



多少足迹烟雨中

——叙事心理学视野下的百则少年心事

杨再辉 编著



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

多少足迹烟雨中

——叙事心理学视野下的百则少年心事

杨再辉 编著



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

多少足迹烟雨中：叙事心理学视野下的百则少年心事 / 杨再辉编著. —杭州：浙江工商大学出版社，
2018.1

ISBN 978-7-5178-2441-1

I. ①多… II. ①杨… III. ①高中生—心理健康—健康教育 IV. ①G444

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 276597 号

多少足迹烟雨中

——叙事心理学视野下的百则少年心事

杨再辉 编著

责任编辑 王 耀 白小平

封面设计 林朦朦

责任印制 包建辉

出版发行 浙江工商大学出版社

(杭州市教工路 198 号 邮政编码 310012)

(E-mail: zjgsupress@163.com)

(网址: <http://www.zjgsupress.com>)

电话: 0571-88904980, 88831806(传真)

排 版 杭州朝曦图文设计有限公司

印 刷 杭州恒力通印务有限公司

开 本 710mm×1000mm 1/16

印 张 20.25

字 数 302 千

版 印 次 2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5178-2441-1

定 价 58.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江工商大学出版社营销部邮购电话 0571-88904970

序一 心理叙事,青春足迹

认识杨再辉老师已经 15 年。15 年前,浙江省的心理健康教育工作几乎还是一片荒原,许多学校尚处在空白阶段。杨老师毅然从一个令人羡慕的语文老师转身,满怀热情地投入到一个在当时并不被看好的行业……如果没有对学生的爱心,没有对心理工作的热情,他肯定不会孤军奋战,用自己的青春足迹在德清甚至在浙江闯出一片心理健康教育的天空。我最初与杨老师相识,感受最强烈的就是他对心理健康教育工作的热情与执着。他总是不厌其烦地向同事介绍他的工作,介绍他新近编写的心育小手册,并为之欣喜满足。我感染于他的热情,佩服于他的投入。

到今年,杨老师担任专职心理教师已经 16 年了,而作为兼职心理教师,则已足足 18 个年头,18 年里,他接待过数不清的学生、家长。如果没有课,他总会直接到心理咨询室,有课的话,他会先去上课。他做得最多的事情就是开心理信箱,取出学生咨询信件和纸条,再把这些来信纸条摊在桌上,一封封一张张看过去,然后按照事情的紧急程度排序,拿起第一封最需要回复的信,再细读一遍,弄清问题的关键,然后提笔,摊纸(他通常都是用的备课纸):“某某同学:你好!非常感谢你对我的信任……”最多的一次,他曾经一天回过 7 封学生来信。以至于现在到一些学校和单位做讲座,常常会有人走上来说他打招呼:“杨老师,您还认得我不,那时候您给我回过信……”一般来说,学生毕业了,没有其他事情,他们就不再联系。作为一个专职的校园心理工作者,杨老师严格遵守“自愿、尊重和保密”的原则。他把咨询和生活分开,在咨询室里,是朋友,是交谈伙伴,走出来,就是一个个独立的人,不让学生因为得到他的帮助而背上“人情债务”。

杨再辉老师对工作的投入也激发了他的创作热情,慢慢地,他开始了心理的叙事创作。2014年,他出版了第一部短篇小说集《天底下有一片红绸子》,收录的三十几篇小说,概括了他学生时代的寻觅、毗邻湘西一带的黔东故乡记忆,以及杭嘉湖平原西陲生活。这些文字都有着太多的自传色彩,技巧上也不完全成熟。但恰恰是这些不太像小说的文字,无意间最真实地记录了一个激扬青年的心路历程。弗洛伊德说,诗人与作家的创作是通过其作品“在空中建筑城堡”,从而使自己现实的欲望得到一种“替代性满足”。《天底下有一片红绸子》就是杨老师为自己修建的“空中城堡”。而在接下来的《岩脑壳》中,也同样如此——岩脑壳是黔东的一个汉族寨子,在云贵高原向江南丘陵过渡的斜坡地带,北边40公里是沈从文的“边城”茶峒,东南90公里是凤凰。《岩脑壳》是他今年刚刚完成的一部17万字的非虚构长篇,具有浓郁的地方色彩和人性之美。这是属于杨老师的又一次“心理叙事”,他自己则当之无愧地是这场叙事里的“角色”。

