

心灵的倾斜与矫正

心理咨询
随笔

张建营 陈献一 编著



人民卫生出版社



心灵的倾斜与矫正

——心理咨询随笔

张建营 编著
陈献一

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

心灵的倾斜与矫正—心理咨询随笔/张建营等编著.
北京:人民卫生出版社, 2001

ISBN 7-117-04426-8

I. 心… II. 张… III. 心理卫生-研究
IV. R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 038415 号

心灵的倾斜与矫正

——心理咨询随笔

编 著: 张建营 陈献一

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 67616688)

地 址: (100078) 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: [http://www. pmph. com](http://www.pmph.com)

E - mail: [pmph @ pmph. com](mailto:pmph@pmph.com)

印 刷: 北京市卫顺印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 8.5

字 数: 192 千字

版 次: 2001 年 8 月第 1 版 2001 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印 数: 00 001—3 050

标准书号: ISBN 7-117-04426-8/R·4427

定 价: 12.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

序 言

在即将写完这本小书的时候，一句古诗浮上心头：“十年磨一剑，今日始发硎。”“发硎”是指离开了磨刀石。我们经过十多年的实践、探索、总结，终于磨出了这把“剑”，我们不敢夸口这把“剑”多么锋利，但我们却能够说，这把“剑”是在实践这块宏大的磨石上，一丝不苟地磨出来的。

在我国，心理咨询、矫正、救助的实践还没有蓬蓬勃勃地开展起来，还没有深入到千家万户，许多人还不认识它的理论和方法，还不清楚它的服务范围，往往和思想政治教育混为一谈，甚至遭到传统的生物医疗模式的白眼。本书的一个个生动案例证明，许多各类神经症患者，是不能用思想政治工作的说教方法医治好的，单靠吃药打针的生物医学疗法也无济于患者，靠心理咨询、分析、矫正，靠人际关系的调整、改善，靠社会的理解、帮助，反而能卓有成效地改变患者的消极情绪，克服患者的变态行为，使患者恢复心理健康。医疗实践一再证明生理、心理、社会的三维医疗模式是非常正确的，前途是非常光明的。

科学的常识告诉我们，人类不仅是自然发展的产物，更重要的是社会实践发展的产物。人类创造了物质文明、精神文明、制度文明，相应的这三大文明也反作用于人类自身。人类的各种心理现象尽管奇妙繁纷，但都植根于社会存在的土壤

里。社会不断向前发展，平等、自由、民主、科学、法治、富裕的社会必将到来，然而由于传统落后的思想习惯，现行社会制度的不完善以及由此造成的阴暗面，还会打扮成各种各样的嘴脸来戕害人们的心灵。为什么一位退休的老教授，竟怕起挂在墙上的乐器二胡来了呢？为什么一位新时代的女大学生无可奈何地踏进教堂的门坎里呢？为什么时至今日一位中学的校长竟然当众口出恶言：“在黄浦江边，128条狗难买，128个老师好聘”？为什么一位父亲对被奸污而要寻短见的女儿说：“孩子，你要走就走吧，我一定好好给你料理后事”？这一件件、一桩桩令人触目惊心的事实，不正是压在那些脆弱心灵上的一个个沉重的砝码吗？一个个天灾人祸的刺激，一起起突发事件的刺激，都会使脆弱的心灵弯曲、变形、倾斜。谁也改变不了存在决定意识的法则。

心理学研究的对象是人的心理现象及其规律，人们的心理是那样的多种多样，因此，反映心理现象的理论也应该是多种多样、五花八门的。只要是从实践中认真总结出来的心理学理论和方法，有的尽管不完善，我们仍采取尊重的态度，扬长避短、取精弃糟。对于国外先后流行的精神分析、行为主义、人本主义、现代认知学派的理论和方法，只要能在心理医疗的实践中发挥作用，我们就虚心汲取。我们在心理咨询、矫正的实践中也深深地体会到，每个人的先天素质与个性心理是独一无二的，每个人经历中所受的情境刺激是独特的，每个人所受刺激后的情绪、行为、症状的反应表现是不同的。因此，有的放矢，一把钥匙开一把锁是必须遵循的心理治疗原则。坚持百花齐放、百家争鸣的方针，特别有利于心理学事业的发展。那种一叶障目、一豆塞耳的医疗态度，那种包打天下、包医百病的霸主作风，那种夸夸其谈、脱离实践的学阀派头，只能扼杀心

