

<<重建从心开始>>

图书基本信息

书名：<<重建从心开始>>

13位ISBN编号：9787030243942

10位ISBN编号：7030243943

出版时间：2009-4

出版时间：史占彪、张侃 科学出版社 (2009-04出版)

作者：史占彪 编

页数：202

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>

## <<重建从心开始>>

### 前言

尽管汶川大地震已经过去快一年了，灾区人民的心灵创伤也在逐渐愈合，但是2008年5月12日带给我们的梦魇总是难以挥去，人们的视线和情感常常被牵引到这个特定时刻和特定事件。

灾区人民从废墟中一路走来心路历程，是心理学家、社会学家、人文学家乃至对地震存有过印象的人们都会密切关注的话题，本书每个主人公的故事不仅是宝贵的“抗震救灾，灾后重建”的历史资料，也是我们凝聚精神，共赴国难，相互扶持，与自然灾害相搏击的文化财富。

同时，从学术探索的角度来看，灾难后心理创伤的愈合过程还是一份宝贵的专业资料，对于挖掘人性、激发潜力具有非常重要的研究价值。

本书出自一线心理援助专家的访谈实录，多数来自灾难深重的北川地区。

书中一篇篇故事是作者们扎根基层，在帐篷区、板房里、田野间、旅途中进行心理援助，与灾区群众近距离接触所获得的原生态印象，心理学工作者的细腻笔触、平和语调和共鸣心态，让这些故事既具有一定的深度，还具有很强的可读性。

本书分别从干部、老人、女性、教师、残障人士和在校生多个角度，展示不同层面人物的悲喜故事。通过阅读本书，您会了解灾区群众内心深处的情感，体会他们波澜壮阔的内心世界，感受他们苦难中的坚持，困惑中的坚定。

书中主人公都是名不见经传的小人物，他们的故事没有被媒体宣传过，但我们掩卷沉思，他们身处平凡之中，精神气魄却彰显出不同凡响的伟大。

书中每个人物的故事都能让您感受到一种平民英雄主义的力量。

在抗震救灾和灾后重建的过程中，灾区群众所表现出来的顽强斗志、不屈不挠、坚韧不拔，以及他们对伤病员的紧急抢救，对身边救援人员的感恩，对政府的理解，他们在困难中坚强的微笑，对未来生活的希望和信心，都令人感动不已。

## <<重建从心开始>>

### 内容概要

《重建从心开始：“我”的地震经历》是在第一线参与5·12震后心理援助的专家与灾区人民的访谈实录，是作者们一年来扎根基层，在帐篷区、板房里、田野间、旅途中进行心理援助，与灾区群众近距离接触所获得的原生态印象。

《重建从心开始：“我”的地震经历》分别从干部、老人、女性、教师、残障人和在校学生多个角度，展示了不同层面人物的悲喜故事。

故事中的主人公都是些名不见经传的小人物，他们身处平凡之中，其精神气魄却彰显不同凡响的伟大和坚强。

<<重建从心开始>>

书籍目录

《中国科学院心理研究所5·12心理援助丛书》序前言第一章 干部篇第一节 向着明亮那方第二节 在艰难中重塑希望第三节 信念铸就未来第二章 老人篇第一节 夜夜寻你第二节 救助英雄刘婆婆第三节 非常马老伯第三章 教师篇第一节 我从堰塞湖上来第二节 我的家园第三节 逝者已逝生者当强第四章 女性篇第一节 一个母亲的故事第二节 小美的故事第三节 缝缝补补的日子第四节 北川依然美丽第五章 儿童篇第一节 可欣的故事第二节 小美女，废墟下的伟大第三节 笑靥如花第四节 一个10岁孩子心中的人生境界第六章 残障人士篇第一节 我们一起携手走过第二节 品味不幸人生第三节 不完美中的完美第四节 风雨后依然怒放的花第七章 学生自述篇第一节 5·12寻亲经历第二节 青春，希望第三节 风雨·彩虹·阳光第四节 见证爱的一天第五节 爱的回忆第六节 幸福是什么第七节 暴雨情深第八节 刻骨铭心的5·12第九节 地震，让我明白第十节 飞向天堂的翅膀第十一节 花谢了还会再开第十二节 最美丽的彩虹后记

