师》，就乱了方寸，想入非非。克富兄慧眼真灼，角度刁钻，见地深邃，句句扎心，才不见乱云呢！《移情性阻抗的移置》《艾滋病(AIDS)防控：方法要比吓唬更重要！》……这等心理咨询的专业大文，涉“性”而超越“性”，不容你在生理的层面胡思乱想，而是有效引导迷茫者走出“性”之困境，重振人生信念。

克富兄通常给人的印象，除了严肃就是专业的精湛。好像记得他曾经说过，或者是在别的文章中写过，生活中自己不是个很有趣的人！果真乎？其实不然。与克富兄交往多了，特别在他文思泉涌的微信“涂鸦”中，你会发现他对世界万物景象的好奇与情感的抒怀，实在宽广得很。《在草原上，我看到了时间》《在儿子眼中，母亲不是“女人”》《永久学生综合征》……如此题目，信手拈来，只需一瞥，便觉情趣盎然。倘若阅读者又以为克富兄还能够“风趣幽默与自黑自嘲”，那便是狭窄的认知。《“我祖上曾经阔过！”》《自我督导：撒泡尿自己照照》《他们为什么排队加塞？》《“除了有个证书

外啥也不会!”》《历史在于被创造》……仅读这些题目，你就幽默不起来，油然而生的只能是一种对社会现状的严肃关切！而克富兄针锥刺痛的呐喊则让我们顿觉鲁迅还在，哀其不幸怒其不争，却也不失对未来光明的厚望寄予。

克富兄令我作序，没有字数限制，索性我就再铺陈任意，反正他能“兜得住”。很多年以前，克富兄曾与我言及岛城的一些文艺大咖，他很想从心理学专业的角度观照和剖析一番。《〈芳华〉影评中的心理学》——这大概是我第一次看到克富兄上述愿望的落地之笔。想来这是他开辟心理学专攻领域的肇端，又或者他早已积累盈盈，蓄势待发。平日见克富兄，总觉得他火眼金睛，仿佛星外来客一眼便能看穿人类的所有，并且时时都会窥探到我们每一个人内心最隐秘的空间。这几年阅读克富兄的著作，这种感觉渐已消失，我已将他自作多情地列入到文学共鸣的圈子里。可能会有人不以为然，甚至以为是没有原则的庸俗吹捧。好吧，我来摘些《心理杂俎》中的篇章题目——《“若言琴上有琴声，放在匣中何不鸣？”》《“心意既得形骸忘，不觉天地愁云阴”》《出师未捷身先死》《“道之不存，魔将焉附”》《“兔死狐悲，伤类声凄切”》《窥一斑而知全豹》《“不有祝鮀之佞，又无宋朝之美”》……这些佐证当然不足以说明一个人的文学修养达到了多么高的程度，但是我想说的是，如若没有文学的滋养和人生的磨砺，这样的题目根本就是一种虚妄的矫情。而当你深读后，定能发现克富兄的文学基因是如何在他渡人苦难的心理服务中发酵滋长出温暖的巨大能量。温润而来，温馨满怀，文学对世俗的拆解和对伤痛的慰藉，一般人很难企及，一般的心理咨询师也很难领悟，而克富兄在做！文学的光芒闪耀于他的肩头，他相当清楚自己的人生巅峰在何处……

所以我在开篇的笔触中，上来就是断然的评判——“这人原本是可以成为文学大师的呀！”其实，这句假定的句子完全可以去掉“原本”，这样一来，历史的假设就有可能成为现实的预测。我是不是也有希望获取心理咨询师的专业资质了？

克富兄在《心理杂俎》中有这样的文笔披露——“我眉宇间有个‘川’

字！”就此，我努力猜想，他“见老子铜像”，又要思虑“儒家文化中的‘反黄金规则’”，其种种深奥的宗教修行是否也具有文学那般“润物细无声”的能量？

黄晓晨

2018年7月25日

## 案板上的一堆“烂菜”

我这人经常把自己写的随笔称为“涂鸦”。《心理杂俎》亦是如此：“俎”，古代切肉用的砧板，我们老家叫案板；“杂俎”就是杂录，意谓如菜杂陈于俎，通俗地讲就是案板上的一堆“烂菜”；将“心理”二字前置，我也自知有些不伦不类。

