

教育工作者必备的中小学生学习心理健康问题全攻略手册



# 影响

## 中小学生心理健康的经典案例评析

——一个心理咨询师的问诊手记

主编 肖峰

国家行政学院出版社

# 影响中小学生心理健康的 经典案例评析

——一个心理咨询师的问诊手记

主 编 肖 峰

编 者 肖 峰 张丽红 郭笑雪  
高立新 马春慧

国家行政学院出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

影响中小学生学习心理健康的经典案例评析：一个心理咨询师的问诊手记/肖峰主编. —北京：国家行政学院出版社，2008.6

ISBN 978-7-80140-629-3

I. 影… II. 肖… III. 中小学—心理卫生—健康教育—  
案例—分析 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 090980 号

---

书 名 影响中小学生学习心理健康的经典案例评析  
——一个心理咨询师的问诊手记

主 编 肖 峰

责任编辑 李锦慧

出版发行 国家行政学院出版社

(北京市海淀区长春桥路 6 号 100089)

(010) 68920640 68929037

<http://cbs.nsa.gov.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京市通县华龙印刷厂印刷

版 次 2008 年 6 月北京第 1 版

印 次 2008 年 6 月北京第 1 次印刷

开 本 880 毫米×1230 毫米 32 开

印 张 10.75

字 数 243 千字

书 号 ISBN 978-7-80140-629-3

---

定 价 22.00 元

# 前言

## 破解学生成长的心理难题

“加强和改进思想政治工作，注重人文关怀和心理疏导，用正确方式处理人际关系……”在党的十七大报告中，首次出现了“心理疏导”字眼。这个新名词的出现，昭示着我们国家已开始注重关心人内心的感受，体现出我们党对民众心理健康的真切关怀，以及心理和谐对社会和谐建设的重要性。

现代化的国际经验表明，当一个国家的现代化进程开始加速，或者说当一个社会正在急剧转型，这时不仅社会问题频繁发生，而且心理问题也大量凸现。当前，我国正处于社会转型和经济转轨期。经济体制的深刻变革，社会结构的深刻变动，利益格局的深刻调整，思想观念的深刻变化，必然会对人们已有的社会心理系统形成巨大冲击，而生活节奏的日益加快，社会竞争压力的日益加大，诸如婚姻、家庭、教育、就业等繁杂事务处理中的成败得失，更是对人的身心带来直接的压力。一些人因心理承受力较弱或者长期心理困扰得不到疏导化解，便极易产生心理障碍、心理失控甚至心理危机。面对日益严重的心理困扰和心理疾患，从国家的层面重视并研究心理干预、预警和救援的机制，加强人文关怀和心理的疏导、呵护与慰藉，这种由全民健身到健身与健心的并重，既彰显出党中央的人本情怀，也是对个体和谐、社会和谐、国家和谐认识的进一步深化和落实。

我们国家青少年儿童的心理问题目前呈日益高发的态势。据相关调查显示，目前我国约有3000万青少年存在不同程度的心理问题，每年有25万人走向自杀。自杀已成为青年人群的首位死因。他们的心理问题突出表现为人际关系、情绪稳定性和学习适应方面的问题。在北京的一项调查中，发现32%的中小學生存在一定的心理问题。但令人遗憾的是，80%的儿童青少年的心理疾患未被大家关注，以致延误病情，带来严重的后果。目前中小學生心理问题主要表现为四种类型。一是人际关系处理不好，这其中包括亲子关系、师生关系、同伴关系等。问题学

生中 42% 是人际交往出了问题。第二类是厌学。因为学习压力太大，造成学习障碍，有千分之四的学生甚至会因为极度厌学而产生学校恐惧症。第三类是不能准确认识自己和评价自己。第四类是对生活问题和就业问题感到烦恼。特别值得注意的是，中小學生所处年龄的心理特征，都是造成学生心理问题的因素。中小學生因心理问题而自杀、犯罪、离家出走、厌学等引起了社会的忧虑和关注。据调查，小学生有异常心理问题倾向的比例近 16.4%，初中生达 14.2%，高中生达到 14.8%。有人预言心理疾病将是 21 世纪之患，现在许多学生的行为表现异常，如好动、多话、厌学、打架等。这并不是单纯的品行问题，而往往是由心理问题引起的。

