

# 李芳馨「中國好人」的幸福密碼

據統計，當前內地人口中有各種精神障礙和心理障礙患者達1,600多萬，有1.9億人需要心理諮詢，1.5億青少年中受情緒和壓力困擾的有3,000萬，自殺已成為中國青少年死亡的首因。

對此，全國優秀心理工作者、國家一級心理諮詢師、全國未成年人思想道德建設先進工作者李芳馨在擔憂的同時，選擇了在平凡的教師崗位上，免費為眾多有需求的諮詢者提供心理諮詢，幫助他們走出心理陰影，走向快樂生活。作為第二屆「中國好人」助人為樂道德模範，李芳馨的信念多年一直未變：把幸福的正能量傳遞給身邊每一個人。

香港文匯報·人民政協專刊記者 聶晨靜



國家一級心理諮詢師李芳馨。本報北京傳真

雖然只是河南義馬市教師進修學校的一名普通教師，李芳馨在當地卻早已頗有名氣，走在路上都時常被別人拉住求援，這主要緣於她的另一個稀缺一身份——三門峽地區唯一的心理學博士、首位國家註冊高級心理諮詢師。

按照國際衛生組織的說法，每千人擁有一個心理諮詢師是健康社會的平衡點。這樣看來，中國約需要130萬心理諮詢師，然而自2002年國家人力資源和社會保障部建立心理諮詢師認證制度以來，截至2011年5月，內地取得各級心理諮詢師證書僅約25萬人，缺口巨大。

## 免費心理諮詢「中國好人」實至名歸

2009年，李芳馨通過考試取得國家一級心理諮詢師職業資格證書。六年來，李芳馨已記不清給多少人做過心理諮詢。儘管找她的人絡繹不絕，李芳馨卻從未把心理諮詢師當作謀生招牌，對所有的諮詢者都是免費諮詢，分文不取。

用這位登上2009年「中國好人榜」、被中央文明委表彰的「中國好人」自己的話說，她助人是「隨時隨地隨緣」。從火車、大巴車上幾十分鐘的心理疏導，到夜半三更對抑鬱女士進行危機干預，再到給有困惑的青少年做心理投射測驗打開心結。學生、同事、公務員、地震災民，直至陌生人，都得到過李芳馨的免費幫助。

「心理諮詢不是『話療』，而是複雜專業技術活，需了解諮詢者的家庭背景和個人成長史，以及重大事件節點。」由於其出色的工作和奉獻精神，2010年5月1日，李芳馨受邀出席全國首屆心理諮詢師從業學術交流高峰論壇年會，並榮獲「全國優秀心理學工作者」稱號，大會名譽主席、著名心理學家岳曉東教授對她高度稱讚。

李芳馨說，心理諮詢對諮詢師自身的心理素質及精神狀態都提出了較高要求。在諮詢師與諮詢者的雙向關

係中，諮詢師本身煥發的生命光彩就是最優勢資源，對諮詢者最有療效和啟發，往往能夠無招勝有招。

經歷過各種心理諮詢的案例，李芳馨感慨：心理有問題的人負面能量大，不是簡單「話療」就能一次糾正，所以諮詢師要及時清洗。「最炫的飾品於我是學問，最美的服裝是品德，最燦爛的舞台是講台。」這種樂觀健康的心態，幫助李芳馨抵禦負能量。

## 經歷坎坷 自學成才

高考落榜、兩次失業下崗、教育系統三進三出，李芳馨曾經歷過坎坷的心路歷程。「學習心理學的過程，也是自我提升、完善人格的過程，讓我更加堅強、更加自信。」李芳馨表示，自己對心理學的學習一半緣於興趣使然探究精神，一半因為社會責任感。

從小就善於開導別人的李芳馨，經常是身邊人的「知心姐姐」，中學失戀的女同學、剛畢業的新同事，都喜歡找她談心，「一談就很有效」。一個個真實的困擾，讓她逐漸意識到心理諮詢在現代社會「人人都需要」。

2001年，李芳馨開始心理學方面的研究，並很快成為義馬市聞名遐邇的心理工作志願者。2005年，李芳馨受聘擔任義馬市青少年公益心理諮詢熱線主持人，為青少年的心理問題答疑解惑。雖然沒有分文報酬，也沒有補助，李芳馨卻分外看重，並抱着「我不想誤人子弟」的心態，邊實踐邊學習。

