

# 直面报告

## Zhi Mian Report

“扫一扫”关注直面



美国心理协会“夏洛蒂和卡尔·彪勒奖”获奖机构

南京直面心理咨询研究所 主办

By Zhi Mian Institute for Psychotherapy

本刊免费赠阅，欢迎来信索取

(2017年7月第6期 总第166期)

直面网址: [www.chinancc.net](http://www.chinancc.net)

直面邮箱: [zhimian@chinancc.net](mailto:zhimian@chinancc.net)

行政电话: 025-84706081

存在网址: [www.ep-china.org](http://www.ep-china.org)

热线电话: 025-83204132

教牧网址: [www.acpc.org.cn](http://www.acpc.org.cn)

直面地址: 江苏省南京市栖霞区紫东路18号保利紫晶山15幢1单元101室

邮政编码: 210049

欢迎加入我们的微信朋友圈“nanjingzhimian”

### 本期导读:

👉 直面之门

—第2、3、4、5页

👉 为了渴求成长的心灵

—第5、6、7页

👉 直面八月课程

—第7页

👉 直面消息

—封底

2017年7月2日，南京直面心理咨询研究所

成功举行了第一次“免费心理咨询开放日”

的活动。开放日为很多朋友提供了走进直面，

了解心理咨询的宝贵机会。右图为现场。



主编: 王学富

责任编辑: 黄强

编委会成员: 孙闻 张侠 陈跃

投稿邮箱: [zhimian@chinancc.net](mailto:zhimian@chinancc.net)

# 直 面 心 理 探 索

## 直 面 之 门

王学富

☆☆

在直面有一道门，是厕所之门。这道门却十分神奇。它的神奇在哪里呢？它其实是一道测试之门，虽然它表面上是厕所之门。

在一些心理机构和医院心理门诊，常常使用一些测评量表，对来访者的心理状况做出诊断，这大多是不靠谱的。要说起来，还没有直面的门靠谱。

直面这道门的神妙之处是我早就发现的，但我一直没有说出来。基本来说，直面之门能测出一个人受神经症侵扰的程度，测出一个人跟世界接触的深浅，以及生活经验的多寡，应对陌生环境和新情况时其个性呈现的变通性或刻板程度，在人际关系中的自主和依赖情况，内心不安全感和勇气的对比指标……

我这里从一个案例说起：一家三口人来访，即父母与他们的女儿。父母跟我谈话，其实是为他们的女儿而来。女儿是被父母“骗”来的，没有意愿跟我谈话。我呢，也没有要跟她谈话的意思。原因之一是，我本来就有一个理解：当孩子出现了心理的问题，父母就有了成长的机会。更何况，她是“陪”父母来谈话的，年龄尚小（12岁）。因此，我只跟这对父母谈话，而他们的女儿就坐在等候室里。至少，这是她第一次来直面，可以有一个这样的经验：不会被要求谈话。而且，在一个小时里，她可以合理拥有一个个人空间，在里面自由自在玩手机，而不被父母盯着，也不用为没有学习功课而内疚和自责。

说起来像写小说一样：我一边跟她父母谈话，一边有一个隐秘的期待：在这期间，她会去上一趟厕所——我的意思是，她会走进直面之门，接受一次测试！

这果然发生了！就在我与她的父母谈到一大半时间的时候，外面传来叫声——是他们的孩子。原来这个女孩子被困在厕所里，打不开门了。

这便是我们的直面之门，厕所之门，亦即测试之门。

这事一发生，我暗中一笑，这是我预料之中的事情。

在跟这对父母谈话的过程中，我已经了解了这个家庭的一些情况，如他们的养育观念和方式，亲子关系模式，这个女孩子产生的问题及其背后的根源。正谈

话时，面谈室外，他们的女儿上厕所，然后打不开这道门，被困其中，大声呼救。父亲立刻冲出门去相救，情况成了这样：女儿在里面很着急，不停地把门后的锁翻来倒去，却打不开；父亲在门外面干着急没办法，他不停教女儿怎么做，皆不得法。然后，妈妈也出门相助，也不知道该怎么办。

