

消费探照灯  
父母“心”事

# 起底心理咨询乱象，专家支招辨真伪

羊城晚报记者 吴珊

近几年，短视频、直播平台出现了大量心理健康内容，一些机构甚至把“心理咨询”包装成“听课卖课”，涉嫌夸大效果，吸引家长买单。近日，羊城晚报刊发《父母“心”事》系列报道，聚焦心理咨询消费陷阱。报道刊发后，有家长反馈，面对形形色色的心理咨询，不知该如何选择。对此，记者采访了中山大学心理学博士、清华大学社会心理服务认证导师张桂萍。张桂萍具有多年心理咨询指导经验。

需要提醒的是，家长们要特别警惕所谓“保证疗效”“一次性解决问题”“名师亲自指导”等宣传，实际可能只是录播课，并无真实互动。正规的心理咨询师或心理咨询机构，通常不会做出此类保证。在购买服务前，可借助企查查、天眼查等平台，查证机构资质。同时，家长还要问清楚服务形式。比如，是否为真正的“一对一”专业咨询。



张桂萍 图/受访者提供

由心理咨询专业人员对求助者进行个性化的心理支持。

在具体操作中，咨询师通常会根据求助者的情况调整方向，进行互动，一步步理清头绪。而现在某些网络平台上的商家打着“心理咨询”的旗号卖录播课、团体课，这些则更多是普及心理知识，或者给家长们讲育儿理念，不能替代专业咨询。

张桂萍建议，在购买相关服务时，要问清楚到底是“一对一”专业咨询还是泛泛的“听课”，又或者是团体干预。三者差别较大，效果自然不同。

## 钱花了为啥没效果？

记者调查发现，对于心理咨询机构的投诉，问题主要集中在“没效果”，甚至咨询后孩子心理问题更严重了。比如，张美芳的外甥被指导后，重回“黑白颠倒”状态。李华的女儿，又拿起手机，进入不良群聊模式。

“一个正规心理咨询机构不太可能做出类似效果承诺。”张桂萍解释说，一方面，心理咨询并非一蹴而就，需要经历一个过程。另一方面，心理咨询的效果一定程度上取决于求助者的依从性和配合性。如果求助者对咨询师不认可或者咨询方法不适合，效果也会打折。心理咨询技术和方法很重要，但更重要的是咨访关系。“咨询师只是黑夜里陪求助者走路的掌灯人，这条路求助者愿不愿意勇敢向前走，取决于其决心和配合度。”

据了解，心理健康问题的形成都不是“突然发生”，治疗和调适也需要渐

进过程。张桂萍提醒，如果家长遇到类似效果承诺，不妨要求对方在合同中约定，一旦出现问题，有助于维护消费者权益。

## 如何正确挑选心理服务？

记者走访发现，心理咨询需求旺盛，一些问题家庭，甚至把此视作“刚需”。不过，在挑选服务时，家长常常因缺乏经验无所适从。

对于如何辨别专业的心理咨询师和服务，张桂萍提到了心理咨询师资质。记者调查发现，目前市面上一些心理咨询机构的心理咨询师，不少处于“无证上岗”状态或者只有“心理咨询师”证，没有专业受训背景。

“心理问题很复杂，只是考个证的话，常常无法更好地服务求助者。”对于心理咨询师而言，除证书外，学历背景、受过何种培训，是否有临床经验也很重要。张桂萍透露，虽然从业多年，其仍不断参加各类培训和学

习。“一些优秀的咨询师，单是学习费用也是相当大一笔支出，可能高达几十万元。”

她还提醒，要看服务流程是否正规。比如，合同签订、隐私保护、咨询过程等是否有计划和记录。

## 是否值得买上万元服务？

为了让孩子尽快走出心理阴霾，王进富不惜贷款购买服务，让本不富裕的家庭雪上加霜。对此，张桂萍表示并不支持：“如果家里经济条件不好，贷款可能又成为新的心理问题来源。”

她还提到，一些社区、学校、公益机构也有免费或低价的心理支持资源，可以考虑作为心理咨询的起点。此外，也可以拨打全国免费心理求助热线12356，确认孩子的问题是否属于心理问题范畴，还可以请学校心理老师或专业医生推荐靠谱渠道。

(王进富、张美芳、李华均为化名)

## 【相关链接】

## 三个关键点！选择靠谱咨询师

去陌生机构做心理咨询前，可先对照以下三点：

一是要求对方提供心理咨询师资格证书原件。

二是要求对方提供接受培训的简

历背景，查看对方是否有接受过系统性的培训，比如两年以上的培训。

三是看对方的咨询个案时长，有无被督导的经历。

(吴珊)

# 幸运爆棚！湛江彩民10元单式票中双色球616万元

羊城晚报记者 黄颖琳 通讯员 黄琳琳 插图 采采

记者从湛江市福彩中心获悉，8月14日，中国福利彩票双色球游戏第2025093期开奖。当期全国共中出一等奖12注，其中一注花落湛江廉江市安铺镇人民大道16号44150461福彩销售站点。中奖彩票为一张10元单式票，中奖奖金616万元。

8月19日上午，幸运儿李先生来到湛江市福彩中心办理兑奖手续。谈及购彩经历，他笑着说：“购买福利彩票对我来说，早已是日常

休闲娱乐的方式之一，更是参与公益的一种途径。我始终坚持理性购彩，真没想到这次能被幸运女神眷顾！”

李先生平时喜欢购买双色球，偶尔会买几注快乐8。此次中得大奖的这组号码，正是他的“心水号码”，已经守号一段时间。当问及中奖奖金的使用，李先生表示，会与家人一起好好商量、妥善规划，今后会继续支持福利彩票，为福彩公益事业献爱心。