面对如此严峻的现实，教育工作者必须更新观念，勇于学习和探索，高度重视儿童、青少年的心理状况和特点，在抓好德育、智育、体育的同时，注意培养学生开朗坚强的性格、稳定乐观的情绪，使他们德、智、体、性、情全面发展。培养身心俱健的一代新人，应成为我们每个教育工作者（包括家长）应尽的责任。面对如今心理活动剧烈和复杂的孩子，教师如果只用自己以往的成人思维去指派或者安排孩子们的活动，那么就会处于“盲人摸瞎马，夜半临深池”的非常尴尬局面，只有全面了解孩子，才能调动他们的积极性，才能真正走进学生心里。也才能真正实施有效的教育影响。

孩子出现的一些心理现象应及时引起教育者的注意，认真分析后及时引导。教师要摸清学生的心理特征和发展规律，弄清表面行为的背后是什么心理动因引起，为此就要学习钻研有关学生心理的知识。当教师，与其说是教育学生，不如说是在研究学生。学生不断成长，总会带来新的问题，教师要拿出一股钻研精神来，通过各种途径和方法了解学生的心理，走进学生的心灵，然后再依此有针对性地开展研讨。学生的心理，始终应是教师学习研究的重点，只有了解了他们的心理，教师才可能因材施教，并且可能收到事半功倍的效果。

教师应当也必须是学生的心理医生，这是现代教育对教师提出的新要求。现代教育的发展要求教师不仅仅是人类文化的传递者，也应当是学生心理的塑造者，更是学生心理健康的维护者。而及时了解掌握孩子的心理状况，是对孩子进行心理健康教育的前提。教师不仅要了解学生

的学习情况、品德表现、身体状况，而且要了解学生的心理需要、兴趣、爱好、气质、性格等特点；不仅要了解孩子的外部行为表现，而且要了解其内心动机，洞悉孩子心理的奥秘。只有这样，教育工作才能有的放矢。

总之，要努力提高全体教育工作者的重视学生心理的意识，使每个人都把实施心理教育作为渗透于教育教学工作中的自觉行动。同时，要在全体教育工作者中普及心理教育科学知识，不断提高全体教育工作者心理教育的能力和水平。

为了帮助学校的教育工作者更好地了解现今中小学生的心理状况、特点、问题，我们组织了研究青少年儿童心理方面的专家，共同编写了这本探索学生心灵奥秘、分析学生各种心理现象的书。本书运用现代心理分析的技术和原理，结合发展心理学的研究成果，选取了当前学生常见的、典型的、复杂的、难于理解的各种案例，进行了深入全面的心理解析，并给予了简明易行的针对建议。

本书编写具有以下三个主要特点：

第一，理论紧密联系实际，具有很强的实践指导性。本书不是一般学生心理发展知识的泛泛之谈之作，光谈孩子的心理特征和发展阶段，而是从现实中捕捉学生目前需要重点解决的突出心理问题，给予深刻的剖析，再结合一些相关的教育和心理学基本原理，归纳提高使之上升为一般性的、适用面广的认识，运用于更为普遍的情况。许多教师不是不想看一些心理方面的书，也不是找不到这方面的书，而是现在大多数的书只是从理论到理论，充斥着难以理解和运用的死板体系及学术术语，让人难以理解和运用。这本书完全摒弃了学术论著的一些老套路，而是用一些丰富灵活的形式，用生动具体的语言，用我们许多教师在教学中常遇到的孩子的事例作为内容，结晶为多篇实用、有效、通俗、精彩的文章。

