

<<心理门诊>>

图书基本信息

书名：<<心理门诊>>

13位ISBN编号：9787802133792

10位ISBN编号：7802133793

出版时间：2007-5

出版时间：海潮出版社

作者：朱月龙

页数：240

字数：230000

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>

## <<心理门诊>>

### 内容概要

细耳聆听专家讲述 迅速掌握心灵攻略 心理治疗与牙科检查、体格检查、或汽车发动机更换机油之类的事，没有什么不同。

生活中，很多人因为“忽视”自己的问题和症状，而对自己的生活产生很坏的影响和破坏。

而且这些问题往往会出现在生活的重大领域，如爱、工作和自尊，有时程度严重，以至使人失去与自己的情感、目标、自己的真正生活意义的接触，这时人就只是生存着，而不是真实地活着。

## <<心理门诊>>

### 作者简介

朱月龙，1965年生，1989年获得浙江大学心理学硕士学位，2005年在浙江大学攻读博士学位。现任苏州大学心理学系副教授，硕士生导师，应用心理研究所副所长。

朱月龙教授的教学深受学生的欢迎，另外在学术研究、写作方面也卓有成就。其主要研究方向为学生心理健康教育

## 书籍目录

第一章 心理疾病从何而来 心理疾病的生理基础 心理应激机制 心理动力与内部冲突 不良学习自我实现受阻 社会文化失调第二章 如何发现心理疾病 心理异常的判断 感知障碍 意识障碍 记忆障碍 思维障碍 情绪情感障碍 意志行为障碍第三章 心理治疗方法 心理治疗概述 精神支持疗法 认知治疗 行为疗法概述 行为治疗之系统脱敏法 行为治疗之满灌疗法 行为治疗之厌恶疗法 行为治疗之强化疗法 行为治疗之生物反馈法 询者中心疗法 森田疗法 精神分析法 暗示疗法与催眠技术第四章 轻度心理疾病的诊疗 神经症的诊断 神经衰弱症 焦虑性神经症 抑郁性神经症 恐怖性神经症 强迫性神经症 疑病性神经症 癔症第五章 心身疾病的诊疗 心身联系与躯体化障碍 心理因素与疼痛 循环系统心身疾病 呼吸系统心身疾病 神经系统心身疾病 睡眠障碍 内分泌系统心身疾病 消化系统心身疾病 皮肤科心身疾病 眼科心身疾病 耳鼻喉科心身疾病 妇科心身疾病 病患的心理护理第六章 人格障碍的诊疗 人格障碍的诊断 反社会型人格障碍 偏执型人格障碍 强迫型人格障碍 回避型人格障碍 攻击型人格障碍 表演型人格障碍 依赖型人格障碍 自恋型人格障碍 分裂样人格障碍 循环型人格障碍 边缘性人格障碍 变态人格评鉴第七章 重性精神病的诊疗 精神分裂症 躁狂抑郁症 脑器质性精神障碍和躯体疾病所致的精神障碍第八章 戒断瘾癖行为 成瘾行为与心理依赖 毒瘾戒断 药物依赖 酒瘾戒断 烟草戒断 形形色色的瘾癖行为 赌博戒断 网络成瘾症 工作狂与购物狂 异食癖与暴食症 消除洁癖第九章 品行障碍的早期预防 儿童品行障碍 道德的早期发展 攻击行为/ 说谎 违拗与不服从 逃学与离家出走 偷窃 青少年罪错的心理学因素 儿童品行障碍测定第十章 自杀干预 什么是自杀 自杀行为的心理学阐释 自杀的现场干预 自杀者的心理治疗第十一章 智力发育障碍的诊治 智力与智商测试 智能迟缓与学习能力障碍 老年痴呆症

## 章节摘录

**精神支持疗法** 人们在遭受挫折及环境所加予的严重压力或灾难后,会产生焦虑、紧张、知觉过敏、表情不自然、注意力难集中、小动作增多等心理改变。

同时还可有一系列的生理表现。

精神支持疗法主要是医生在与患者诊疗交往过程中对其产生良性影响,就患者“阻塞”的病理心理状态进行疏通引导,使之能畅通无阻。

其内容一般为对不同患者或同一患者不同的病情阶段,采用劝导、保证、启发、鼓励、说服等方式帮助患者分析和认识他所面临的问题,来激励、鼓舞患者的自我领悟,消除思想顾虑和紧张,增强治疗信心,减轻或消除疾病所带来的痛苦,促进健康的恢复。