测试继续进行。然后我来到厕所门前，拉紧门外的把手，我对困在里面的小女孩说了两句话：一句是，使劲把锁朝一边转。另一句是，那就朝相反的方向使劲转。然后，开了。测试结束。

下面是测评结果分析报告：也是揭密直面之门。

直面之门的唯一奥秘就在于，它的门锁有点紧，但稍一用力，即可锁上，再稍一用力，即可打开。

问题来了：一，为什么有些人进去，能够锁上，却不能打开，以为自己被反锁在里面，出不来了？二，什么样的人进去了出不来了呢？

回答大致是，越是神经质的人，越难打开这道直面之门。如果一个人出现了某些类型的神经症，打开这道门的难度会大一些。当然，这不是绝对的，任何一套测评系统总有特别的情况。但直面之门却是一个相当有趣，甚至神奇的参照。我一点一点来揭示其中的奥秘。

有相当程度神经质，特别是进而发展出神经症的人，是相当敏感的人，头脑里有大量的思虑，常常回避与世界接触，导致严重缺乏直接经验。可以说，他们与人和物体的接触很少、很浅，因此他们与人和物体在关系上是疏远的，陌生的，表面应付的，他们不大了解他人与物体，对他人与物体也没有什么影响力，参与的层面极低。一般人会认为他们不通人情世故。这也反映在他们与物体的关系上是没有把握的。遇到所接触的物体有任何一点难度，他们便会陷入惶惑、焦虑与无助，就如同他们很容易在人际关系中产生压力与焦虑一样。说到底，因为与人与实物接触太少，他们实在不了解人性与物性，因此不敢用力，亦即，他们不敢对人对物尝试施加自己的影响力。于是，他们面对直面之门的困难，实际上反映的是他们生活的困难和心理的困难。

在直面之门内门外发生的一幕，也颇有意味：门内女儿惊慌失措，门外父亲与母亲焦虑而无奈。这反映的便是这个家庭里亲子关系的实况：在这个家庭里，母亲一直是独自带女儿，对女儿完全包办代替。父亲在外地工作，是这个家庭的

局外人。但在父亲偶尔回家的时间里，他对女儿十分宠爱，以满足女儿的一堆要求来补偿自己的亏欠。女儿成绩好，但在成长方面却存在诸多困难与困扰：她从小跟人相处都很被动，表面化，经验单一，习惯掩饰自己的负面情绪，不敢真实，胆小怕事，十分在意别人的看法，回避……因此在她小小年龄，就已经发展出一种强迫行为。一天，这个小女孩打不开直面之门，被困在里面，正如她现在发展出症状，困于其中。父母急于相救，却无能为力，陷入焦虑之中。

为什么一个人进去之后可以把门反锁起来，却打不开呢？按说，反锁与打开反锁，都需要用力，为什么能做到前者，却不能做到后者呢？

这又涉及神经质/症者的另一个特点：防御极强。“反锁住门”代表着一种防御，虽然也会难，却能做到。一般来说，过于敏感的人极力追求安全保障，会花很大的精力去做防御，以求安全。因此，进了直面厕所，他们会花很大力气，甚至反复尝试，也要把门反锁上。然而，上完厕所，要打开这反锁就难了，他们就会陷入一种因为不谙物性而不敢用力的惯性之中，总是不能，以致在那里穷折腾，完全被情绪所控制。或者，即如这个小女孩，因为有父母在，她更会让自己陷入一种“习得性无助”之中。这便是父母长期过度保护，包办代替造成的结果。其实人生总有反锁与被反锁的情况，只要自己尝试，在被迫无奈之下敢于奋力一搏，便可能打开一个个人生之锁。不敢真正用力尝试的人，则困在其中。

这时我去为之解锁，这可能象征一种专业的援助。当小女孩陷入其中，她惊慌无助，父母焦虑无奈，而我却知道门内人的心情与处境，也知道她面对的困难的实质是什么，便在外面把门朝外拉紧一些，为她在里面付出的努力做一些配合性缓解——我让她朝一个方向使劲，不行再朝相反的方向用力，这时锁解了，门开了。这里一个最基本的启发便是：我们要敢于对世界产生影响力，为自己打开一道人生的直面之门。