第二，深入反映了学生最新的心理现象，具有紧跟现实的鲜明的时代性。参与编写本书的是我中心一些多年从事心理研究和有丰富心理咨询经验的专家，他们在全新的教育和心理理论指导下，结合多年从事心理教育咨询的经验，对众多典型案例进行剖析，写出了这本针对中小学生心理问题分析的作品。编写者不仅有着深厚的理论造诣，关键是有着

丰富的咨询实践经验，能够最真实地把握当今孩子的心理脉搏。书中通过一个个活生生的学生心理的实际案例，对教师现在最关心、最常见、最头痛、最忽视的学生心理现象，给出了科学、准确和生动通俗的解释。编写者长期接触儿童青少年，特别能理解孩子的心情，再结合心理学的专业知识，为教师解开很多孩子成长中的心理“秘密”。

第三，内容丰富多彩，蕴含着大量重要的心理知识点，具有极高的阅读收益“性价比”。全书引入了国内外先进的心理研究成果，涵盖了学生成长、学业、人格、交往、品德、时尚、两性、心理疾病、自我评价、特殊情况等诸多方面的心理现象。在各篇文章中配有“案例呈现”、“心理解析”、“解决方略”，并适当配有“相关链接”，用以开阔教育工作者的视野，启发思考，使学习过程深入浅出、循序渐进。在有些文章的“案例呈现”中，还采取了直接摘取咨询师咨询对话的形式，为教师学会和学生进行心理沟通，掌握和学生进行心理对话的艺术，提供了直接可以模仿的范例。

本书由我担任主编和主笔，其他参加编写的同志有：张丽红（国家心理咨询师），郭笑雪（国家心理咨询师），高立新（小学高级心理教师，区心理学科教育带头人），马春慧（国家心理咨询师）。张丽红承担本书的审校统编任务。

让我们共同去学习吧，学习了解学生成长的秘密，认识孩子不同于成人的身心发展规律，掌握他们特有的言行、思维、情感方式，获得与孩子相处并打交道的特殊技能、技巧，对学生的身心健康、幸福成长产生有效影响。

北京慧源心理与教育研究中心主任 肖峰

2008年3月20日

# 目 录

|                        |    |
|------------------------|----|
| 第一篇 成长中的心灵呵护 .....     | 1  |
| 为什么我总爱幻想               |    |
| ——少男少女的“白日梦” .....     | 1  |
| 女孩成了“假小子”              |    |
| ——孩子中性化问题的思考 .....     | 4  |
| 发现母亲的秘密之后              |    |
| ——父母外遇对孩子的心理影响 .....   | 10 |
| 没爸的孩子像根草               |    |
| ——离异家庭孩子的心灵创伤 .....    | 14 |
| 没心思上学的打工子弟             |    |
| ——重视留守儿童的心理健康 .....    | 17 |
| 被忽视了的死亡日记              |    |
| ——谨防学生的轻生行为 .....      | 21 |
| 第二篇 是什么在拨动着他们的心弦 ..... | 27 |
| 他成了课堂上的爆炸源             |    |
| ——男孩纪律问题的剖析 .....      | 27 |
| 非要上完厕所再进校门不可           |    |
| ——儿童入学适应不良现象分析 .....   | 30 |
| 开了个“不行”账户的“笨学生”        |    |
| ——学生自我贬损的心理归因 .....    | 32 |
| 那件事让她抬不起头来             |    |
| ——青少年过度羞耻心理的危害 .....   | 36 |
| 我也雇个同学当跟班              |    |
| ——解析富家子弟综合征 .....      | 39 |
| 自我惩罚带来的心理满足            |    |
| ——青少年的自残心理提示 .....     | 41 |