精神支持疗法的适应症为: 短期内遭受挫折或严重的灾难,以致产生抑郁、焦虑、惶惑不安、苦闷、紧张的患者。

环境中长期存在矛盾、紧张或压抑,致使内心抑郁不安、心境不佳、感到前途渺茫,甚至产生消极观念的患者。

患有各种躯体疾病,对疾病本质不了解,以致顾虑重重、消极悲观或长期治疗不愈,对治疗信心不足,甚至对医务人员产生抱怨、抵触情绪的患者。

患有各种心身疾病,对疾病疑惧,而在治疗中又必须解决其消极心理的患者和患躯体疾病同时存在有心理紧张状态、焦虑、抑郁的患者。

各类神经症患者,通常首先要进行支持性心理治疗。

在心理紧张状态下,人们经常通过心理平衡调节系统,采取一系列的摆脱方法驱除紧张。

有时心理紧张状态特别严重,超出了心理调节平衡系统调整的能力,因而就可能产生疾病。

产生疾病后患者毫无例外地一方面焦虑、担心、恐惧,一方面又希望疾病能很快治好。

这时,要通过精神支持。

增强患者心理平衡调节系统的机能,增强对心理紧张状态的承受力。

指导患者采取正确的摆脱心理紧张状态的方法,以克服病理性的、不正确的方法。

精神支持疗法不论采用个别交谈或集体治疗的形式,都是医生应用言语作为治疗的手段。

医生用包含特定内容与技巧的言语说明患者所产生的心理紧张状态的前因后果,或疾病的来龙去脉,以及治疗的方法等时,往往能平复他们的心理紧张。

医生再用言语支持患者内心所存在的正常的欲望、要求、思想及相应的行为,就能促使患者克服那些错误的、有害的心理与行为,树立起正确的态度和对疾病治愈的信心,从而达到治疗的目的。

精神支持疗法提供的支持主要有下述几个方面:解释、鼓励、保证、指导。

这些方面虽然可以在概念上加以区分,但实际治疗中却是互相密切联系着起作用的。

病人一般会有程度不同的不安全感。

不安全感本身对患者构成一种新的危害,它可以破坏患者稳定而愉快的心情,造成焦虑、疑虑和恐惧,乃至躯体生理、病理活动的相应变化。

解释就是使患者承认现实,尽快进入患者角色,从而为康复奠定一个良好的基础。

不良的心情往往造成患者机体功能的紊乱,阻碍疾病的康复,它还使自我感觉恶化,或使疼痛加剧。

解释不同于安慰,应该注意面对现实。

虚假地掩饰事实会埋下隐患。

疾病可以妨碍一个人执行其社会功能,如工作、学习、社交和操持家务等,这在慢性病患者身上尤其突出。

截肢或生殖器官手术可以导致严重的自我价值的贬值,使人丧失自信和悲观失望。

对于这些患者,精神支持在于帮助他们看到自己的才能和潜力,鼓励和指导他们循序渐进以达到某种目标。

大多数慢性病患者需要长期的经常的鼓励,结合生活或疗养中的具体处境和实际问题给予鼓励最为有效。

含糊笼统的鼓励作用不大。

## &lt;&lt;心理门诊&gt;&gt;

医生可以用自己的经验或患者过去成功的实例进行鼓励。

不要鼓励患者去做他实际上办不到的事，这样的鼓励可能起相反的作用，即挫伤患者的积极性。降低患者的自信心。

保证就是要帮助患者正确认识自己，解除那些不必要的疑虑。

临床上确有因病情严重而不易治好的病例。

但大多数患者的病并没有达到危及生命的程度，特别是患心身疾病时更是如此。

这时以医生的身份给予患者一定的保证，对于恢复患者的良好情绪及自信，都是十分重要的。

在这种情况下，要解除患者的疑虑，医生必须对患者进行全面细致的检查，防止因工作的疏忽而贻误病情造成患者不应该有的痛苦。

心身疾病患者因为自身出现的症状与病变往往使自己陷入极度痛苦之中，以至不能自拔，进而导致精神上的不安定和抑郁。

而这种状况的发生又是与患者个性特征分不开的。

所以，及时地从心理上给患者以支持、安慰与鼓励，就能使患者正确认识疾病，相信自身存在着战胜疾病的潜在力量，从而增强信心，取得与疾病斗争的主动权。

**认知治疗** 认知治疗（cognitive therapy）是根据认知过程影响情感和行为的理论假设，通过认知学习和行为技术来改变患者不良认知与行为的一类方法。由于文化、知识水平及周围环境背景的差异，人们对问题往往有不同的理解和认知，滋生不同的情绪，从而影响人的行为反应。

个体的非适应性或非功能性心理与行为，常常是受不正确的扭曲的认知影响而产生的，如果更改或修正其扭曲的认知，则可改善心理与行为。

认知治疗的主要着眼点，放在患者非功能性的认知问题上，企图通过改变患者对己、对人或对事的看法与态度来改变并改善所呈现的心理问题，更改或修正扭曲的认知而不是适应不良的行为。

认知治疗的适应症为：轻度至中度抑郁症，尤其是内因性抑郁症。

广泛性焦虑症、强迫症、恐怖症等神经症。

偏头痛等心身疾病。

多动性行为障碍、冲动性行为等行为问题。

<<心理门诊>>

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>