在直面，时而会有人进了厕所，开始试图反锁住门，做到了。后来想打开反锁的门，却打不开。我们知道他在里面尝试，常常让他在里面尝试，直到他最终打开直面之门。如果实在不行，我们前来相助。在生活中也是这样，做父母的需要学会一种态度：首先让孩子自己去尝试，而不轻易相助。当孩子能够打开人生的直面之门，他便获得了经验，人对物对世界就多了一些了解，也增强了能力。这时，父母便欣喜于孩子有了这样的成长。但有些时候，父母发现孩子尽了努力，

却未能打开某扇直面之门，当然可以前来提供具体的援助——这援助最好是一场跟孩子的合作，而不是对孩子包办代替。

写到这里，读者大概会笑起来：哇，原来在直面，这么一道厕所的门竟有如此的奥秘。我也笑道：要么你来直面，尝试一下直面之门，看看你的神经质或神经症达到了怎样的程度。哈哈，这总比某些治疗师所依赖的测评量表要靠谱一些。如果你第一次就能顺利打开直面之门，这就意味着，你的人生将是你的直面之门。

☆☆

## 为了渴求成长的心灵

-----直面免费咨询开放日小记

各种神奇的图片组成的心理角；  
各种有趣的心理视频发人深思；  
专业老师对于心理咨询问题的耐心解答；  
工作人员与参加者热情的互动……  
这是直面免费心理咨询开放日的现场。

2017年7月2日，直面心理咨询研究所举行了第一次免费心理咨询开放日的活动。本次活动从上午9:30至11:30，下午2:00至5:00。

在开放日，参加者可以参观了解直面心理咨询研究所、了解心理学与心理咨询相关知识，并申请免费的心理辅导沙盘辅导与心理测评。当天共有20多人参加了本次开放日，参加者中有年轻



父母带着孩子来咨询亲子教育问题的，有中年夫妻来咨询沟通方式问题的，有才参加工作不久的青年人来咨询个人成长与职业规划问题的，也有心理咨询工作者寻找专业的心理咨询学习平台的。有几位参加者是在知道消息后特意从外地赶过



来的。开放日当天有 12 人接受了直面专业咨询师的免费心理辅导以及沙盘辅导，4 人进行了心理测评。

整个开放日的活动氛围温暖轻松而又不失专业。虽然是免费辅导，但参加活动的咨询师都用自己一贯的敬业精神去面对每一位来访者。直面心理咨询研究所所长，专家级咨询师王学富老师虽然非常忙，但也参加了本次开放日的活动。很多第一次来直面的朋友向工作人员反馈自己的感受时都说：“久闻王老师大名，一直没机会一睹庐山真面目，这次与他零距离接触，非常惊讶于王老师竟然如此的平易近人。”

虽然只是一次面谈，但几乎所有接受了免费辅导的人都有一种被打开的感觉。犹如王老师一直描述的“种子”的意向，来参加直面的免费咨询开放日，就是给自己的心中种下一颗种子，这颗种子会随着时间的推移慢慢发芽，慢慢成长。

体验过直面开放日的朋友纷纷感动的留下了自己的感受。

一位热心于心理公益活动的朋友一直在寻找一个专业机构的支撑，这次他听说了直面开放日就第一时间报了名，还叫上自己的好几个朋友一起参加。在参观了解了直面，感受了直面专业的咨询之后，他感慨“终于找到了这样一个可以学习专业心理咨询的地方。”

一位感受了沙盘辅导的初中男生从沙盘室里走出来后，脸上洋溢着开心的笑容，



他说，虽然学校也有沙盘，但是这里沙盘游戏的体验与之前的完全不同，他在留言本上用略带稚气的笔触写下了简短而真诚的两个字：“很好！”

一位参加了沙盘辅导的中年男性留言说：“工作人员都非常热情，老师带领到位，三言两语就帮我看到了自己，感谢！”