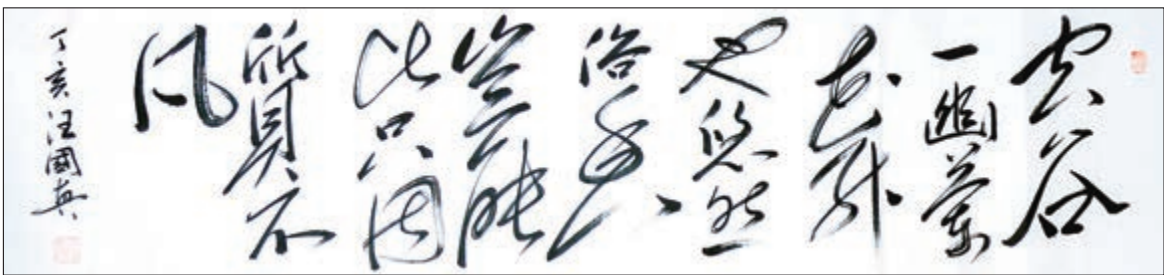
為提高自己的心理學專業水平，當時經濟條件並不寬裕的李芳馨拿出幾萬元積蓄，自費參加了北師大心理學博士進修班，學習青少年心理諮詢和諮詢專業，同時參加心理諮詢師職業培訓，師從岳曉東、李子勳、格桑澤仁等國內外著名的心理學家。

2009年，李芳馨順利完成心理學博士學業。同年，國家試點，將心理諮詢師職業技能鑑定評級下放到湖北等地方職業技能鑑定部門自行開展，幸運的李芳馨剛好趕上這次試點，先行取得一級（高級技師）職業資格證書，成為三門峽市首位國家註冊高級心理諮詢師。

## 心理諮詢師認證 體系有待健全

與西方國家相比，中國心理諮詢師的職業化進程還處於初級階段。李芳馨認為，當前心理諮詢師認證體系存在諸多問題：准入門檻過低，管理機制不健全，心理諮詢師水平良莠不齊，行業亟待規範。「很多正在執業的心理諮詢師沒有接受過系統的心理學科班訓練，需要逐步建立健全相關法律法規，逐步實現行業規範管理，盡快健全中國心理諮詢師的繼續教育標準體系。」

李芳馨介紹說，鑒於此，2014年第八屆中國心理學家大會暨應用心理學高峰論壇，中國心理學會標準與服務研究委員會推出「1879計劃」，旨在培養中國職業心理諮詢人才，推動中國心理諮詢師標準建設。



著名詩人、書畫家汪國真贈送給李芳馨的書法作品。本報北京傳真

## 多面人生 「學」字當頭

「空谷一幽蘭，花開也悠然。俗香豈能比，只因質不凡。」著名詩人、書畫家汪國真曾這樣評價李芳馨。英雄模範徐洪剛則為她題詞「德馨如蘭」。

身為河南省作協會員、中國散文學會會員，李芳馨表示文學是她的精神棲息地。「我是忠實的文學發燒友，對文字情有獨鍾。用文字述說所見所聞生活感悟，傳遞美好信念，是我的精神動力之一。」

教師、心理諮詢師、志願者、作家，李芳馨將這些角色都演繹得游刃有餘。背後的支持，就是終身學習的精神、追求完美的性格。「學習對我是一種生活方式，是一種精神需要，就像喝水一樣重要。」正是有這樣的精神支撐，從當年的高考落榜生，到五年前獲心理學博士，再而今受清華大學社科院副院長李穎之邀請學訪問，在人生路上，李芳馨始終在不斷完善自我。



全國政協委員、英雄徐洪剛題詞：「德馨如蘭」。本報北京傳真



2012年李芳馨在雲南彝良貓貓山地震災區，為災民做心理諮詢。本報北京傳真

## 「我對青少年的關愛是情不自禁的」

長期以來，李芳馨把關注青少年心理健康作為自己服務社會、幫助他人的平台，積極投身社會公益。除擔任了九年的心理諮詢熱線主持人之外，李芳馨還義務擔任洛陽市「12355」青少年維權和心理諮詢專家、洛陽師範學院大學生「勵志、成長、成才」宣講團專家，經常到中學和大中專院校舉辦心理類公益講座。

自2005年起，李芳馨連續擔任兩屆義馬市人民陪審員，有感於違法犯罪未成年人的心理問題的緊迫性，她着手準備給義馬市少年犯罪人

員做心理輔導，「最好有更多具心理諮詢師資質的志願者參與，建立一對一的聯繫，過年過節定期輔導，持續關愛。」

## 籲建心理健康指導中心

根據國家規定，從2013-2014學年起，各級教育行政部門都要把心理健康教育作為必修課列入課程計劃，各中小學要列入課程表。但李芳馨認為，實際情況不容樂觀，地方上存在有名無實現象，以文件落實文件。作為義馬市兩屆政協委員，李芳馨

連續四年呼籲建立青少年心理健康指導中心，並表示願意做義工無償服務。她認為，「中國當前義務教育階段對青少年心理教育是嚴重缺失的。素質教育口號喊得震天響，應試教育搞得扎扎实實，大部分心理諮詢室形同虛設，不能為學生提供有效服務。」