## &lt;&lt;重建从心开始&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：第一章 干部篇第一节 向着明亮那方一、初次相识第一次认识徐校长是在西南科技大学的川玉宾馆，我记得是2008年8月11日，因为12日我们要举行“北川中小学骨干教师首期心理辅导培训班”。徐校长带着同事过来为他的北川老师们先踩点。

在绵阳教育科学研究所龚林泉副所长和西南科技大学心理系辛勇教授的引荐下结识了徐校长。

当时对徐校长的印象是身材魁梧，稍显忧郁，看上去精明，但又不乏幽默，浓眉大眼中尽显少数民族特色，用一句时尚的话来说，就是颇有男人味的“性情中人”。

第一次交谈很愉快，他在开班仪式上的讲话也很简明扼要，表达受灾后的感受很有分寸，却也记得随时带给群众希望和信心。

之后，随着经常在一起谈老师谈学生，谈心理和重建，仅仅三个月之后，我们就成了莫逆之交。

11月12日，我们一起出现在“北川心理援助联盟”成立大会上，那一天，我们共同成为北川心理援助的秘书长，更加明确地承担起北川心理援助的责任和使命。

对于心理援助，徐校长是执着而坚定的。

他的理由很充分，只有经过灾难的人们才知道地震带给人的伤痛是如何的深重，活着出来都是金子般可贵，理应过着美好的生活，但是沉重的心灵负荷又与平静美好的生活相去甚远，所以他强调心理辅导，看重心理援助。

二、山崩地裂那一刻回忆2008年5月12日14时28分，徐校长当时觉得，只是顷刻之间，大地发出了怒吼，整个地面强烈地摇晃起来，上下左右不停地颤动，楼房随着强烈的震动顷刻间倒塌。

当时的徐校长被重重地摔在了公路上，身体随着公路的起伏滑了十几米远。

几十秒钟之后，北川县城已经是面目全非，断壁残垣处处可见，到处是哭声和喊声。

## <<重建从心开始>>

### 后记

在和群众深入接触的过程中，我一直在为灾区人民震后的种种表现而赞叹，一直想把他们不平凡的故事告诉更多的人。

在5·12汶川地震一周年来临之际，中国科学院心理研究所危机干预中心拟出版一套丛书，以向社会各界汇报一年来的震后心理援助工作，这促使我的愿望得以实现。

本书的编写者均为参与震后心理援助的志愿者，在写作过程中，他们常常是一边留着泪水，一遍敲着键盘。

很多心理援助志愿者都有一个愿望：到了暑假、寒假、明年、后年，只要有可能，还会来看看这里的人们。

当你初看这本书的时候，你能意识到灾区人民的坚强、勇敢、从容与自信，这是我们感受最为清晰和明确的一部分。

然而当翻开每一页去读那一个个真实的故事时，会体会到主人公的悲伤、留恋、挣扎、茫然和痛苦。在人们失去了家园、失去了亲人、失去了用一生构建的社会支持系统时，没有人能够做到不以物喜，不以己悲。

值得欣慰的是，故事中的主人公并没有因为地震出现严重的心理障碍，并不需要系统的专业心理治疗，但是地震给他们带来的内心伤痛深重而持久，一时难于愈合，因此他们同样需要理解和陪伴，需要心理支持和心理关怀。

毕竟广义的心理援助除了传统的药物治疗、心理治疗之外，还需要包含心理辅导、社会工作、心理支持等形式的人文关怀。

本书的完成，有赖于在中国科学院心理研究所5·12心理援助行动的平台，心理援助志愿者的无私奉献，还有赖于灾区群众对心理学工作者的认同和接纳。

灾区干群对心理学工作者的信任、理解与支持，让我们更加明确了长期参与灾区心理援助工作的意义和价值，并且充满信心。

<<重建从心开始>>

编辑推荐

《重建从心开始：“我”的地震经历》是中国科学院心理研究所5·12心理援助丛书之一。

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>