一位处于职业迷茫期的高校毕业生动情的写道：“真的很好，真希望直面的传播的渠道更多一点，早点知道你们就好啦！”

“受益匪浅，感谢各位老师的热情接待，王博士的谆谆教诲能够拯救更多的

孩子走出心灵的围城，感谢！”一位年过半百的母亲，认真的戴上老花镜，很仔细的在留言簿上写下了上面的话。

开办免费咨询开放日是直面早就有的一个想法，现在它实现了，取得了很好的效果。参加者满意的反馈就是对我们最大的鼓励与支持。而为了更多渴求成长与帮助的心灵，开放日这条路我们也将坚定的走下去。

直面免费咨询开放日为每月第一个周日

上午 9:30-11:30 下午 14:00-17:00

2017 年下半年活动时间：7 月 2 日、8 月 6 日、9 月 3 日、10 月 1 日、11 月 5 日、12 月 3 日 如需免费咨询，请提前报名。

报名电话：025-84706081 或加直面心理的微信进行报名：nanjingzhimian



## 直面八月课程

### 课程一

主题：“美丽的神经症”工作坊

带领者：王学富

时间：8 月 10 日至 13 日

地点：南京远郊

### 课程二

主题：直面 ECP 面授班第四期课程

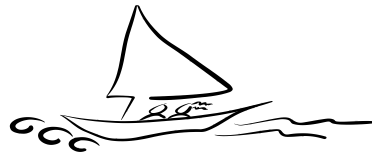
讲师：王学富

时间：8 月 25 日至 27 日

地点：南京直面心理咨询研究所

报名、咨询电话：13382036328 025-84706081

微信报名、咨询请添加：nanjingzhimian



## 直面消息

- 6月16日王老师受邀走进南京著名DJ文岚的咖啡馆沙龙，进行了一场沙龙讲座，获得参加者的热烈反响。
- 6月20日至30日，南京邮电学院社会工作专业6名实习生在南京直面心理咨询研究所进行了为期两周的实习。
- 7月2日南京直面举行了第一次免费咨询开放日活动。当天共有20多人参加了本次开放日，其中12人接受了直面专业咨询师的免费心理辅导以及沙盘辅导，4人进行了心理测评。
- 7月14日至16日存在分析师第二阶段第一期课程在南京直面开始授课。本次为期三天的课程将介绍存在治疗领域具有创导性的人物以及当今存在治疗领域的领导者。并有案例呈现。
- 7月17日存在主义心理治疗研究会第一届第一次会议将在南京直面举行。届时许多存在治疗领域的大咖将出席本次会议。会议将就研究会相关内容进行讨论，也将对存在主义心理治疗在中国的发展方向展开探讨。
- 8月10日至13日，直面将举行“美丽的神经症”工作坊。
- 8月25日至27日直面ECP面授班第四期课程将在南京直面心理咨询研究所进行。王学富老师将以教材为基础为广大ECP学员与带领者进行ECP相关知识的讲授。
- 徐岚静向直面捐赠200元。

### 直面的服务

- 提供免费心理咨询，热线电话：025-83204132；
- 提供心理咨询面谈（对经济困难者提供减免）；
- 提供团体辅导、成长工作坊；
- 提供三个层级的心理培训：
  - 直面心理辅导延伸课程（ECP）
  - 直面分析师课程、存在主义心理治疗课程
  - 直面学塾：直面学子、直面驻修生、直面弟子

### 直面售书

《成为你自己》、《受伤的人》、《医治的心》、《成长的路》、《花渐落去》、《存在整合治疗》。

欢迎购买，联系电话：13382036328。或添加直面微信号（nanjingzhimian）与我们联系。

### 《直面报告》免费赠阅和邮寄

请珍惜《直面报告》

请支持《直面报告》

**因为有你支持，我们才会坚持！**

☐ 邮局汇款

地址：南京市栖霞区紫东路18号保利紫晶山15幢1单元101室 210049

收款人：南京直面心理咨询研究所

☐ 银行汇款

银行帐号：01270120210002739

银行名称：南京银行玄武支行