

<<青春之惑>>

图书基本信息

书名：<<青春之惑>>

13位ISBN编号：9787117097048

10位ISBN编号：7117097043

出版时间：2008-1

出版时间：人民卫生

作者：王颖

页数：294

字数：286000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<青春之惑>>

前言

我和王颖认识是在EMD（中美眼动技术）工作坊的学习中。

由于我们咨询帮助的对象都以青春期的学生为主，自然就多了许多讨论的话题。

在交流中王颖对心理学的热爱和对青春期心理咨询的独到见解给我留下了深刻印象。

王颖从事心理咨询工作已经4年，接待青春期来访者数百名，且绝大部分的咨询都是在10次以上。

对于一个职业心理咨询师来讲，工作的强度和挑战是巨大的。

当我仔细阅读了《青春之惑》的书稿后，我对王颖的工作有了更深的理解。

《青春之惑》是一本关于心理学的科普书。

它通过64个具有代表性的案例，对青春期易出现的八个方面的问题，进行了专业剖析和处理。

本书的特点首先是用浅显易懂的语言演绎心理咨询的理论和技巧，让更多的读者对心理咨询有了全新的理解。

其次是每个案例通过形象、细腻地描述，给读者呈现出视觉上的感受，让我们仿佛看到类似的孩子就在自己身边，甚至还伴随着自己当年的影子。

本书内容丰富、结构新颖、针对性强，对父母调整家庭关系很有帮助，是心理工作者、青春期的学生、家长，一教育工作者都可以借鉴的好书。

我深信，这本书的问世，会使更多青春期的孩子受益，也将让更多人对青春期的孩子有新的认识。

祝愿王颖心理咨询之路越走越宽、越走越远！

陶然中国青少年心理成长基地主任2007年11月15日

<<青春之惑>>

内容概要

近年来，随着各种精神压力的增大，越来越多的人在不同时期会受到心理问题的困扰，却难于找到解决问题的途径。

中国心理咨询业正是在这样的状况下“千呼万唤始出来”。

自2003年中国心理咨询职业化以来，我作为第一批从业的心理咨询师，有幸踏入这个领域并开始为之奋斗。

在短短几年的心理咨询工作中，我做了近千例的青春期的咨询案例。

主要源自三个方面：主动走进青少年；少管所、看守所未成年犯罪人员的公益咨询；北京、河北、山东等省份的大中院校、研究所学生的个体、团体心理咨询。

本书是一本科普类的书籍，针对青春期的孩子容易出现的问题，从八个方面收录了64个心理咨询案例的片段，征得当事人的同意，隐去当事人的真实姓名和个人信息，用通俗、生动的语言将青少年心理问题的形成、发展及对成长的不良影响呈现出来，并用专业的心理分析让广大读者了解到心理咨询是如何进行心理干预和心理帮助的。

<<青春之惑>>

作者简介

王颖,1963年4月出生于北京。

心理咨询专家、心理学博士、中国心理学会会员。

老王心理咨询中心主任。

2005年-2007年接受中德精神分析心理治疗师系列培训,并取得证书。

2005年-2007年接受杨凤池教授个人分析和案例督导。

先后担任中央电视台、北京

<<青春之惑>>

书籍目录

概论第一章 亲子冲突（家庭关系与青少年腴理） 一、我的爸妈太老土 二、害怕男生 三、“我不是白眼狼” 四、“我要吃红烧肉” 五、妈妈，其实我爱你 六、“我不是坏女孩” 七、母女二人要自杀 八、水火不容姐弟情第二章 学习厌倦（对学习生活的厌倦） 一、我不是帅哥 二、这个学校像监狱 三、最快乐的高考生 四、可恶的家教 五、“别逼我学理科” 六、消防局长 七、我型我秀 八、“我要学化学”第三章 苦涩精感 一、强迫的背后 二、不要性爱的“同性恋” 三、一封情书引发的灾难 四、真真假假同性恋 五、非典型早恋 六、寻找父爱的女研究生 七、难了丝袜情 八、难以启齿的担心第四章 难言之“瘾”（不良癖好剖析） 一、我想毁容 二、人狗情未了 三、难以接近的女孩 四、我的黄书该藏哪儿子子？ 五、妈妈的内衣好温暖 六、憋不住的尿 七、不能说的秘密 八、杯弓蛇影第五章 交朋识友 一、公主为何没人爱 二、尴尬的打鼾 三、她到底离我有多远 四、漂亮女孩的委屈 五、我帮朋友发遗书 六、谁能教我交朋友 七、我不是神经病 八、知己难寻第六章 学习困难第七章 无意感恩第八章 情绪管理