角色是人格与社会的桥梁!叙事心理学擎大旗者、著名心理学家萨宾坚信,每个人的行为都必须与特定的社会角色期望相符,角色对行为的影响甚至比个体自身的态度更大。而叙事心理学流派的治疗师则认为,人活着的每一分一秒,都是在用自己的生命叙说着一个个独一无二的人生故事——在我们与他人交流的过程中,大部分时候我们在叙说着自己的故事,倾听着他人的故事,正是通过聆听他人对生活、体验的叙述,我们才能够进入对方的内心世界。叙事心理治疗把人与事分开,以人性的眼光看人,相信当事人才是自己的专家,咨询师只是陪伴的角色,当事人有能力并且更清楚解决自己困难的方法。

从2000年到2015年,在蕴藉旖旎的莫干山下的德清一中校园,长篇小说《零落》《蝴蝶来过这世界》《美丽邂逅》,中短篇小说集《结绳记爱》《请待我盛开》《她的距离》相继出现。一个个少男少女,借着手里的支笔,在书本、讲义和试卷题海的夹缝中,用文字建构属于自己的心灵世界。也许,你可以说,作为文学作品,它们还缺少某些元素,还保存有太多的个人痕迹,但是对学生的心路历程,它们却终究不可或缺。正是靠了这些文字和青春呢喃,这些十六七岁的少男少女,在成长的烟雨里,“在个体生活故事的连续性遭到破坏时,寻求到了帮助,得以找出遗

漏的片段,唤起自己内心改变的强大力量,最终帮助了自己‘修复故事’(story repair),达到重新整合、构建人格的终极目的。”

这里的百则案例,都出自杨老师 1999 年至 2011 年间的心理咨询记录,采自学生写给他的咨询信件。这些文字叙述了一个个生动曲折的青涩故事,记录了一串串坚实凝重的成长足迹。这是杨老师跟他的学生们的一场共同叙事,是杨老师跟他的学生们的一场关于心理成熟的“出埃及记”!

庞红卫^①

2017 年 8 月 27 日

① 庞红卫:浙江省中小学心理健康教育指导中心办公室主任、博士、副研究员。



序二 呼痛的信札,至真的文字

在创作长篇小说《红厂那年》的间隙,我挤出时间阅读了再辉的这部书稿。

初步的感觉,这是一部手写书信“绝唱”。再辉老师说这些故事都采自1999—2011年间学生的来信。那个时候电脑、网络已经出现并开始普及,但还没有强大到冲击和取代传统交流方式的地步。因此,这里的信和纸条,都出自亲笔手写,是学生用水笔、圆珠笔、铅笔一笔一画在纸张上写出来,然后投进他的心理信箱。这之后,短短的几年,电脑、手机和各种电子设备大量涌现,除了极少数对笔墨纸张仍然保留有特殊兴趣的人还在坚持以手写书信外,一般大众,包括学生,早已经疏远了纸笔和信封邮票。纸质沟通和分享的时代,今后会不会回归,现在还不好说,但是至少在目前的很长一段时间,是不会大量出现了。

二是青春心灵的呼痛。当年的书信主人——高中校园的少男少女,在写这些信的时候,绝对没有应试的目的,也没有要给除杨老师之外的第二个人看的想法。所有的文字和内容完全是秉着一种求助和诉说倾泻而出。因此,尽管它们不是诗歌,不是小说,但笔尖下的那种悸动和纯真明澈,却并不亚于任何的文学作品。某种意义上,这才是一种真正的心迹袒露和青春文学。

三是白璧无瑕的赤子情怀。这些信,包括再辉老师的回信,在当时除了要给对方看,力求陈述、分析和解决问题,也没有要给第二个人读的念头,更没有要出版面世的想法。一篇篇,一段段,一行行,一列列,都是从心底自然流淌;是一种最真实的青春倾诉与流露,一种洗净铅华、未经沾染的赤子情怀。

或许,也正是因为以上的这些特征,《多少足迹烟雨中》的读者除了



可以是广大青少年，是家长，是教师，是心理学工作者，还可以是对文学尤其是对人的心理隐秘、心理小说有相当痴迷的群体。文学即是人学，我愿意把这一部纯粹和难得的呼痛文字介绍给爱好生活、爱好文字的朋友们。

杨静龙^①

2017年9月15日

① 杨静龙：著名作家、中国作家协会会员、湖州市文联副主席。

C 目 录 ontents

>>> 1999年

最早的几位来访者·····	003
让往事随风·····	006
有天分的男生·····	008
一个高中女生的心路碎片·····	010
四位高三学生的恋爱滋味·····	016
坠入情网的女生·····	018