理学事业的发展。我们倒是同情摸象的盲人，嘲笑袖手旁观的智叟，赞扬每天挖山不止的老愚公。理论与实践的密切结合，实事求是，永远是心理学推陈出新的根本途径。

当好一名心理医生是非常不容易的，不仅需要一定的专业知识、丰富的阅历，而且需要高尚的道德、顽强的意志。没有敏锐的观察，深刻的思考，诗化的语言，巧妙的释梦，就不能打开咨询者的心扉，校正咨询者的心向，就难以使患者移情，更寻觅不到患者心理的深层情结，接着而来的疏导、领悟、矫正等环节就无法进行。面对着一个个谜一样的心理现象，一个个稀奇古怪的神经症状，你都要反反复复地思考，睡前思考，醒后思考，甚至达到苦思冥想的程度。对每一位咨询者、治疗者，你不能失约，不能失言，不能失信，一次也不能。不论狂风暴雨、霹雳闪电，不论北风呼啸、飞雪漫天，只要有约，你都要准时与他们相见。每次咨询、诊断、分析、矫正，都好像在认真负责地给学生上一堂艰难的课。一天天，一月月，面对着接连不断涌来的消极情绪、心理垃圾，你要有不同寻常的承受力。在你的心头要始终高扬着人道主义的博爱心、同情心、责任心的旗帜。看到一个个患者挣脱消极情绪的枷锁，步出精神危机的泥淖，斗志昂扬地投入到新生活的洪流里，每当这时，你是何等的欣慰，何等的喜悦啊！

本书在结构上，分为心理分析矫正篇、心理观察探索篇、电话心理咨询篇。我们主要从人文科学的视觉，对个案进行了完整的叙述与分析。在内容上，涉及到大中小学生、教授、医师、工人、商人、军人、干部；咨询、矫正的范围分三个层次，一般心理问题，较严重的心理障碍，各种神经症，包括焦虑症、抑郁症、恐怖症、强迫症、妄想症以及由此引起的自杀。书中许多令人可叹、可笑、可泣、可哀的人与事，都来自

川流不息的现实生活，来自我们曾经咨询、矫正、救助的对象。在叙述上，采取白描的手法，没有虚构，没有夸张，没有渲染，枝枝叶叶，来龙去脉，清清楚楚，实实在在，仅仅隐去了患者的真实姓名。在理论分析上，画龙点睛，浅显易懂。个案后的点评力图揭示某些心理现象的本质及规律，揭示变态心理学领域里某些带有普遍性的理论和方法。本书鲜明的特点是实践性、通俗性、可读性，适合不同文化层次的读者，即使对心理学专家、医学专家，也为他们提供了可供研究的翔实材料。本书是我们两位作者共同实践、共同商讨、分别执笔、相互密切配合完成的。

具有中国特色的心理咨询、矫正、救助事业正在我国大地上兴起，拙作《心灵的倾斜与矫正》一书，仅仅是即将兴起的这个潮头上的一朵浪花。我们诚恳希望广大读者及心理学、医学专家给以批评、指正。

作者

2001年5月

目 录

序言	5
----------	---

心理分析矫正篇

怪癖行为的背后	1
他不停地清洗着心中的厌恶	9
一位女大学生的哀叹曲	18
命运方程式的加减乘除	28
“孩子，我一定好好给你料理后事”	39
爱的失落	49
她吻别了似锦的前程	62
怪哉，吃药打针无奈何	71
不是风流女的风流梦	81
激怒，挥之不去的表情	89
手臂图腾的毁灭	99
一位由自罪走向自杀的可怜母亲	108
教授、二胡、蛇	118

心理观察探索篇

一次生与死的对话	137
父母大人，您听孩子们说	146
他心中的鼠猫争战	157
浪潮冲击下的婚变	177

离异，有谁比孩子更不幸呢	190
被病菌吓破胆的医生	199
生命之舟的沉没	211

电话心理咨询篇

电话心理咨询服务的范围	221
恋爱，迈好婚姻的第一步	222
大龄青年婚恋情结	223
尊重自己的价值，超越失恋的痛苦	225
婚外恋小谈	226
越轨冲动后悔多	228
话说婚变	229
再婚与否	231
要事业，也要亲情夫妻之爱	232
个性互补的条件	234
家庭的两块心理基石	235
为您的孩子成才，愿助一臂之力	236
忽冷忽热，孩子成长之大忌	238
正确对待“小大人”的逆反心理	239
早恋的代价	241
与其伏案叹息，不如轻装上阵	243
愿青年学生顺利完成向社会实践的跨越	244
依恋的正负效应	246
自主潜能的培养和矫正	248
酸甜苦辣话体验	249
忍耐，冲动的节制闸	251
不怕竞争	253