<<青春之惑>>

章节摘录

听到我的问话，正沉浸在喜悦中的阿信突然变得局促不安，思考良久说：“就是因为我和妈妈和他们之间的事情，让我难受。”

“妈妈和他们？”

他们是谁？

“阿信叹了口气，接着说道：“我表哥们，他们为了能够从外公那里得到更多的钱，整天想着各种办法从外公那里骗钱，一会儿说自己要出国学习，一会儿又说自己要开酒吧，一会儿又说要跟人合伙开公司。

总之编造各种理由来要钱。

“你为什么难受呢？”

“让我难受的是，他们是孙子、孙女，花自己爷爷的钱是理所当然的。

但是公司的业务基本都是由我妈妈来经营的，妈妈替外公承担一切风险，在家族里面妈妈是最能干的，对家族的贡献是最大的，她应该得到最多的股份。

由于家族重男轻女，作为学习最优秀最有前途的我，一直比不上那些不学无术的表哥们所得到的重视。

我也清楚我是外孙，不能和他们争什么，但是我就是不服气。

“由于激动，阿信的手差点碰翻了桌子上的杯子。

“能看出来你非常体谅母亲，感到母亲付出的辛苦和不易，那么你不服气的是什么呢？是自己得到的比他们少吗？”

“不是！”

“阿信立刻反驳：“其实我得到的远比他们多，别的不说，他们顶多也就是在老家买套房子，花不了几十万，我妈在北京给我买的房子就200多万。

我不服气的是，他们撒谎也撒得太荒唐了，外公和妈妈居然每次都相信，我要是不揭露他们吧，让他们觉得我们这些人是白痴；我要是揭露了他们吧，他们又在外公跟前说我坏话，损害我的声誉。

“我点点头，说道：“原来是这个揭露与不揭露的矛盾让你感到不服气啊？”

“阿信点头表示同意后，我接着说道：“那你一般是选择揭露还是不揭露？”

“当然是揭露了，谁愿意让别人认为自己是傻瓜啊？”

“阿信迫不及待地说，“毕竟我在北京，他们在外地，他们总归是瞒不了我的，每次我发现他们的欺骗行为，都会马上和外公联络，随时揭露他们。

“那你能够得到什么呢？”

“阿信回答：“其实，没有一次外公是认真处理的，往往不了了之，甚至到最后还是会把钱给他们的。

“那你为此付出什么样的代价呢？”

“他们会抓住一切机会在外公面前诋毁我，挑拨妈妈和外公的关系，他们真是太阴险，太低俗了。

“面对这些，你又是怎样应对的呢？”

“哼！”

“他轻蔑地一笑，似乎面前出现了什么人似的，接着说：“他们的诋毁根本就没有用，我把每个学期的成绩单、荣誉证书、奖学金获奖凭证在第一时间统统邮寄给外公，让他们的谎言不攻自破。

“听到这里，我突然问道：“那这一切和你妈妈有什么关系呢？”

“怎么能不怪她？”

“阿信辩解道，“这一切都是她造成的，本来我生活得好好的，她非要和我爸爸离婚，非要到外公的公司去，非要卷入这场争权夺利的斗争中，所以我恨死她了。

“我们先不去讨论父母离婚的原因，那是他们自己的选择。

我想问一下，不管母亲是劳动所得也好，争权夺利也罢，谁是最大的获益者？”

“这个？”