——题记

从2015年6月1日到2016年的5月31日，我在坚持每日“涂鸦”一年后，《行走中的思想》和《自由的联想》算是完成。紧接着，又带领两位学生开始了《母爱的救赎》的写作与整理，它是《三个月改变孩子一生》的青春版，持续到9月底。自此之后的一年，我过得放松而惬意，所做的无非就是三件事：咨询、生活和心性修养，期间又“涂鸦”了40多万字。这本书所记录的就是“咨询”和“生活”两大部分，按照“涂鸦”的时间顺序罗列，取名《心理杂俎》，而“心性修养”部分独立成册，拟叫《寻觅初心》。

1

《咨询篇》主要是对心理学和在心理咨询中的感悟，我用一种独特的视角试图对自己的所见所闻予以解读。

我喜欢这种独特，也时时刻刻追求这种独特。我深知独特离不开普通，因此，作为一个后现代取向的心理医生，我每时每刻都在关注着求助者都看到了什么，思考为什么他们所看到的是这样而不是那样，力争看到求助者所看不到的东西并进而让其也看到原来所看不到的东西。必须声明，追求这种独特完全是出于心理助人的需要，而绝非哗众取宠或标新立异。

比如,很多家长因为孩子的学习问题而咨询,在他们看来自己的孩子很聪明,只是不够或根本就不努力。而在这个庞大的群体中,有些家长在找到我之前就已经找过其他同行咨询过了,已经对诸如“孩子的问题是父母的问题”等咨询思路有着深刻的反思和认识。但是我发现,这些家长依然不知道该如何付诸行动,甚至会因为自己教育的失败而内疚,对于接下来的改变更加无力。

面对唉声叹气的父母,我一般会在确保咨询关系足够稳定后,笑着问:“知道童话故事里的丑小鸭为什么会变成白天鹅吗?”

很多有智慧的父母会知道我想表达的意思:那不是因为丑小鸭有多努力,而是因为它本来就是白天鹅的“孩子”!

接下来,我会和家长们从另外一个视角解读“孟母三迁”,让他们意识到,成就孟子伟大人生的,除了“三迁”之外尽管还有孟母,但最具决定作用的是孟子本人。

“孟子天生是只‘白天鹅’,而我们的孩子呢?”我会非常直接地这样问,然后还会补充说:“可能我们的孩子真的并不像人家的孩子那样聪明,即使努力了,也不如人家的孩子成绩好。”

这话很残酷,但是个事实。

我想达到的目的就是让这些家长们接受这个事实。因为只有接受了才有改变的可能性,也才会有改变的力量蓄积。

当我们发现家长们处于孩子“很聪明却不努力”的幻觉中不能自拔时,让其接受孩子其实“根本就算不上聪明甚至有些笨”的现实,不但能够减缓内心冲突,还会基于孩子的现状而付诸现实的努力。

一切的改变均始自接受,没有对现状的接受就没有对当事人的接纳,尊重也就无从谈起。如果连尊重都没有,家长试图在孩子身上达到的改变又怎么可能!

明白了这一点,读者大概就可以明白我为什么非要反其道而行之“涂鸦”那篇《“孟母三迁”另类解读》了。《咨询篇》的所有内容,我所选取的都是这种“另类”视角,这其实是对那些传统思维观念的“反思”。

尽管我已经尽力做到了通俗,但我知道我所“涂鸦”的内容其实并不好

懂。主要原因在于,我作为一个专业的心理工作者,所形成的文字只是我从心理层面对自己所见所闻的主观“解释”(interpretation),而其背后隐含着一种基于心理学实证研究的客观“说明”(explanation),如果缺乏相关的心理学知识,也就只能根据我的“理解”(understanding)而咀嚼我所咀嚼过的东西,想真正“读懂”就完全没有可能。

比如《“若言琴上有琴声,放在匣中何不鸣?”》《“心意既得形骸忘,不觉天地愁云阴”》和《不同的世界 同样的精彩》等,都是在写心理学中的感觉现象,需要有诸如“心理是脑的机能,是对客观现实的反映”“声音不是一个物理现象而是纯粹的心理现象”等基础知识,才能读懂。

另外,这一部分还涉及了诸多专业名词,像自杀、抑郁(症)、焦虑、移情等已为大众所知,而多数人恐怕对阻抗、现实检验能力等专业名词感到陌生。对于专业名词,我唯一希望的是读者不要满足于自己或字面的理解,而是深刻理解其内涵和外延,当然这需要借助于我文中的提示。