朋友，珍惜宝贵的生命吧	255
下岗的朋友，挺起腰、昂起头	256
退休，人生的又一新阶段	258

● 心理分析矫正篇

怪癖行为的背后

一个人的异常怪癖行为，当事者觉得莫名其妙、难以克服，外行的旁观者看来觉得可怜可笑、不可思议，但在有经验的心理学者看来，则是顺理成章的行为了。当事者像个梦游人一样，已经神入某种独特的情境，在认真执着地扮演一个连自己也说不清、道不明的角色。

—

李旋是高二的学生，学习认真努力，平时寡言少语。在新学期开始，他的行为、言语、表情出现了明显的异常。本来言语流畅，现在结结巴巴的了，与同学对话，或回答老师的问题，结巴得更加厉害，“这、这、这”，“你、你、你”，“我、我、我”，眼神、语气都笼罩在恐怖的气氛中，有时躬着腰、大睁着眼睛倒退着走，似乎有一个怪物向他袭来。有的同学嘲笑他，有的同学怜悯他。更为奇怪的是，走在上学的路上，他数起道旁的树来，他的家距学校二三里路，无论上学、放学，风霜雨雪，他总是不厌其烦一棵一棵地数下去，瞅着数，盯着数，如果数漏了几棵树，他又从头数起，数得气喘吁吁，数得头晕眼花。他再也无法承担繁重的学习任务了，只好休学在家。

— 1 —

1990年秋天，妈妈带着李旋来到我们心理咨询所。这位妈妈是镇委副书记，言语行动中透露出女人少有的阳刚之气。她滔滔不绝、大声大气地说：“大道理、小道理给孩子说个尽，他就是听不进去，一走路就伸着头数树，像中了邪、着了魔似的，打不得，骂不得，四处问医求药，吃了睡、睡了吃，病不见好转。无可奈何，请了神汉子、道婆子施法驱邪，孩子的病情不仅没有好，反而吓得胆战心惊。唉，祖宗八代也没有得过这种不知名的怪病。”话没有说完，就先后甩了两颗烟蒂。

经过移情、询问、分析几个阶段，终于寻出了此症近期的诱发因素，中期的继发因素以及早期的始发因素。

1990年暑期的一天晚上，乡镇在一片空地上放电影，坐着的、蹲着的、站着的，嘻嘻哈哈、吵吵嚷嚷、拥拥挤挤，一片热热闹闹的景象，电影放映开始，观众安静了下来。李旋没有带凳子，就蹲下看一会，站着看一会，看到中间，他又由蹲式改为站式，他全神贯注地看着、听着，站在他身后的青年人突然给他几拳，嘴里骂声不绝，他转过身来，还没有站稳，那一伙人对他一阵拳打脚踢，他结结巴巴地争辩几句，结果被打翻在地。他被人拉起，委屈地流着泪水，无可奈何地离开了放电影的场子。从此以后，他就说话结巴了，动不动就流口水、流眼泪，走路数起树来了。

1982年，李旋小学二年级时，他就有过一段口吃、数树的历史，只是没有被家人、老师发觉，很短的时间就过去了。那年春天的黄昏，他背着书包高高兴兴地放学回家，望着树梢，望着云彩，刚刚进村，突然一条黑乎乎、毛茸茸的大疯狗摇动着拖地的长尾巴，从树后窜了出来，猛扑到他的怀里，咬伤了他的胳膊，他惊吓得连呼：“狗、狗、狗”，就昏倒在地。当他醒来时，已经躺在医院的病床上了，他看着妈妈，委屈得

泪流不止。这一幕突然被疯狗咬伤的情境，深深地刻印在孩子的脑中，随着年龄的增长，又被压进潜意识的角落里。从此以后，常常做些担心、惊恐、遭伤害的噩梦。

在以后的日子里，他曾遇到过不少的刺激，最为重要的一次是上初一时，他有了一场病，被一位不负责的医生打针打错了部位，致使左手残疾，更加担心，更加怕伤害的情绪，像阴云一样，弥漫在心里，挥之不去。这一次打错针的刺激，只是加重了他的担心、惊恐、被伤害的委屈情绪，但没有激活深藏在潜意识里的被疯狗咬伤的情境信号，为什么呢？因为打错针、被狗咬二者的情境大为不同。