2012年，李芳馨被中宣部授予「全國未成年人思想道德建設先進工作者」稱號。「一個教師的良知，一個母親的情懷。幼吾幼以及人之幼，我對青少年的關愛是情不自禁的。」



2010年7月，李芳馨出席第二屆「中國好人」頒獎典禮。本報北京傳真

# 人民政協的「前世今生」

## 軍政訓政憲政的理論埋下了什麼種子

宿正伯

1939年，張瀾、黃炎培、章伯鈞等在重慶成立統一建國同志會，旨在促進團結、共同抗日、實施憲政。之前在抗日戰爭爆發不久，張瀾已受聘為國民參政員。國民參政員是個什麼身份？這又不得不提到另一段公案：軍政、訓政與憲政。這一段公案，與政治協商會議的召開密切相關。

1923年1月29日，孫中山於《申報》五十周年紀念專刊上發表《中國革命史》一文，提出建國三段論方案：「從事革命者，於破壞敵人勢力之外，不能不兼注意於國民建設能力之養成，此革命方略之所以必要也。余之革命方略，規定革命進行之時期為三：第一為軍政時期，第二為訓政時期，第三為憲政時期。」

孫中山提出這一理論，是基於對革命事業屢戰屢挫的反思。他認為，革命之所以不成功，民主制度之所以難以有效施行，是因為中國缺少民主的土壤，或者說中國民眾缺少民主的素

養。因此，要想實現徹底的革命並建立有效的民主政治，必須首先解決國民的民主素養和能力問題。換言之，素養和能力不過關，就不急於施行民主。

孫中山在這樣的認識基礎上，提出了軍政、訓政、憲政三步步走的建國方案。所謂軍政，就是民主建設暫時擱置，集中精力打天下，實現國家統一，也就是「以黨建國」的暴力革命階段；所謂訓政，就是天下底定後，集中精力培育國民的民主素養和能力，也就是「以黨治國」的階段；所謂憲政，就是萬事俱備後施行民主政治，也就是「還政於民」的階段。

站在軍人的角度，孫中山的理論有一定的合理性，因為統一與集權是迅速實現民族復興的一劑猛藥。但是站在書生的角度，這一理論是有問題的，因為民主的培育是一個潤物無聲的過程，而不是可以靠殲滅戰來完成的。正如以理性聞名的胡適先生所指

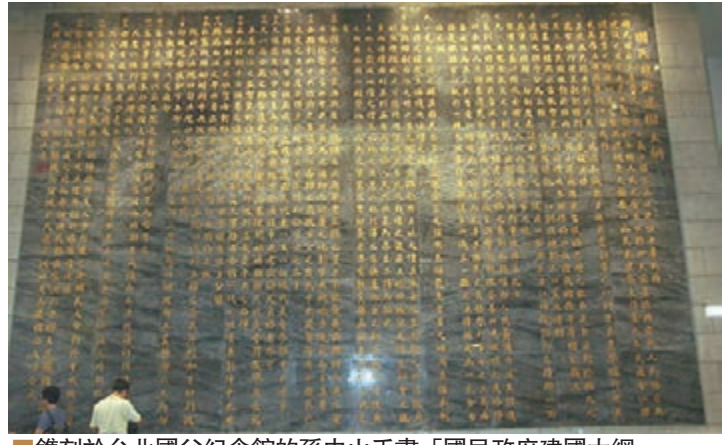
出：「我們可以明白中山先生的主張訓政，只是因為他根本不信任中國人民參政的能力」，「人民需要的訓練是憲法之下的公民生活。政府與黨部諸公需要的訓練是法治之下的政治生活。『先知先覺』的政府諸公必須自己先用憲法來訓練自己，裁制自己，然後可以希望國民走上共和的大路」，「說句老實話，學游泳的人必須先下水，學彈琴的人必須先有琴彈」。

1924年，孫中山發表了《國民政府建國大綱》，進一步提出了軍政、訓政、憲政三階段的演進標準。1925年，中山先生逝世。1928年10月，張學良東北易幟，中國實現了名義上的統一。國民黨中央常委會根據《國民政府建國大綱》，通過並公佈了《中國國民黨訓政綱領》，宣佈中華民國由「軍政」時期進入「訓政」時期。《訓政綱領》的核心要義



即「以黨代政」，明確宣佈由中國國民黨全國代表大會代表國民大會領導國民行使政權。1929年6月，國民政府公佈《中華民國訓政時期臨時約法》。這一系列動作，坐實了「一黨專政」，招致猛烈抨擊。同時，「憲政」目標及與之相關的制憲、行憲等必經步驟，也為後來的國內政治鬥爭埋下了伏筆。

連載⑦



鑄刻於台北國父紀念館的孫中山手書「國民政府建國大綱」。資料圖片



辛亥革命後孫中山（中）被推舉為中華民國臨時大總統。資料圖片