特别需要指出的是,我所“涂鸦”的内容不是“心理学”而是“心理咨询”。前者是一门科学,而后者不只是科学,还是艺术的表达和人文情怀的呈现;前者必须正确,后者则更看重有用;前者得靠实证,后者则需要体验……正因为如此,我所“涂鸦”的很多内容并不科学,也不完全正确,有些更是无法实证,却很实用——至少对我(曾经)如此。我的生活经历和咨询实践都告诉我,这种“非科学”的东西并不“反科学”,它能给人以启迪而不是误导。《我不是“学心理学的”》等诸篇文章,我都想把“非科学”说清楚,而诸如《痛苦的记忆是你主动的选择》《那种超越期待的高兴》《抑郁视野下的 CoCo》等,则想表明我的咨询实用但并不“反科学”。

近几年,心理咨询师的“职业化”一直是我所倡导的,并且将其与“专业化”严格区分,这二者之间的不同也与“心理咨询”和“心理学”的不同类似。在我看来,很多咨询师非常“专业”,只是“作为心理咨询师的人”,却并不“职业”,而职业化的心理咨询师是“作为人的心理咨询师”——首先是个活生生的“人”,其次才是具有专业知识和技能的“咨询师”;不但将来访者当人看,而且也能够将自己当人看。

必须承认,我的职业自豪感非常强。正因为如此,我总喜欢对涉及自己

职业的诸多问题说三道四,但是其出发点都是为了维护心理咨询这一职业的尊严。《对〈心理咨询师〉教材的希冀》所表达的其实是我的不满,《自我督导:撒泡尿自己照照》则是我对当下心理咨询现状的无奈……这些情愫都体现在《因为爱的深沉》之中。

相较于《咨询篇》,《生活篇》随性了很多,基本上都是我见到什么就写什么,想到哪儿就写到哪儿。

但是,作为一个心理工作者,我要提醒各位读者注意的是,请关注我“见到了什么”或“想到了哪儿”,而不是我“写了什么”或“写到哪儿”。心理是对客观现实的反映——透过文字,我的内心状态清晰可见,我的心路历程也清晰可见。

可能从小就发现“面对同一事件不同的人有着不同的看法”吧,当我在被告知“心中有什么,眼中才能看到什么”或“心中有什么,眼中就能看到什么”时,竟然没有丝毫怀疑地相信了。自此,我就学会了揣测人心。

有人说“心理学有个漫长的过去,却只有短暂的历史”,而我也一度认为尽管自己从事心理助人工作的历史很短,但喜欢心理学并且用心理学的原理来观察生活的过去却很长,长到可以以我理解了这句话为源头。

多年之后,当我成为一名执业心理医生,突然觉得自己找到了源头的那一刹那,是极其激动的,仿佛一个远方流浪的游子一下子回到了自己的精神家园。后来,不断地有同行和朋友问我怎样才能让抽象的心理学接地气,我总是笑而不答,因为我知道他们还在流浪的途中,即使我告诉他们,他们也不可能理解“问渠那得清如许?为有源头活水来”是什么意思。

正因为找到了源头,当我看到贝克莱那句“存在就是被感知”时,便知道那只是将“心中有什么,眼中才能看到什么”换了个说法;当我被社会心理学的“图式”概念指导着,认定正是图式影响我们对注意对象的选择、影响记忆、影响自我和对他人的知觉时,也便知道其所说的还是“心中有什么,眼中就能看到什么”。

心理学认为“个体知觉他人,看见的往往是我们想看到的東西”;文学家和艺术家则说“这个世界上不是没有美,而是我们缺少一双发现美的眼

睛”。科学，完全可以用更为通俗的方式表达。

《生活篇》中的“涂鸦”，都是我对这一通俗表达的尝试。

长期的认知行为治疗(CBT)训练和操作，使得我习惯于凡事落脚在行动上，因此“涂鸦”的文字中总是离不开一些具体的方法和具体的指导。比如《脸皮够厚，不怕拒绝》《绝境之下只能接受》等，就是希望有人能够照此去做。