然而，在广场上看电影平白无故地突然被人打，与走在路上看树梢、云彩时突然无缘无故被狗咬的情境是何等的相似！被人打的强烈刺激激活了唤醒了8年前被狗咬的情境，他神入了令他惊恐的情境中，提心吊胆地扮演着担心、害怕再受伤害的角色。他数树的真实意义，是担心树杆的后边是否又躲藏一个疯狗式的危险物，他要始终保持高度警觉的防御精神状态。他结巴，是应激状态时突然形成的条件反射经转化而形成的生理熟路联络，“狗、狗、狗”，“我、我、我”，“这、这、这”。他常常的暗自流泪，是一种无缘无故受伤害的无可奈何的委屈情绪的自动发泄。总之，李旋所患的可以称为以担心、惊恐为内容的行为强迫症。经过心理分析、疏导、矫正，他的行为强迫症状消失了，他又患了抑郁症，因为他的母亲突然去世了，这位镇委副书记打了整整一夜方城战，在喷云吐雾的房间里，撒手人间，命归黄泉。在人间，母亲是孩子最安全、最温暖的方舟，失去了母亲的大孩子李旋，刚刚从惊恐的强迫症泥沼里爬出来，又掉进了悲哀抑郁的泥坑里。望着他泪水汪汪的双眼，我们又向他伸出了救援的大手。

无独有偶，有些心理现象，在相同的心理规律作用下，在条件相似情况下，总会反复出现。

林云香 8 岁在上小学二年级时，也被狗突然咬过。那时，她家生活过得很艰辛，小小的年纪，一有空总是帮助妈妈、姐姐打扫公共厕所。有一次，姐姐到厕所里扫除粪便，她在外边认真地扶住平板车把，车把几乎与肩齐平。冷不防一条恶狗猛扑过来，她哭喊着，丢下车，撒腿就跑，恶狗紧紧追了上来，咬住她的小腿肚子，鲜血洒了一地。路过的行人打跑了恶狗，救下了孩子。姐姐叫来妈妈，妈妈抱着泪流满面的孩子，到防疫站打了狂犬预防针。从此，她就怕狗，每走到养狗的人家门口，她总是提心吊胆的。如果独自一人行走，她总是不断地回头看看，担心有狗跟着她。还有一次，打扫完厕所，她与小伙伴一起到护城河岸洗洗刷刷，不小心鞋掉到河里去了，小伙伴帮她捞鞋，脚一下子踩空，掉到河里深深的窝坑里了，那是她从小就知道的深深的窝坑，小伙伴掉进去就不见了。她吓得大喊大叫，“救命啊！救命啊！”泪水汗水一齐流下，烈日炎炎，草木森森，她几乎吓呆了。多亏了一位好心的叔叔跳下去把小伙伴救了上来，她一次又一次地呼喊小伙伴的名字，直到确认小伙伴还活着。这两次较强的意外刺激，在她洁白如纸的大脑里，留下了担心、惊恐的情境痕迹，心理学名之曰情结。情结不是伤疤，它有时静止，有时活动，有时扩大，有时缩小，有时竟能左右主人的言语、情绪及行动，反而不为主人所知，情结的这一特点，就是弗洛伊德心理学家所说的潜意识所具有的心理动力。由于林云香少年时代经历过较强的情境刺激，脑子里经常莫名其妙地显现出许多不安全、不吉利的念头，“哎呀，

危险！”“唉，要出现不幸的事！”她暗暗地喜欢一位男同学，想方设法地关心他、帮助他、讨好他，但又总是担心他会变心、会抛弃她。她勤奋刻苦，下决心一定要考上大学，但在梦中自己的理想总会落空。繁重的学习负担，使她的精神格外紧张，灰色的消极情绪在大脑里旋转着，白天也好像在睡梦中，担心、惊恐、完了、坏了、毁了等等语言信号，纷至沓来。

一个星期天，她到姐姐家里去玩，姐姐有事外出了，她走到熟睡的小外甥跟前，左看右看，小外甥睡得又香又甜，笑婆婆在孩子的睡梦中也常常引逗孩子，她看外甥的嘴唇、鼻子、眼睛、耳朵，她轻轻地提起外甥的耳垂，仔细地瞧瞧，在毛茸茸的耳眼深处，竟贴着星星点点的耳碎，看着看着，连自己的耳眼里也痒痒起来。她拿来一根火柴棍，先掏了掏自己的耳眼，接着又给外甥掏耳眼，她小心翼翼地掏，全神贯注地掏，她的眼里只有星星点点的耳碎。她不知道姐姐已经走进屋里，已经站在她的身后，姐姐一看见妹妹给自己心爱的儿子掏耳碎，脑子也没有考虑什么后果，惊恐不安地大喊一声：“别挖了！别把耳朵挖聋了！”她手一抖，头皮发麻，呆住了。至此以后，她的脑子里总是显现出姐姐怒目而视的眼睛，耳朵里总是回响姐姐惊恐的喊叫声：“别挖了！别把耳朵挖聋了！”“挖聋了，外甥的耳朵叫我挖聋了！”她反反复复地这么想。老师讲课听不进去，自己学习也学不进去，只好休学在家。只要发现姐姐不在家，她就提心吊胆地抱起外甥，偷偷地跑出去，到公家医院、私人医院、大医院、小医院看耳朵，全城的医院叫她跑了个遍，每到一处医院，医生就耐心郑重地告诉她：“你外甥的耳朵好好的，没有聋。”有的医生甚至加重语气说：“绝对没有聋。”她仍然不相信医生的话。她把平时积存的零用钱花个精光，再也无力到医院给外甥看耳朵了，她在无可奈何、

