

听,心动的声音

中学生心理咨询典型案例

梁永红◎主编



家长与孩子的共同读本,成长路上的好伙伴

是什么阻挡了家长与孩子的沟通
青春的雨季,谁来为我们撑起一片晴空

云南出版集团公司
云南人民出版社

听,心动的声音

中学生心理咨询典型案例

梁永红◎主编

云南出版集团公司

 云南人民出版社

图书在版编目(CIP)数据
听, 心动的声音: 中学生心理咨询典型案例 / 梁永红主编. -- 昆明: 云南人民出版社, 2013.4
ISBN 978-7-222-10795-3

I. ①听… II. ①梁… III. ①中学生 - 心理咨询 - 案例 IV. ①G479

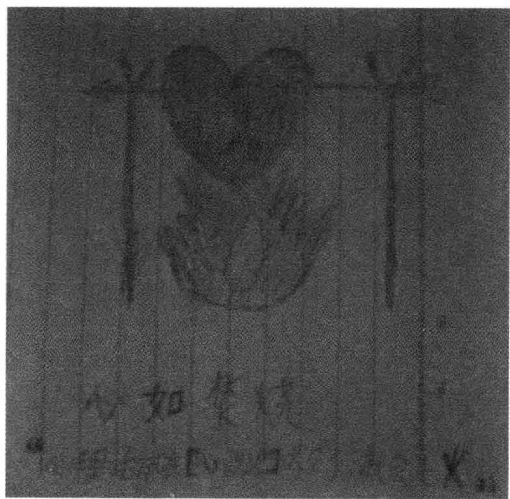
中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第066769号

出品人: 刘大伟
责任编辑: 段兴民 钱怡羊 装帧设计: 艺和天下
责任校对: 陶汝昌
责任印制: 段金华

书名 作者	听, 心动的声音——中学生心理咨询典型案例 梁永红 主编
出版	云南出版集团有限责任公司 云南人民出版社有限责任公司
发行 地址 网址 E-mail	云南人民出版社有限责任公司 昆明市环城西路609号 www.ynpph.com.cn rmszbs@public.km.yn.cn
邮编	650034
开本	787 × 1092 1/16
印张	21.75
字数	300千
版次 印刷	2013年8月第1版第1次印刷 昆明西站彩印有限责任公司
书号	ISBN 978-7-222-10795-3
定价	39.00元

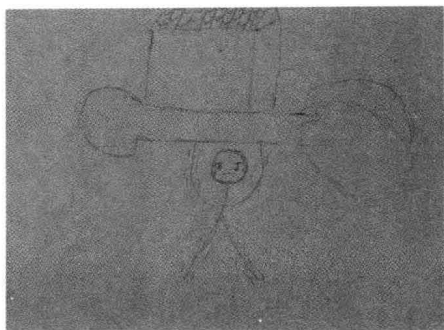
序言：心随心动

中学生，一群拥有着花季年龄而青春飞扬的生命，茁壮成长是他们的期待，也是爸爸妈妈的期待！然而，成长不会是一帆风顺的，困顿一定会有，挫折也一定会有……



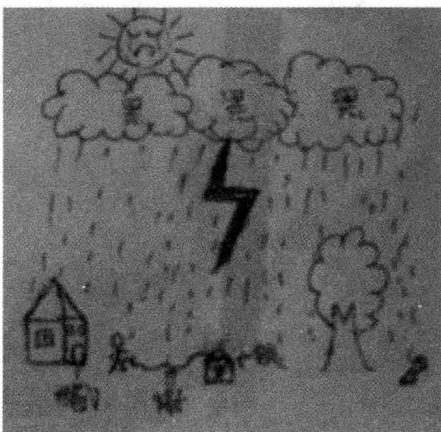
心如焚烧：一颗架在烧烤架上被焚烧的心，一句“心里话放在心里边太久了，就会上火”的话。

看着这一颗被焚烧着的心，我们仿佛听到了无助的呻吟和心底期待的呐喊！她憋得实在是太久了，她是那么的想说话！爸爸妈妈，你在哪里？老师，你在哪里？朋友们，你们在哪里？让我们彼此靠近一些，再靠近一些……