|                              |           |
|------------------------------|-----------|
| 年纪轻轻怎会忘这忘那                   |           |
| ——学生健忘症的心理成因 .....           | 44        |
| 心扉为何总是紧闭                     |           |
| ——交往需要适度的自我暴露 .....          | 48        |
| 心眼儿缘何这么小                     |           |
| ——心理开阔度的意义 .....             | 51        |
| 自己的问题老怨别人                    |           |
| ——自我服务的归因偏向 .....            | 54        |
| <b>第三篇 做个全面的人格“体验” .....</b> | <b>58</b> |
| 人缘不佳缘于疑神疑鬼                   |           |
| ——多疑型人格分析 .....              | 58        |
| 从来都是别人的错                     |           |
| ——偏执型人格的剖析 .....             | 63        |
| 她的生活如演戏                      |           |
| ——癡症型人格的表现 .....             | 67        |
| 世上只有自己好                      |           |
| ——自恋型人格的一个样本 .....           | 70        |
| 凡事尽善尽美叫他不快乐                  |           |
| ——完美主义人格的特征 .....            | 73        |
| 为何总要躲躲闪闪呢                    |           |
| ——回避型人格的心理解析 .....           | 77        |
| 怎成了生活里的“火药桶”                 |           |
| ——攻击型人格的成因 .....             | 80        |
| <b>第四篇 人生需要“手拉手” .....</b>   | <b>84</b> |
| 陷于别人的痛苦难以自拔                  |           |
| ——心理卷入程度过高惹了祸 .....          | 84        |
| 打死我也不说“对不起”                  |           |
| ——拒绝认错心理探因 .....             | 87        |
| 生怕留下一点坏印象                    |           |
| ——权威评价过度依赖症 .....            | 89        |

|                               |            |
|-------------------------------|------------|
| 她像一只孤雁                        |            |
| ——人际孤独的成长分析 .....             | 94         |
| 没人缘真是由于遭人嫉吗                   |            |
| ——自我表现欲望过强的心理解析 .....         | 97         |
| 男孩为何与小狗如此亲密                   |            |
| ——情感孤独的认识 .....               | 101        |
| 女生为何老要调座位                     |            |
| ——人际厌恶的三个诱因 .....             | 104        |
| 不唱反调就不舒服                      |            |
| ——抬杠心理的深刻剖析 .....             | 110        |
| 人家的事你老去掺合干吗                   |            |
| ——心理学上的“干涉癖” .....            | 114        |
| 受气包的心里在流泪                     |            |
| ——学生受欺负问题的心理探讨 .....          | 117        |
| 不肯穿校服的女生                      |            |
| ——自我中心倾向的透视 .....             | 121        |
| 爱打小报告的好学生                     |            |
| ——“告状癖”往往缘于社会化不足 .....        | 125        |
| <b>第五篇 内心是怎样的“自我画像” .....</b> | <b>129</b> |
| 别把老实当可靠                       |            |
| ——内向老实常常是自卑的征兆 .....          | 129        |
| 觉得自己丑陋的漂亮女孩                   |            |
| ——青少年的体貌困扰 .....              | 133        |
| 弃学要做比尔·盖茨那样的成功者               |            |
| ——青少年成功迷恋症 .....              | 137        |
| 一到外面就发挥失常                     |            |
| ——论儿童的成就动机 .....              | 143        |
| 自信为什么会突然消失了                   |            |
| ——影响青少年自我评价的比较因素 .....        | 147        |
| 说个“谢”字有万难                     |            |
| ——不能自然公开表达情感的“述情障碍” .....     | 150        |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 最怕上英语课的秘密             |     |
| ——自我缺点暴露恐惧症 .....     | 154 |
| 第六篇 透过分数看心态 .....     | 158 |
| 越学越懒的“小懒虫”            |     |
| ——透视学生的“无气力症” .....   | 158 |
| 她的“勤奋刻苦”没被承认          |     |
| ——女生学习的心理误区 .....     | 162 |
| 为什么怎么学也学不好呢           |     |
| ——学习障碍简析 .....        | 167 |
| 我是故意不好好学的             |     |
| ——男生学习的心理误区 .....     | 171 |
| 动作慢得像只小蜗牛             |     |
| ——拖拉磨蹭暗含着心理对抗 .....   | 176 |
| 考前为何像吃了枪药             |     |
| ——学生考前焦虑症 .....       | 181 |
| 活到老,考到老               |     |
| ——“嗜考症”是心理疾病 .....    | 184 |
| 学不进去就着急               |     |
| ——缺乏内在自尊的学习焦虑症 .....  | 187 |
| 心灵超负荷的后果              |     |
| ——谨防学生学习压力过大 .....    | 191 |
| 心灵也会出现疲惫              |     |
| ——心理疲劳的有关知识 .....     | 195 |
| 学习不是生活的惟一             |     |
| ——心理支柱单一脆弱症 .....     | 200 |
| “白色恐怖”气氛下的学习          |     |
| ——学生反应慢的心理主因 .....    | 204 |
| 第七篇 谁持彩练当空舞 .....     | 207 |
| 非得过把“明星瘾”             |     |
| ——青少年痴迷选秀的心理动因 .....  | 207 |
| 总在游戏厅门前停步             |     |
| ——学生迷恋电子游戏的心理探究 ..... | 213 |

