

<<青少年心理障碍的防疗处方>>

图书基本信息

书名：<<青少年心理障碍的防疗处方>>

13位ISBN编号：9787544030267

10位ISBN编号：7544030261

出版时间：2006-2

出版时间：山西教育出版社

作者：卫亚莉

页数：231

字数：196000

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>

## <<青少年心理障碍的防疗处方>>

### 内容概要

一套青少年心理障碍的全景解密档案，一把打开心锁、促进沟通的神奇钥匙，一份挑战困境、完美人格的精神套餐，一道战胜心魔、重塑健康的精妙处方。

《青少年心理障碍的防疗处方》以个案的形式，清晰地揭示了青少年心理症结错综复杂的演绎过程，为广大青少年认识自我的各种心理问题和困惑，获取自我调节和预防的心理学专业知识和提高心理障碍的免疫力提供了多种专业手段，也为家庭、学校和社会预防青少年心理问题和障碍提供了具有理论性、科学性和实用性的专业参考和帮助。

看金色阳光心理健康辅导丛书，探访心灵的奥秘和神奇，获取战胜心魔、重塑健康的非常处方！

## <<青少年心理障碍的防疗处方>>

### 作者简介

卫亚莉(女), 副教授, 著名高级心理治疗师和亲子关系心理学专家。

德中心理治疗研究院高级心理治疗师连续培养项目毕业。

现任《医学心理指导》杂志编委, 北京树人天地教育研究所特聘国家级教育顾问, 长城经济广播“爸爸妈妈时间”和多档电视节目的特邀嘉宾。

作者开办了我国大陆地区第一代心理治疗门诊, 近十年间接待和诊治数千名各类心理障碍的来访者, 擅长于青少年心理咨询、亲子关系辅导、婚姻咨询和各种神经症的认知行为治疗、催眠治疗和系统家庭治疗等多种心理疗法。

作者在繁忙的临床心理治疗工作、之余, 非常热心心理学的科普事业, 在大中小学、医院、图书馆、科技馆以及媒体上作专题讲座和报告百余场, 并创办了心理网站“亚莉心理绿洲

”(www.yalepsycho.com)。

作者发表心理学科普文章和咨询/治疗手记500余篇, 并出版有《好父母, 坏父母?亲子关系沟通技巧》、《好孩子, 坏孩子?亲子关系成功技巧》、《心病探秘》以及《心理放松自助疗法》等著作。

其中

## <<青少年心理障碍的防疗处方>>

### 书籍目录

#### 前言

#### 1 砸碎哈哈镜

心理自助教室：艾里克森心理社会期发展论

#### 2 尖子生遭遇“恐学障碍”

心理自助教室：3 - 4岁幼儿心理健康测试问卷

#### 3 宝贝儿子和“垃圾宝贝”

心理自助教室：4 - 5岁幼儿心理健康问卷

#### 4 童年性游戏，几多悔恨几多痛

心理自助教室：5~6岁儿童健康问卷

#### 5 战胜心魔，重沐校园的阳光

心理自助教室：小学生心理健康的标准

小学生心理健康综合测量

#### 6 我的咽喉怎么了？

心理自助教室：小学生学习适应性测量

#### 7 走出老师的阴影

心理自助教室：中学生心理健康标准

师生关系测验问卷

#### 8 奇怪的睡病

心理自助教室：中学生心理健康综合测量

#### 9 他要与母亲同归于尽

心理自助教室：中学生社会成熟程度测量

#### 10 考试,我人生难逃的劫难

心理自助教室：中学生人际关系测量

大学生人际关系和谐性测量

#### 后记

## &lt;&lt;青少年心理障碍的防疗处方&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘1 / 砸碎哈哈镜 心理治疗全景真实再现 妮妮是某省一重点中学的高一学生，从小学到初中，她一直是班里乃至年级的学习尖子，她是那种不需要妈妈操心的孩子，特别要强，而且是个特别爱学习的好女孩。