好累：一个火柴人把树与房子举在头顶上。

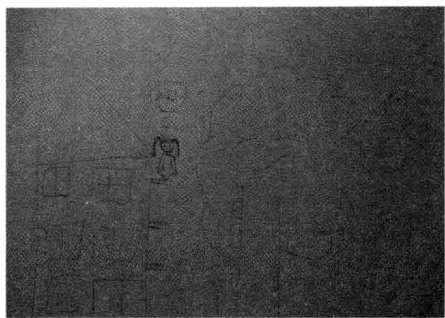
火柴人，你太累了，你是在冒火还是在冒汗？这么大的树、这么大的房子，你为什么要把它这样举着呢？是感觉不到安全吗？是对自己的发展不满意吗？是想放弃，还是想重建？我想，你才10多岁，应该是在努力寻求改变吧！对，努力寻求改变，不要放弃，我们一起努力！



内外交困：哭泣的太阳，黑色的云，大雨，闪电，一所开着门的屋子，一棵树，一把钥匙，一个被一条链子锁着的人。想进家里，链子的长度不够；想拿钥匙，链子的长度还是不够。

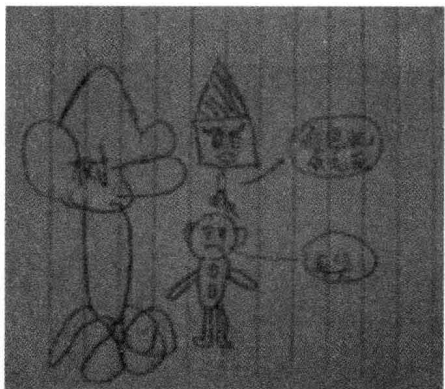
孩子，你怎么把尺寸量得这么准，刚好进不来家，也拿不到钥匙。是什么让你这样困惑呢？是家庭，是学习，还是成长的烦恼？孩子啊，每个人都会有困惑的，但青少年时期真正让我们内外交困、无

法应对的问题是不多见的，也许过一段时间就自然过去了，也许我们自己还有很多的方法没有试过，也许我们身边还有许多的资源没有用到……来，再尝试一下！



再见：一幢房子，顶楼的窗台上站着一个单亲家庭的女孩；一棵树，有着卷卷的头发和带着笑意的表情；这棵树发出的声音——哈哈。

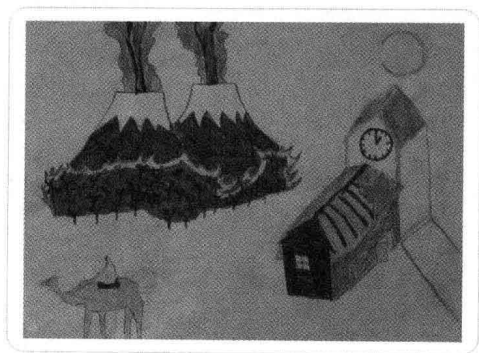
孩子，爸爸妈妈的烦恼不是你给的，是她们之间出现了问题，即使你离开了，他们之间的問題也不一定会解开，而且，你的离开将会是爸爸妈妈更大的痛！孩子，下来吧，我们一起朝前走……



哭泣：一棵高大的树，一所横眉竖目的房子，房子说：你想把我气死。一个被高大的树和处在上方的房子包围着的正在流泪的孩子，孩子旁边写着：再（在）哭。

爸爸，请你蹲下来，这样你将会与孩子一样高，也许你就能听到

孩子的心跳！妈妈，揉一下脸，把脸上的肌肉放松一些，把眼角放下来，把眉毛放下来，也许你就能抚平孩子的心绪！孩子，你一定不是有意这样的，和爸爸妈妈一起总结一下，看看下次怎样才能不出现这样的问题。