|                             |            |
|-----------------------------|------------|
| 痴迷追星为哪般                     |            |
| ——青少年的偶像崇拜心理 .....          | 216        |
| 为何热衷于自己吓唬自己                 |            |
| ——学生爱看恐怖文艺作品的心理解密 .....     | 220        |
| 好学生变得有点怪怪的了                 |            |
| ——迷恋动漫也会造成心理成瘾 .....        | 225        |
| 校园里也讲起了“风水”                 |            |
| ——青少年迷信的心理成因 .....          | 228        |
| 为美拼命折磨自己的少女                 |            |
| ——简述神经性厌食症 .....            | 233        |
| <b>第八篇 守护好孩子的心灵净土 .....</b> | <b>237</b> |
| “小红人”为什么会生气                 |            |
| ——儿童嫉妒心理的形成 .....           | 237        |
| 跋扈尖子生是怎样产生的                 |            |
| ——警惕优秀生的心理弱点 .....          | 240        |
| 惶惶恐恐地老怕被人超过                 |            |
| ——竞争心理的误区 .....             | 244        |
| 没想到她是两面派                    |            |
| ——双重性人格概要 .....             | 248        |
| 没写作业为什么说写了呢                 |            |
| ——学生说谎的常见心理 .....           | 252        |
| 谁动了我的螃蟹                     |            |
| ——探悉儿童的公平心理 .....           | 254        |
| 小小的年纪却爱小偷小摸                 |            |
| ——儿童偷盗行为的心理因素 .....         | 260        |
| 读书净土为何频现暴力                  |            |
| ——校园暴力现象的社会心理分析 .....       | 263        |
| <b>第九篇 安然度过多事之秋 .....</b>   | <b>267</b> |
| 她在不成熟的爱中失落                  |            |
| ——青春期学生情感冲动的心理诱因 .....      | 267        |

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 莫被儿时的游戏所困扰                 |     |
| ——童年性经历的心理影响 .....         | 272 |
| 我爱上了我的语文老师                 |     |
| ——少女的恋师情结 .....            | 275 |
| 我们别是同性恋吧                   |     |
| ——同性恋和同性依恋 .....           | 280 |
| 控制不住偷取女性内衣的冲动              |     |
| ——“恋物癖”是一种性心理障碍 .....      | 284 |
| 为何总担心被强暴                   |     |
| ——“强暴恐惧”与成长经历有关 .....      | 287 |
| 接触了黄色书刊之后                  |     |
| ——青春期性冲动的心理分析 .....        | 290 |
| <b>第十篇 走出心理疾病的困扰</b> ..... | 295 |
| 这不是“水性杨花”                  |     |
| ——青春期异性社交恐怖症 .....         | 295 |
| 踏板凳引发的心理疾病                 |     |
| ——由心理冲突引发的神经症 .....        | 298 |
| 脸红什么呢                      |     |
| ——见人就怕的社交恐怖症 .....         | 301 |
| 他为何爱洁成癖                    |     |
| ——洁癖是怎么形成的 .....           | 305 |
| 她为何突然怕起了刀                  |     |
| ——恐惧具有象征意义 .....           | 310 |
| 总想那些不该想的                   |     |
| ——死钻牛角尖的强迫症 .....          | 314 |
| 爱咬手指的小男孩                   |     |
| ——儿童不良癖好后的心理需求 .....       | 319 |
| 她一到学校门口就想吐                 |     |
| ——儿童恐学症的成因 .....           | 323 |
| 突然害怕死亡的孩子                  |     |
| ——死亡教育的心理建议 .....          | 327 |