坚守公益初心，汇聚爱心力量。每一张福利彩票，承载着购彩者的爱心，肩负公益使命。中国福利彩票为社会福利和公益事业而生，以筹集公益资金为目的，所募集的福彩公益金全部上缴财政，主要用于补充全国社会保障基金、支持教育助教助学、发展残疾人事业、困难群体大病救助、补助城乡医疗救助基金以及扶贫等社会公益事业；重点用于老年人、残疾人、孤儿、留守儿童、困难群众等社会福利事业。



今日吉字：润

今日吉时：辰时、午时、戌时

今日吉数：03、10、29

今日吉肖：鼠、牛、龙、蛇、猴、鸡

(源源)

## 大号活跃 和值回升

——析福彩玩法走势

双色球：10、11、19、29、30、32

后区：02、05、14。

福彩3D：02、05、08。(源源)



## 公交车上(下)

插图：采采

中年人一边往老者那边挤，一边自信地说：“我钱包里除了钱，还有一张彩票！”

老者打开钱包查看，果然如此。周围乘客议论起来：“没错，是彩票，这位大哥说对了，他应该是失主！”

老者依旧精明：“你说的是你的，那能说出买彩票的具体地址吗？”

说话间，中年人挤到老者跟前，面带微笑地回答：“兴安东路五号！”

“没错呀！”站在老者跟前的乘客看着彩票下方的地址，“就是这个地址，大哥说对了！”

“等一下！”就在老者要递上钱包时，李伟上前阻拦：“你好，请问这彩票是你买的吗？”得到肯定答复后，他又接着问：“那你能说清彩票店对面是啥建筑？店主是男是女？”

从上车起，李伟就一直站在中年人旁边。老者捡到钱包时，中年人一直伸长脖子张望，他个子高、距离近，估计早把钱包里的东西看得一清二楚。

中年人不再说话，默默往后门挪动。下车时还回头瞪了李伟一眼。

等车重新启动后，李伟对老者说：“那个投注站就在我家附近，我是老彩民，常去那儿买彩票。您还是把钱交给司机吧，这样更稳妥。下午我去趟投注站，丢彩票的或许也是老彩民，可以让店主想办法通知他去调站领钱包……”(魏青锋)

没错呀！就是这个地址，大哥说对了……



## 祝福广场

锦洲广告：020-87566523, 13622244208

## 结婚启事

2025年9月9日 农历乙巳年七月十八



李佩与陈皓峰，历经春秋九载，决定共同书写人生新篇章。自2025年9月9日起，我们将以婚姻为舟，共渡人海，彼此为盟，互为灯塔。此证不仅是爱情的注脚，更是两个独立灵魂选择的深度合作。感谢岁月厚待，亲友见证。也愿天下有情人，皆能忠于自我，勇敢去爱。

爱的表白 · 幸福宣言  
· 生日祝福 · 周年纪念  
· 节日祝贺 · 毕业纪念

## 彩票开奖公告栏

开奖时间：2025年9月8日

广东省体育彩票中心 广东省福利彩票发行中心 授权发布

### 快乐8 第2025241期

本期全国投注总额：108904736元  
广东省投注额：10536186元(未计深圳市)

Table with 13 columns: 07, 20, 53, 03, 75, 18, 12, 68, 37, 47, 63, 16, 48, 28, 69, 13, 61, 80, 50, 76

Table with 4 columns: 奖等, 每注金额(元), 奖等, 每注金额(元). Lists various prize levels and amounts.

选十销售额:13561426元,非选十销售额:95343310元;中奖总额:55777480元;下期选十奖池累计金额:66996965.15元,下期共用奖池累计金额:30000000元。

### 3D 第2025241期

Table with 4 columns: 百位, 十位, 个位. Lists winning numbers and prize amounts for 3D.

本期销售额:3826932元;本期中奖总金额:1679435元;奖池金额:11424208元。兑奖期限:自开奖之日起60个自然日内,逾期未兑视为弃奖,弃奖奖金纳入彩票公益金。

### 排列3排列5 第25241期

Table with 4 columns: 排列3, 排列5. Lists winning numbers and prize amounts for 3D and 5D.

23366278.60元奖金滚入下期排列3奖池。17492444.148元奖金滚入下期排列5奖池。本期兑奖截止日为2025年11月7日,逾期作弃奖处理。

### 超级大乐透 第25103期

Table with 2 columns: 前区号码, 后区号码. Lists winning numbers and prize amounts for Super Lotto.

本期全国销售金额:310233728元。1180433357.59元奖金滚入下期奖池。本期兑奖截止日为2025年11月7日,逾期作弃奖处理。

## 国家税务总局隆化县税务局 送达税务文书公告

受送达人:陈春艳、初单萍、傅谦、梁伟超、梁文富、肖媚、肖正根、谢护东、卓施敏、陈华玲、姜慧芳、李梅、李艳、刘超、袁珍汛、王岩、张育良、刘侠、肖炼(以上系原承德光极企业管理咨询有限公司(有限合伙)、承德柏达企业管理咨询有限公司(有限合伙)、隆化丰极企业管理咨询有限公司(有限合伙)合伙人。)

依据《中华人民共和国税收征收管理法实施细则》第一百零六条,特公告送达税务文书,对你少缴2020年度、2021年度个人所得税依法进行追缴。(具体文书扫描二维码领取)。请到你所在国家税务总局隆化县税务局安州街办公区领取上述文书原件,并按照文书要求履行相关义务。逾期未领取的,自本公告之日起满30日,即视为送达。

特此公告  
国家税务总局  
隆化县税务局  
2025年9月9日