走投无路的情况下抱着外甥来到我们心理咨询所。听完她的叙述，我们问：“许多医院的医生可有说你心理有病的？”“没有。”我们又问：“你觉得你的心理有没有毛病？”“有，几年来我一直觉得自己的精神有毛病。但我没有看，一直压在心里，我没到神经病院去看，我怕人家说我有神经病。”我们明确告诉她：“是你本人患了强迫性神经症，而不是你的外甥有病。”我们接过孩子，让她拿着手表交替放在孩子的左耳、右耳边，让她亲眼看看孩子的眼珠随着手表的微弱声音左转、右转，以证明孩子的耳朵没有聋。我们还答应为她治好神经强迫症。看得出来，她神情轻松地抱着孩子走了。

经过系统的移情、询问、分析、释梦，采取心理疏导、行为矫正等综合疗法，强迫症状消失，恢复了积极、健康的心态。她说：“我好像大梦初醒一样，都是自己的害怕心理在作怪。现在吃得好、睡得香，再也不担心这、担心那了，心情也变得轻松愉快了，下星期我就上学去，今年考不上大学，明年争取考上。”

三

匡东广是某大学的副校长，近 50 岁的人了，也有个令人发笑的怪癖举动，每天夜晚上床睡觉前，都要在房间内四处寻找烟蒂，搬动沙发、桌椅寻找，弯腰弓背伸头向床下寻找，角角落落四处寻找，当他确信屋里没有烟蒂了，才放心地上床睡觉。爱妻讽刺他、指责他，甚至动手真真假假地打他，他也改不掉这个雷打不动的习惯。

在人生的道路上，匡东广能有今天是不容易的。他父亲早亡，原以为母亲也不在人世了，工作以后，经香港友人传递的消息，意外的得知母亲解放前辗转到了美国，生活较为富裕，

母亲通过友人在经济上暗中帮助儿子。那是个“阶级斗争年年讲、月月讲、天天讲”的时代，如果让党组织发现自己有海外关系，自己的政治生命也就彻底完了。他整天惴惴不安地过日子，但他精细、敏锐，主动地靠近组织，真诚地帮助同事，严格地要求自己，竟然顺利地入了党，当了官。只有他自己清楚手持盾牌、提心吊胆过日子的滋味。日久天长的慢性精神压力，在他的心灵深处聚积着“担心害怕”的情绪，犹如陈旧的壶底沉淀的水垢一样。一年寒暑两个假期，为了暂时摆脱精神的枷锁，他常常独往独来，游览祖国的名山大川。钱塘江的潮声，令他浮想联翩；黄山的云海日出，使他联想到大洋彼岸慈母的深情。他多次到苏州游玩，就是为了谛听苏州姑娘们悦耳动听的话语，他多次静静地站在姑娘们的背后，欣赏着几位姑娘、媳妇之间谈话的旋律和韵味。他尤其喜欢苏杭两地美女的眼睛，明净如水，楚楚动人，他常常故意慢慢地吃饭、细细地品茶，真实的用意是想多看几眼姑娘、媳妇温柔多情、神采飞扬的眼神。在异地他乡，他的心情是轻松的、娱悦的。但一回到原单位，他就好像登台演戏一样，紧张、伪饰、惊恐，真实的我躲在自造的盾牌背后，谨小慎微地工作着、生活着。

中美建交，中国改革开放，这些重大的政治事件，都给匡东广带来了好运气。母子重逢，抚慰了他日夜思念母亲的饥渴心情。新婚燕尔，结束了茕茕孑立、形影相吊的生活。他是多么爱恋这个新建的温馨、幸福的家啊！每天下班，总是满怀喜悦地走进自己的家门。一天傍晚下班后他匆匆回家，走在半路上，突然在他家的方位起了大火，烈炎腾腾、浓烟滚滚，脑子里立即闪出一个念头：“不好了，我的家被烧了！一切贵重的物品都将化为灰烬了！”他飞快地向家里跑去，跑到跟前一看，是与他家一巷之隔的大楼起了火，他的家安全无恙，他长长地