“阿信想了想，不好意思地低下了头，“好像是我吧。

<<青春之惑>>

” “为什么用好像？

” “就是我，如果不是这样，20岁的我不可能有现在富足的生活。

可是我真的感到很痛苦，不能像他们那样心安理得地去享受，去生活。

这一切还是怪我妈妈。

” 这时我说：“你刚才说自己是个淡泊名利的人，你现在能肯定这一点吗？

” “好像不能，其实我也很想得到更多的钱，但是这样似乎又让我觉得这是一种可耻的想法。

” “什么时候开始这样的思考和矛盾的？

” “确切地说，从我父母离婚后，就开始这样想了。

自从开始在外公家生活，我好像进入了另一个和以前完全不同的世界，学会了享乐和大把大把地花钱，但是我又觉得自己这样做很不对。

” 看到问题的根源慢慢开始浮现，我说：“你仔细想一想，是什么让你难受，生活上极大的满足和享乐，为什么反而会痛苦呢？

” “不知道，这也是我想不明白的地方，可以说是困扰我多年的问题。

” “当这些冲突来临的时候，你是怎样应对的？

” “就是很烦，除了疯狂地花钱外，就是和妈妈吵闹，感到我今天在家族中没有地位和内心的冲突都是因为她太懦弱了，不会为我争取权力。

为此我妈经常说我是一只白眼狼，我也搞不清楚，为什么自己那么排斥她。

” “从发展的观点来看16岁前的经历对于一个人的成长太重要了，我们的世界观、人生观、价值观中大多数的模式都是在这之前建立的。

你确认自己是一个心地善良的人，是一个痛恨不劳而获的人，认为用欺骗的手段从亲人那里获取利益是可耻的行为” 看着阿信不住点头，我接着说道，“这些都是固定在你脑海中的判断标准，你要求自己做这样的人，但是16岁以后，环境变了，以前梦想的东西突然得到了，以前没有经历的东西突然来临，你的认识系统受到极大的冲击。

也就是你以前最为不齿的事情每天都在发生，而且包围着你，你真实地感受到这样生活的舒适和安逸，但是内心又觉得罪恶，这样整个人就处于一种自我冲突中，这时候的你必然是焦虑的。

” “对啊，真的很痛苦。

” 阿信回答到。

我说：“而母亲不能体会到你这样的冲突和焦虑，你又不去和她沟通，在她的眼里，给予了你这么优越的生活条件，你自己的学习又那么优异，她觉得你的生活没有什么难受的。

” “对对” 阿信急忙插话，“我妈经常说我无理取闹，不可理喻。

” “是啊，” 我说道，“这就是我们平常说的缺乏真诚的表达和沟通形成的代沟吧，母亲认为你的生活无可挑剔，你内心的冲突却让你很难安心，再加上母亲一个人风风雨雨、摸爬滚打，支持这个家，难免有情绪不好的时候，你们的冲突自然而然产生了。

” 至此，阿信终于明白了自己和母亲之间冲突不断的根源所在，也开始发现自己认知系统中相对滞后的观点和模式。

经过系统的治疗后，从接纳现实、接纳自己到接纳命运、接纳母亲，阿信终于找到了真实的自我，在治疗师的指导下对自我进行了逐步的整合，开始了“活在当下，活在现实”的健康生活，和母亲的关系问题也就不治自愈了。

<<青春之惑>>

媒体关注与评论

《青春之惑》一书64个案例，涵盖了青少年在青春期心理问题的方方面面。展示了心理咨询对青少年个体在个性发展、行为改变等方面产生的积极影响。案例之后有"问题背后"和"感悟真谛"等内容，分别从专业的角度诠释案例中的问题，并表达出王颖的咨询感悟。

中国心理卫生协会副理事长张建新 本书内容丰富，结构新颖，针对性强，对父母调整家庭关系有很大帮助。

是心理工作者、青春期的学生、家长、教育工作者都可以借鉴的好书。

我深信，这本书的问世，会使更多的青春期的孩子受益，也将让更多的人对青春期有了新的认识。

中国青少年心理成长基地主任陶然 本书揭示了丰富多彩的青少年的精神世界。

有思考，有探索，有失误，有迷茫，有苦闷，有孤独，……。

而内心又存在着无限积极的力量，多么盼望着有人能够去关注、去挖掘、去分享，我们看到王颖那颗火热的心是如何和他们碰撞、奇迹是怎样在孩子们身上发生的。

心理咨询专家刘明 本书体现了王颖关爱青少年，对他们感兴趣，欣赏他们做梦的能力，而且也允许自己陪着他们一起做梦。

她用的"苏格拉底"提问法，虽然几乎每个咨询师都会，但是几乎很少有人有这么大的耐心能够一步步的做下来，这需要的是一种爱的能力。

心理咨询专家李孟潮 这是一本心理咨询师的工作记录，是作者在自己工作的海洋中捕捉的朵朵浪花。

读过之后令人感慨，青春是美好的，青春也充满困惑；当困惑的青春遭遇浮躁的年代，就碰撞出形形色色的问题……；当困惑的青春与王老师相遇，就使烦恼有了不一样的解读。

简洁、流畅的文字，鲜活、多样的案例，令人感受到作者充满职业精神的热情与追求。

左月燃

<<青春之惑>>

编辑推荐

《青春之惑对话青春期:一个心理医生青春期问题案例集》的64个案例，涵盖了青少年在青春期心理问题的方方面面，展示了心理咨询对青少年个体在个性发展、行为改变等方面产生的积极影响。案例之后有“问题背后”和“感悟真谛”等内容，分别从专业的角度诠释案例中的问题，并表达出王颖的咨询感悟。

<<青春之惑>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>