出走：一个月亮，一架指着1点的钟；一所开着门，屋顶破了的灰色房子；两个正在喷发的火山堆；一个骑着骆驼朝外行走的人。

孩子，不要出走，人离开了，问题不还是同样在着吗？爸爸妈妈，赶快把屋顶修好，把房子的颜色变得暖和一些、清新一些，也许孩子的火就被你泄了……



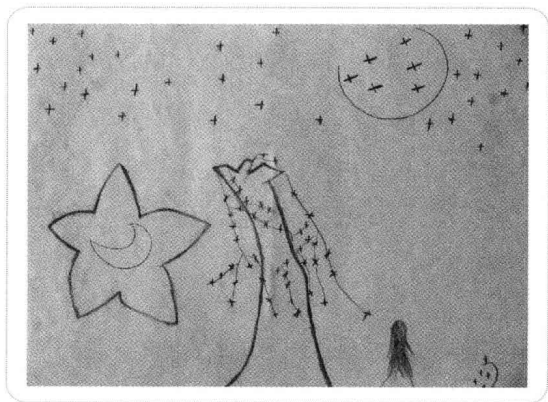
混乱：繁杂的模具随意地放着，没有形状，没有规则，没有主题。

孩子，你是一个认真细致的人，你的参与性毋庸置疑，但你的主次、你的条理在哪？那两座桥用来干啥……那把伞又是表达什么……这一切怎么这样地模糊，也许我们需要一个澄清的过程！



欢乐：蓝天、白云、暖阳、燕子、绿树、小屋，两个暖色的气球，三个手拉手玩耍的孩子。

孩子总是积极的，给他们一点儿阳光，给他们一点儿温暖，给他们成长的伙伴，他们就能快乐地成长！



启明星：满天星斗，明月，启明星，有彩灯的树，一个在看星星的女孩。

女孩如是说：“你还记得个把月前那个深陷困惑中不能自拔的女

孩吗？后来我知道了，一个人的离开是有理由的，也许我还忘不了，但我明白，我活着不是为了别人，他是我的一個寄托，只不过是时间的沉积造成了我不能自拔的依赖。现在，我不再自甘堕落，我要做回自己，那个原本快乐无虑的自己，像这样，我才能感到生活的快乐，人一生当中总是相逢而又错过的，如果这一次我承受不起，那么以后呢？感谢您对我三番五次的苦口婆心的心理辅导，使我找到了做人的真谛，仇恨和嫉妒只会扭曲一个人的脸庞，我要调理好现在的心态，抓紧我所剩不多的时间，弥补之前被荒废的时间，重理学业，抓住生命之舟，小心谨慎地向前行驶，不为遇礁而止步，不为搁浅而放弃，只要努力，绝望将变成希望，启明星虽遥远在天边，我抓不着，摸不到，但他会照着我向前——永不止步！”

.....

10个来自五湖四海的人，10个来自各行各业的人，但他们有一个共同的身份——心理咨询师。接待个案的过程是曲折的，再次面对这个曲折的过程就不仅仅是曲折，而更像是一次洗礼！