>>> 2000年

半夜哭醒的女生·····	021
从高中一直写信到大学的姑娘·····	023
大学教师的高三往事·····	041
十九岁男生的凶梦·····	046
高校录取通知书之后·····	048
人间女儿心·····	052
穴居动物一样的女生·····	055
一个爱脸红的女生·····	059
满院豪猪·····	062
大考前夕不做自乱阵脚的事·····	065
多少足迹烟雨中·····	067



“分数”叙事·····	070
走近重点大学校门的高三女生·····	073
校花的烦恼·····	078
我想有双翅膀，一双隐形的翅膀·····	082
一个埋头做作业的高三男生·····	085



2001年

女孩心性·····	087
青春隐秘·····	090
一个“大大咧咧”的女孩·····	092
一个文静女孩的心理内耗·····	095
烈火女生·····	098
阅读《三国演义》的女孩·····	102
如蛆附骨般的——怕·····	109
选择心理老师的高三女生·····	115
传说中的电灯泡·····	117
鱼与熊掌都想要的女生·····	122
立在操场边上的女孩·····	126
女孩，人间四月天·····	132
生命中该有的东西其实很多·····	136
“高四”学生·····	138
如蛆附骨，这次是男生了·····	144
女孩被时代撞了一下腰·····	146
对风倾诉的女孩·····	148
女孩你要学会说“不”·····	152
需要运气的女生·····	154
在讲义里疗伤的少女·····	156
女孩，城门失火殃及池鱼·····	159
盛名之下的女学霸·····	161



2002年

视考场如战场的女生·····	163
冬天里的两朵玫瑰花·····	165
一个“怕”老师的高二女生·····	172
寻找一米阳光的女孩·····	176
舍不得那条三八线·····	180
被贴上标签的高三女生·····	182
差点被老师眼神杀死的女孩·····	185
十八岁的忧伤·····	187
艺术女孩·····	190
祭奠那个叫猫猫的女孩·····	194



2003年

一个休学的男孩·····	207
另类女孩·····	209



2004年

一位想转到职高或技校的男生·····	212
一位高二女孩写给心理老师的信·····	215
网上的一次公益咨询·····	217
学习与考试——系列人物·····	221



2005年

爱情是什么·····	226
我也曾金马玉堂·····	231
躁动的青春·····	235
举止“怪异”女生的成长之旅·····	238
与单相思男孩的几次通信·····	244



>>>

2006年

- 结巴男孩..... 247
- 信那边,泪流满面的高三女生..... 252

>>>

2007年

- 手机“掩体”后的女生..... 254
- 当青春女孩遇上“暴力”男..... 256
- 一位大一女生的心结..... 259
- 三封电子回信..... 270
- 一个妙龄女孩的特殊爱好..... 273
- 看了“黄色”画册的男孩..... 275
- 遭遇性骚扰的女生..... 278

>>>

2008年

- 大二女孩的故事..... 280
- 四年后,街头相遇..... 284
- 一位高二男孩的爱情分析..... 288
- 淌在餐巾纸上的文字..... 292

>>>

2010年

- 高三女孩的情感八日..... 297

>>>

2011年

- 麦田里的守望者..... 301
- 高中女孩和中年母亲..... 304
- 十八岁的花季雨季..... 307
- 跋..... 309

刚开始真是不容易。

跟领导说哪天倒下了,我的课叫个老师代,也不会耽误多少进度;学生的窗户玻璃课桌椅、头疼脑热拉肚子,都有地方去求助;心理呢,心里有了污迹有了裂痕,去找谁帮忙擦拭和修补?但很多老师不理解,“我们考试科目都来不及,试卷都做不完,还有时间上他这种课?!”领导班子中也有人接受——“有问题靠他说说就好了,那还要我们做什么?!”

好在校长支持,让我只教一个班语文,另外时间负责高三心理指导课和个别咨询,做兼职心理教师;而且专门拨了一个四五平方米的楼梯间做心理辅导室;还交代总务处的老师“需要什么尽量满足他!”