可是进入高一后，她的情况完全变了，学习成绩不断下滑，而且对上学发生了很强烈的抵触和恐惧心理，新学期开学前三天，她就整夜失眠，害怕即将到来的充满竞争的学习。

当她在妈妈的陪伴下辗转千里来到我的心理门诊求助时，她已经有一个月没有去上学了，母女俩对此都是心急如焚。

一见到我，妮妮就扑到我的怀里，嚤嚤地哭了起来，我抱紧了她，轻轻地拍着她的肩膀，让她尽情地把无助和恐惧的情绪宣泄掉。

在此前的电话中我已经知道了她的一些情况，她的问题持续存在一两年了，而且曾经到当地的精神科就诊，服用了半年的抗抑郁药，改善得不很理想，使她和她妈妈对她的病情比较担忧。

她扎着两个小辫子，眼睛又黑又亮，镶嵌在一张精致的瓜子脸上，给人一种稚气未脱的纯真和可爱。

让我感觉难过和心痛的是，这个花季年龄又有着花蕾一样娇嫩容颜的女孩，却完全看不到花儿绽放的灿烂，眉头被浓浓的愁云紧锁。

小学，她不得满分就誓不罢休 她的家庭本来挺温馨的，妈妈特别勤劳善良，爸爸是一个工人，没有多少文化，但很爱她，对她充满了期望，经常说：“等你考上大学，爸爸要亲自送你到学校门口，看着你走进大学的校门。

”但不幸的是，她刚上小学那年，爸爸得了重病，医治无效，很快离开了她和妈妈。

爸爸突然离去，这个打击的沉重分量她是慢慢才体会到的。

妈妈很坚强，擦干眼泪独自挑起了抚养培育她成人的重担。

为了让她过上温饱的日子，妈妈主动办了内退，经营了一家小小的饺子馆，起早贪黑地劳作不停。

她很心疼妈妈，有一次星期天她执意到店里帮妈妈干活，被妈妈骂了出来，妈妈说：“我累死累活都不会让你动一指头，你千万别忘了爸爸还有我对你的期望，你如果不好好学习，对不起我，更对不起你死去的爸爸。

”那天，她是哭着回家的，妈妈的话，让还幼小的她意识到了自己肩膀上担负的责任。

原来她的学习成绩就很好，从那天以后，她上课时注意力更加集中，完成作业更认真，老师上课提问，她经常主动举手回答问题，因此老师们对她的印象特别好，都知道她是个爱学习的好学生。

在小学三年级有一次考数学，她考了98分，是全班第一名，她很高兴地回去告诉妈妈，不料妈妈却责问她：为什么不考满分？她当时满心的欢喜化为乌有。

从此，只要没考满分，她就会自责不已，但是她居然做到了每次数学考试都是满分。

老师的赞许，妈妈的笑脸，同学的羡慕，使她在不自觉中痴迷于对分数和排名的追逐，但那时，学习带来的自信和快乐，激发了她强烈的学习兴趣和上进心，她和妈妈都没有意识到这种心理有什么问题。

P3-5

## <<青少年心理障碍的防疗处方>>

### 编辑推荐

一套青少年心理障碍的全景解密档案，一把打开心锁、促进沟通的神奇钥匙，一份挑战困境、完美人格的精神套餐，一道战胜心魔、重塑健康的精妙处方。

本书以个案的形式，清晰地揭示了青少年心理症结错综复杂的演绎过程，为广大青少年认识自我的各种心理问题和困惑，获取自我调节和预防的心理学专业知识，提高心理障碍的免疫力提供了多种专业手段，也为家庭、学校和社会预防青少年心理问题和障碍提供了具有理论性、科学性和实用性的专业参考和帮助。

看金色阳光心理健康辅导丛书，探访心灵的奥秘和神奇，获取战胜心魔、重塑健康的非常处方！

<<青少年心理障碍的防疗处方>>

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>