60个案例——60个心随心动故事——与大家一起走过！

篇前图释 / 1

第一辑 让爱不再伤害 / 5

妈妈，我想和你勾手 / 6

强迫重复 / 10

累人的爱 / 15

离婚了，请给我完整的爱 / 18

奶奶，请放手 / 29

青春风暴 / 33

我的父母是老师 / 37

我的路请让我自己走 / 42

我以出走抗议 / 47

让我又爱又恨的爸爸 / 62

与母亲共枕十六年 / 67

兄妹对抗 / 72

懂你 / 78

篇前图释 /

第二辑 让陪伴温暖孩子 / 85

脱不下的黑衣裳 / 86

你有从众心理吗 / 91

如何成为同学们喜欢的人 / 95

如何应对羞辱 / 99

我不敢与人交朋友 / 105

我妒忌比我优秀的人 / 109

我脸长满小痘痘 / 113

我能听懂婴儿的话 / 118

血腥图片，我喜欢 / 121

我长得很难看 / 124

我真的很倒霉吗 / 128

做人应讲诚信 / 133

成人电影，我到底该不该看 / 136

中学生可以恋爱 / 142

用自信超越自己 / 148

分离是为了更好的爱 / 152

青春痘带来的烦恼 / 170

羞羞答答的玫瑰静悄悄的开 / 174

窒息的感觉 / 179

花开太早是个美丽的错 / 189

“无法忍受”的同桌 / 193

沉默的羔羊 / 197

摆脱虚荣 踏实做人 / 200

敢于担当 我成长 / 207

害怕和人说再见 / 211

“头盔”下的痘痘 / 215

如何改变火爆的坏脾气 / 220

出丑也是一种历练 / 227

篇前图释 / 231

第三辑 让校园充满阳光 / 235

我变笨了 / 236

“斗龙战士”的困扰 / 242

人生最大的痛苦就是上学 / 246

如果可以穿越 / 250

天道不“酬勤” / 255

我学习生活是个痛苦的噩梦 / 259

他为何老是肚子疼？ / 262

老师都不认识我 / 281

逃学的原因 / 287

网络！网络！ / 292

我的语文成绩为何不好 / 298

我很刻苦但效果不好 / 303

要考试了，我感到惶恐不安 / 308

我把吃的全吐了 / 311

怎么总是那么紧张？ / 316

解开网络的束缚 / 319

我怕进学校 / 330

后记 / 337

我爱我家

家是什么？

家是温暖的港湾，她永远在对回家的人说着：晚安，回家的人们！

家是一个窝，有灯光，有薪火，有满屋子的亲昵与温馨！

……

“我想要有个家，一个不需要华丽的地方，在我疲倦的时候我会想到它，我想要有个家，一个不需要多大的地方，在我受惊吓的时候我才不会害怕，谁不会想要家……”一首《我想有个家》融入了太多的感动，打动了太多的心。



别吵了：妈妈——你看你，一天就只知道去赌，这日子怎么过吗？

爸爸——烦不烦，烦烦烦……

女儿——别吵了！（在画的后面写道：与家人和睦相

处，学会理解家人。)

家风是什么？不就是言传身教吗！门风是什么？不也是言传身教吗！爸爸妈妈们，孩子的问题到底在哪里呢？



温馨家园：绿树，红花，红屋顶，蓝色墙，暖暖的灯，手拉手的一家三口。

结婚做什么？组织家庭做什么？不就是想创造一个温馨的家吗！孩子需要什么？孩子怎样才能健康的成长？不也就是需要一个温馨的家吗！



教训：黑色的云，闪电；一所关着门的房子，但有烟冒出；一棵大树；一个横眉竖目的妈妈，手里拿着“工具”，怒视着孩子；一个流着两行泪，扁着嘴的孩子。

妈妈，你看到黑黑的屋顶、黑黑的烟、黑黑的云和闪电了吗？妈妈，你看到孩子的两行眼泪了吗？妈妈，你手里边拿的是什么？是鸡毛掸，还是西瓜刀？！孩子又犯错误了，你一定是十分生气，你想过吗——这样做会有多大的作用？



放飞希望：蓝天，白云，绿树，红花，暖阳；一所烟囱在冒着烟的漂亮小屋，两个大人手拉手在欣赏，两个孩子在放风筝。

恩爱的夫妻，陪着孩子们成长，风筝就是放飞的希望！太阳出来了，蓝天白云出来了，生命的幸福感也就出来了！

听，心动的声音——中学生心理咨询典型案例

Chapter 1

让爱不再伤害

妈妈

我想和你勾手

女儿：我是一个读初中的女孩子，你可以叫我翎子，因为我的妈妈、妹妹和朋友都这样叫我。我是个长相中等，结实的女孩，我知道“结实”对于现在的女孩子来说就是一个贬义词，所以我目前最重要的工作就是和我身上的脂肪作斗争。在学校，我是一个优等生，每一科成绩都不错，只是物理稍稍差了一点，可是没关系我正在努力。我们老师可喜欢我啦，常常夸我“能干、懂事”，她常会搂着我的肩，或者摸摸我的头，或者拍拍我的背，我好喜欢这样的感觉。我想，对别的女儿来说这样的行为一定非常平常，对我，却是一种奢求。唉！！

母亲：我有两个女儿，两个读书都很好，这是我一生最大的安慰，我一个人带着她们到城市里来生活什么样的苦都吃过了。大女儿翎子3岁她爸就得病了，拖了一年就走了。我就带着两个年幼的女儿，跟着亲戚来城里了，别人都说城里好赚钱，养孩子容易一点。她爸死的时候，家里的亲戚给我们凑了一点钱，我家的亲戚就带着我到批发市场去批一点东西在街边摆个小摊子卖。那时候，小翎子就很懂事了，我做生意，她就在旁边带妹妹玩，有时候中午生意好，我走不