## 第一篇 成长中的心灵呵护

### 为什么我总爱幻想

#### ——少男少女的“白日梦”

##### ●案例呈现

晓林找我咨询时说：“不知为什么我总爱幻想，脑子里总在想自己怎么了不起，学习怎么好，简直比超人还超人。我想出人头地，却不能脚踏实地去努力，总是想呀想……想得学习也退步了。看着身边那些努力的同学，自己又何尝不想努力学习、迎头赶上呢！但是我无法自控地胡思乱想。没过几天，我脑子里又开始做黄粱美梦了……”

晓林是个上初二的男孩，他学习不好，长得又矮又瘦。同班的男生常常欺负他，动不动就拿他出气。就连班上的一些女生，也爱拿他开心当笑料。面对一次又一次的屈辱，晓林的心在流血，在流泪。有时候他真想跟那些羞辱自己的人拼了，但是看着自己这瘦弱的身材，看看对方那肥大的块头，又觉得自己不是对手，只好打下牙往肚里咽。后来他学会了做“白日梦”。在梦里，他变成了巨人，那些常欺负他的同学在他的巨掌下唯唯诺诺，俯首称臣；有时他又把自己想象成孙悟空，专门捉弄那些他最憎恨的人。想着那些平时对自己不可一世的同学服服贴贴的样子和被自己戏弄的情景，晓林感到无比的惬意。也只有在梦里，他才感到自己有一种精神上的强大，借以修复自己那受羞的自尊心。

雨是另一个上初二的女生。她自认为长得挺丑，因此性格内向，不爱说话，不去交朋友，所以她很孤独。在这种状况下，雨学会了幻想。现实世界中做不到的事情，在她梦幻的世界里都可以一一实现。比如她

想象自己是个身材修长、容貌艳丽的女模特，在众人期盼的目光中登台亮相，姿态美妙大方，观众热烈鼓掌。此时雨感到自己好像是个女王，眼睛明亮、皮肤光洁，散发着难以抗拒的魅力……多少次在上课时她依稀听到老师讲课的声音，但在讲什么她却不知道，整个人显得傻乎乎的，眼睛涣散无神。有时候老师叫她，她却仍然沉浸在那美好的梦境里浑然不觉，直到同学推她，才清醒过来。此时她很恨提问自己的老师：为什么要把我从理想世界拉回来呢？我又何必回到这现实的世界呢！

### ● 心理解析

梦，这是一个受到几乎所有少男少女喜爱的字眼，他们总是把自己一切美好的东西都和这个字联系起来。

我国台湾的吴静吉女士曾把青少年对人生理想的追求，概括成青少年的四个大梦：寻求人生价值，寻求良师益友，寻求终生事业，爱的追求。

其实，他们的梦何止这四个，伟人的梦、明星的梦、英雄的梦……青少年的梦，是数不完的梦。

但是，当我们在青少年这美好的“梦”字前加上一个小小的修饰语，变成了“白日梦”时，它还是那么美好的吗？

这里所说的“白日梦”，它是一个心理学的名词，指的是一种精神和思维状态。在一个特定的年龄里，即青春期，“白日梦”是一种正常的心理状态，很多青少年都有“白日梦”的心理体验。说白了，“白日梦”实际上就是一种比较具体的幻想，可以是关于职业的，比如想象自己当上了明星，在镜头前潇洒地表现着自己；也可以是关于个人成就的，想象自己出国当了洋博士；还可以是关于异性交往的，想象着有关自己的浪漫的爱情故事……这些幻想都发生在白天清醒的时候，而内容又不着边际，甚至有许多荒唐的成分，如同在做梦，所以称之为“白日梦”。