用文字表达自己的观点是我的最爱，关于这点我旗帜鲜明，正是采用这种陈述方式我“涂鸦”了《默默无闻的普通人最难做》《千万不要忽略了常识》。

我一直倡导积极、正向和阳光，总希望用自己有限的正能量去感染他人，因此也喜欢在“涂鸦”中体现励志。在《有种优良品质叫反脆弱》《努力不做分母》等都是让更多人不畏艰难、努力进取。

在从事心理咨询前，我曾经在性与生殖健康领域工作了多年，对此专业领域我当然不陌生。尽管当前在咨询中仍时有触及，但我已经很少将其付诸文字，理由就是因为太熟悉反倒写不出新意。

不得不提的是那篇《畅想：30年后的日记一则》，那是我和一群年轻母亲的一次“约会”，相信它的价值会随着时间的流逝与日俱增，而对我和所有参与者来说都是历久弥新的。

我经常出差，但我非常不想出差，对乘车和乘飞机都有些厌恶。为了度过路途难熬的时光，我习惯于用观察和聊天来应对。《一等座的三小时》《一件小事》《高铁“糟”遇》等就是在列车和飞机上的真实记录。

反过来想，这一年来能给我平淡生活以点缀的，竟然也是如下的出差的经历。

一次是2016年的10月去内蒙古，第一次见到了草原。尽管没有策马驰骋，但是跟一帮好友奔跑、嬉戏、大口吃肉大碗喝酒且放声歌唱的情景会牢记在心，更重要的是，这次内蒙古之行，我在草原上真切地看到了时间，也从此改变了我的感知。

另外一次是2017年的4月前往陕西渭南的韩城，途中的黄土高原给我留下了强烈的印象，第一次知道了眼中所见与书中所写是那样不同。在司

马迁祠、党家村、法王庙、普照寺，我都有心灵的震撼，只可惜当时没有形成太多的文字。

以上两次出差都由我的研究生同学李林贵教授促成，感谢他对我的帮助。

还有2016年12月和2017年10月为武警部队服务，让我有较长时间与军人做深入交流，使我知道了当兵意味着什么，所谓的奉献又是什么，从而让我深刻理解了那句话：世界上没有什么岁月静好，只是有人在为你负重前行！

李克富

2018年7月21日 青岛

## 咨询篇



当女人成为咨询师 / 3

“若言琴上有琴声,放在匣中何不鸣?” / 5

答海山幼儿园老师问 / 7

“心意既得形骸忘,不觉天地愁云阴” / 10

不同的世界 同样的精彩 / 12

“孟母三迁”另类解读 / 14

在儿子眼中,母亲不是“女人” / 17

“另类解读”者并非“另类” / 19

另类是引起注意的一种方式 / 21

心理治疗的法律与伦理 / 23

答友人问:因果联系与循环联系 / 25

作为人的心理咨询师 胡怡萍 / 27

儒家文化中的“反黄金规则” / 29

相同与不同 / 32

没有体味便难以描述 / 33

评判事与评判人 / 35

永久学生综合征 / 36

“出师未捷身先死” / 38

心理咨询不是一种商业行为 / 40

关于“自杀”的哲学思考 / 41

知道与不知道 / 43

向大智慧者致敬! / 45

他是这样的一个人 丁金波 / 47  
写给进入实操阶段的 2017 级研修生 / 49  
爱的力量 / 51  
心理现象·心理科学·心理咨询 / 52  
启动感知而不是记忆或思维 / 57  
积极错觉 / 59  
“道之不存,魔将焉附” / 61  
这不仅仅是一个考题 / 63  
请给自己一个解释 / 65  
心理援助:二次伤害与过度干预 / 67  
不一样的杂俎,不一样的李老师 杨雪莲 / 69  
我不是“学心理学的” / 70  
“付出必有回报”吗? / 72  
人是理性的?还是非理性的? / 74  
关于“理性”的理性思考 / 76  
心理助人:只“点睛”,不“画龙”! / 78  
“母爱”不是“爱孩子” / 80  
突破语言屏障 / 82  
心理咨询诗 / 84  
基础重于技巧 / 86  
唯有生命唤醒生命 穆占叶 / 88  
对《心理咨询师》教材的希冀 / 91  
抑郁症与性欲旺盛 / 93  
存在就是被感知 / 96  
知道不知道 / 98  
讲规矩,“不逾矩”! / 100