信箱做好了,挂在教学楼一楼方便学生进出并且相对隐蔽的过道墙上;也在课堂上说了“有什么不好跟父母老师同学和亲朋好友说的话,可以跟杨老师说,传呼机号是×××,信和纸条的话,投在‘心理信箱’,那里钥匙只有我有!”挂出去,头几天都是空的,有时候倒是不空,但开出来却是果皮果核、糖果包装纸、擦过嘴巴的餐巾纸,还有一次信箱被人恶意砸破……开出垃圾,我不动声色扔掉,信箱被损坏,总务处安排木匠师傅重新给做,而且一口气做了三个备用……但也有信件纸条被试试探探胆胆怯怯地投进来——

——杨再辉

最早的几位来访者

以下是笔者转述的最初几位同学关于学习、情感等方面的来信。

【男生 时间:1999年11月19日】

事件的主人公是他和他的爸爸、妈妈。爸爸是大学毕业生,现在自己办厂。家族中表哥、表姐读书的成绩都很好,都在上大学。

父母平时都很关心他,但是因为他成绩不理想,心里总觉得对不起他们。“我是亲戚朋友辈孩子中读书最差劲的一个!”初中的时候就经常想,“如果考不上好的高中就从楼上跳下去!”现在高三了又想:“如果考不上大学就……”

每次考试之前总是很紧张,思路也混乱了,导致在考场上常常连一些会做的题目都做不出来。在班上,最后一名、倒数第几名都考过,最近一次好些,考了班里第30名的样子。从来都不敢去想今后,从来也都不敢去想万一考不上大学该怎么办……

在心理辅导室,谈话中几次他都泣不成声,每当他哭时,我都停下来,静静地理解地注视着他,不打断,也不马上安慰……

【女生 时间:1999年11月23日】

目前,她在班上成绩并不好(能排到第二十几名),纵然考上了大学也只能是一个比较一般的本科甚至是专科学校,这种学校读出来也不



会有多大的用处。而她的目标是浙江大学……

在家庭方面。她父亲与人合伙开石矿,因为关系弄僵了,石矿也破产了,现在家里已经是负债累累。她觉得再在这里读书,花冤枉钱实在是于心不忍。

想过很多次,会考完之后就回家,放弃高考。但又觉得不妥,因此这段时间她一直都很矛盾,学习上也有点分心……

只知道是个女生,高三,一些具体细节真的已经想不起来了。

【男生 时间:1999年12月8日】

他喜欢和同学交往,但是因为说话口无遮拦,口气太冲,因而常常会得罪周围的朋友。

父亲感情出轨,父母的婚姻摇摇欲坠。父母的关心也给了他一种压力:家都没有了,归宿都没有了,读书还有什么用?为了逃避父母的争吵,他只身一人在外面租了间房子住。

对家里的事情,他心情好的时候还不觉得什么,当心情不好的时候,则感觉万念俱灰。尤其是当他做事情又不顺心的时候,就更加加剧内心的这种烦闷。“那时候,我整个就像是换了一个人似的,没精打采,死气沉沉。”

为了逃避家庭和学习上的烦恼,他有时候会自暴自弃,玩游戏机,放弃学习。十天半月也不会换一次衣服,不洗一次头……

父母当着他的面就已经把话说出来了:等他高中毕业了,两个人就离婚。高三的一年,他没有住在家里,自己在学校外面租了间房,据去过他那里的同学说,那房间乱糟糟的,脏得像狗窝。毕业后在街上我看到过他一次,一条牛仔裤磨得像纸板一样光,膝盖处还是破的(那时候还没有流行穿有破洞的衣服裤子)。见了,我,昂着头假装不认识,走过去了……

【女生 时间:1999年12月15日】

尽管学校和家庭都不允许,但是她还是和社会上那些有工作和没有工作的人都有交往。

生下来的时候,爸爸看她是个女孩,当时就恨不得掐死她。爸爸很自私,妈妈对她很好,爸爸妈妈感情不和,经常在家里吵架。

初中的时候她就开始和社会上的青年交往了,同他(她)们在一起的感觉比同爸爸妈妈在一起有意思。后来看出和他们的交往也没有什么意思,才断绝了。

去年她认识了一位在银行工作的大学生,现在他去海南了,去了他们家自己的公司。她发觉爱上他了,不过他只是把她当一般的朋友看待。

她想去读外贸方面的学校,毕业之后去他们家的公司;又想去读广电类的学校;想想又觉得还是会考之后就不读了……但是不读了今后她自己又去干什么呢?

“你觉得我应不应该参加高考? 高考如果上不了该怎么办?”

应该是在心理辅导室里面谈的,当时也肯定给了她建议。不用说,跟她的家庭、成长环境比起来,这些建议所起到的作用是微乎其微的。

高中毕业后她上了大专,读了一段时间后,又回来了。后来在干什么,现在在做什么,我都不知道了。

005

1999年

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com