按照心理学家的观点，“白日梦”是青少年在心理成熟过程中一种可能发生的不自觉、无意识的活动，因此在一定范围内它的发生是自然

的和正常的。但是如果陷于其中不能自拔，让梦想完全取代了现实的生活，则是非常危险的事。有位哲人说得好：幻想可以点缀生命，但是远方的云不能构成天空。向往可以活泼生命，但不是人生。我们总不能成天幻想远方，只是向往，只是想往，而抛弃现实。

国外有位心理学家曾做过对“白日梦”类型的研究，他指出“白日梦”多有以下几种形式：

夸张的幻想：做梦者完成一种功业，得到人家对于他的称赞。

济世的幻想：做梦者做了他实际不能做的济世工作，得到受他拯救的人的敬佩和旁人的称道。

显贵的幻想：做梦者替他敬佩的人做了非常的事业或服务。

实际上，这些梦都反映了做梦者的强烈想实现又不能实现的愿望。因而在这里，梦起的是一种补偿的作用。

许多男少女的梦的功能也是如此。他们的梦有的是“灰姑娘型”或“白马王子型”，有的是“受苦英雄型”，有的是“巨人型”，还有的是“孙悟空型”……总之，梦想在不同程度上表达了他们自己的愿望。在所有的梦中，无论他们扮演的是什么角色，他们都是英雄或胜利者。于是在现实中想要得到却没能得到的，在梦中都实现了，怯懦者在梦想中成为勇士，丑陋者在梦想中成为美人。

所以，在青少年中，有一部分人是用可望而不可及的“白日梦”，来达到心理上的满足。可怕的是这些人中有为数不少的一部分，沉迷于虚幻的境界不能自拔。他们在现实中感到贫乏和空虚，任凭缥缈无边的梦幻支配着自己、左右着自己。于是，“白日梦”就像毒品一样，吞噬着他的青春与宝贵的时光。

调查研究表明，绝大多数青少年所做的“白日梦”，从内容上来说通常是愉悦、积极向上、鼓舞人心的，是避免触及能引起坏结果的事情的。所以，适度地做些“白日梦”有好处，它能增加青少年的进取心，激起对美好未来的憧憬，起到对心理的平息与抚慰作用。

## ●指导策略

对于那些用梦作为逃避现实手段的青少年们，教师要教导他们：做梦、做好梦、多做梦并不坏，可怕的是在困惑中难以走出虚幻的梦境及嗜梦不醒。

生活是真实的，虽不能说没有梦，可也绝不会永远都是睡梦中的“太虚幻境”。人生的痛苦不在于爱做梦，而在于梦醒后无路可走，在于没有勇气走出空幻迷茫的梦境。

应该让青少年积极引导自己的“白日梦”，让梦成为自己生活中一种积极的、建设性的活动，用梦来丰富自己的精神生活，摆脱心理上的压力和精神上的苦闷。须知，世界上有许多的成功者从小就爱遐想，并从丰富的遐想中走出一条光辉的道路来。青少年应该以他们为榜样，学会遐想，通过遐想去找到自己的奋斗目标，并通过遐想使自己的生活更加丰富多彩，让梦为自己的人格完善而服务，激励自己更加热情、勇敢地投身于现实的生活中去。

多梦的季节，何以能无梦？

## 女孩成了“假小子”

### ——孩子中性化问题的思考

## ●案例呈现

莎莎是初中的女学生，家离学校较远，每天上下学都要乘 30 多分钟公交车。她乘车的时间，又正是交通“高峰期”，常常要拼命挤，才能坐上车。

车厢里的拥挤，莎莎还能忍受，她不能忍受的是有些心术不良的男人，借拥挤的机会偷偷摸摸对她动手动脚，或故意紧紧贴在她胸前、背后。有什么办法呢？车里本来就是这么挤，而她又是一名怕同人吵架的女孩，更何况吵的又是这种事！

莎莎清楚地记得，一次在公交车上，一名同校女生，因忍无可忍，