

<<按摩心灵>>

图书基本信息

书名：<<按摩心灵>>

13位ISBN编号：9787806891896

10位ISBN编号：7806891897

出版时间：2004-4

出版时间：珠海出版社

作者：周绍辉

页数：323

字数：233000

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>

<<按摩心灵>>

内容概要

按摩心灵 你是否抑郁过度 你是否焦躁不安 你是否失眠多虑 你是否孤独自闭 你的性功能是否出了问题 你的情绪是否难以控制..... 本书是一把开启心智的钥匙, 一剂抚慰心灵的良方。 阅读本书, 你将拥有一颗健康, 明静的心灵, 达观处世, 笑对人生。

<<按摩心灵>>

书籍目录

自序：我当心理医生的前前后后 神经症及疾病咨询纪实 抑郁症。 抑郁症目前称为情感障碍或心理障碍，是以情感或心境改变为主要特征的疾病。

表现为情绪低落、思维迟缓或意志消沉。

千万要记住的是：热爱生活，热爱自己，接纳自己，你就会从生活中焕发出无穷无尽的激情，意气风发地扬起生命的风帆，驰骋在人生的海洋里。

如何对付“可畏的人言” 在忍耐中一切都会过去。 神经衰弱的治疗体会 请不要拿抑郁症患者开心 今天是个好日子 与抑郁症拼搏的女学生 焦虑症(包括恐怖症等) 焦虑、紧张、魂不守舍……

预防与治疗就是两动：运动与活动。

“山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村：” 飞机票已经买好 登台演出之前的咨询 为篮球中锋治疗 动物恐怖症 “不必花去那笔冤枉钱” 达观医焦虑 社交恐怖症治疗一例 跨越狼狽 ——寄语社交恐惧症患者 强迫症 强迫症患者始终担心一些生活中反复的思维及行为，生活在永远拿不定主意的选择当中。

过好今天 “我现在可以去跳舞了” 我摔破了茶杯，他却痊愈了 为某大学生治疗强迫思虑症 疑病症 疑病症现在称为躯体形式障碍。

其特点是：不相信医生、不相信诊断，就是认为自己患上了某种疾病。

“不到黄河心不死”，而且“到了黄河心还不死”。

怪病不怪 直觉有时是错觉 掘墓取尸引起的臆想症 精神分裂症 精神分裂症的临床表现是思维联想情感以及意志行为障碍，表现为思维离奇荒诞错乱，情感淡漠倒错，行为退缩、被动、懒散、违拗、孤僻，出现幻觉、幻听、幻视、妄想等等。

最大的特点是有了上述症状他们也不承认自己有病。

我借巫婆治好了他的精神分裂症 “第三者”引起的心因性精神病 半疯对全疯假疯对真疯 ——治疗精神分裂症的一个体会 别为罪犯或精神病患者开脱 危机干预 危机可能带来厄运，但危机又是生命的转折点。

干预是必要的。

不干预，危机危及生命；干预，危机出现转机。

干预需要冷静，干预需要智慧，干预需要勇气。

“基度山伯爵计划”被中止 学会“挨打” ——如何对付挫折 紧急救援 ——请不要自己对自己4 已军 自杀咨询中的淡化原则 有器质性疾病 心理可以引起疾病，疾病同样影响心理。

世上的事情往往是 枉辅相成的。

溃疡病人需要心理调节 应该为这个诊断高兴 结果截然相反的两个患者 ——当你的老父母患病时 如何探望病人 小孩住院时，你想过这些问题吗 心理作用及其他 心态决定一切。

不同的心态决定不同的结果。

“色盲”痊愈的秘密 安慰剂使他酣然入睡 我开的药为什么病人吃了就“灵” 更年期综合征的预防要从姑娘开始 从病友恳谈会看心理疾病的特点 交友的“门道” ——如何与别人相处 生活、学习、工作咨询纪实 人与世 ——做你害怕做的，害怕就会消失。

当你“跨越狼狽”之后，你就会深刻理解俄罗斯大诗人普希金的感叹：“上帝本没给人幸福，习惯 ——就是他赏赐的礼物。”

“人善人欺天不欺人恶人十白天不十旷” 周绍辉，百分之百正确” 考试不及格有什么关系 如何对待成绩下降 独生子女的苦闷 心理医生吃闭门羹 来自香港的感谢信 “广寒宫”里的苦恼 失去丈夫之后 为晚期癌症患者的亲属咨询 退休之后 挫折，恰恰使你再创辉煌 “千金买房，万金买邻” ——为母亲咨询 百无聊赖也是一种病 为偷东西的大学生咨询 你的咨询为什么常常自相矛盾 剖析算命先生 心理医生受骗 志与趣 没有坚强的意志，没法活下去；没有广泛的兴趣，活着没意思。

我为你的苦恼祝贺 关于“正常人”的对话 关于“健康人”的咨询 我不打算说服你 理想在挫折中闪烁 你为什么这么乐观 有人压你怎么办 哀莫大于心死 记忆力强弱之谜 哪一种性格最好 为一位被强奸少女·的书信咨询 爱与性 爱情是人类永恒的主题，性也同样是人类永恒的主题。

<<按摩心灵>>

爱情使人年轻，使人充满活力，也同时充满魅力。

性伴随着人的一生，是健康的晴雨表，性的要求得到满足的人，爱意更浓。

“唏嘘花”与“鲁蛮汉”的网恋 涉入爱河的少女 坠入爱河的少男 如何对待“挖墙脚” 靠“征婚启事”能成功吗 自重。

巴!姑娘 “阿米尔，冲!” 从“闪电式婚姻”到“胡子工程” 我支持你们离婚 离婚之后 木子美现象咨询 关于性咨询的随想 婚前性的自我调节 手淫不是丑病 手淫与犯罪 “阳痿”之谜 不必为“阴茎过小”担心 未婚先孕之后 早泄风波 “撞红”之后 家庭纠纷与性生活 怀孕要讲究最佳效益 我为同性恋咨询 面对着欲火熊熊的丈夫我该怎么办 后记：人格就是力量。

<<按摩心灵>>

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>