

<<让爱一路陪伴>>

图书基本信息

书名：<<让爱一路陪伴>>

13位ISBN编号：9787300093536

10位ISBN编号：7300093531

出版时间：2008-5

出版时间：中国人民大学出版社

作者：王晓菁 编

页数：117

字数：83700

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>

<<让爱一路陪伴>>

前言

公元2008年5月12日四川省汶川大地震像是唤也唤不醒的噩梦，接连不断的余震更使得惊险画面一再出现，一再重创我们的心这场梦让我们失去了许多，我们也不断在其中嘶喊着、煎熬着，但这终究是一场要醒来的梦！

这次地震灾害，对大多数身在地震灾区的人而言，无疑是个梦魇，许多人在一瞬间就得面临完全不一样的人生。

亲人遇难，家园被毁，甚至自己也在灾难中受伤.....在这样的伤痛中，除了要好好安顿自己的衣食住行之外，如何调适好自己的心理帮助亲友治疗心理的创伤，也是不可忽视的议题。

因为，在重大灾难之后，人们从危险的环境中逃离出来，来到较为安全的地方开始新的生活，这往往也是人们需要面对的漫长痛苦的开始。

<<让爱一路陪伴>>

内容概要

当突如其来的灾难发生时，我们应该怎么办？

除了灾难带来的生理创伤，更严重、更长久的伤害，在我们内心。

无论是专业人员想帮助那些受创的心灵，还是伤心的人们自助，都需要心理学专业的指导。

这本小册子就是为那些遭受灾害的人们抚平心灵的创伤而编写的。

书中汇集了心理救助方面的一些技巧和方法，希望能够对灾区民众以及心理救助人员有所帮助。

<<让爱一路陪伴>>

书籍目录

第一部分 地震后我该怎么办 成人篇 什么是创伤 经历创伤,我们会怎么样 什么是哀痛,哀痛会如何发展 对于哀痛的误解和正确的态度 哪些哀痛者需要向专业人员求助 儿童和青少年篇 地震带给孩子的直接影响 地震带给孩子的间接影响 灾后儿童、青少年常见的行为表现与情绪困扰 哪些孩子最需要帮助 为什么心理救援人员要找出“高危”的孩子 “高危”的孩子就一定会出现心理问题吗第二部分 我要帮助自己 我经历了那可怕的一刻 我成了世界上最孤单的那个小孩第三部分 我要帮助别人 我是家长,我要帮助我的孩子 我是老师,我要帮助我的学生 我要帮助我的朋友和邻居 我是志愿者,我要帮助受灾的朋友 如何帮助丧亲的成年人 如何帮助丧亲的孩子第四部分 保护自己帮助别人 战士、医护人员、政府官员和新闻记者篇 救助人员如何识别替代性创伤 心理救助者篇 心理救援者如何察觉自我状况

<<让爱一路陪伴>>

章节摘录

如何以科学的态度和方法，来帮助自己或亲友走过这段内心痛苦的旅程，是我们要学习的功课。

你还记得我们的朋友琪琪吗？

自从她的母亲去世以后她心里一直非常混乱，她的奶奶告诉她，她会与妈妈在天堂相见，所以琪琪一直等，她看着天空却没有看见妈妈。

琪琪的爸爸说妈妈在睡觉，但是妈妈不在床上。

琪琪的朋友说，琪琪的妈妈被埋在墓园里.....可怜的小琪琪，她不知道应该怎么想或是应该相信谁。

发生了一场灾难，我们总是会有许多无法回答的问题，比如： 发生了什么事情？

这种事情为什么会发生在我身上？

那些消失的人发生了什么事情？

为什么爸爸妈妈的行为如此怪异？

这些事情会不会再发生？

为什么大人不能告诉我全部的事情？

为什么我的生活变成这样？

什么时候可以回家？

大人的回答有时候让我们更加混乱，他们总是说： 是老天的意思。

要忍耐。

这是命啦！

@生命总是这样，充满痛苦。

去问你妈妈。

是妖怪在作怪。

是老天在惩罚我们。

<<让爱一路陪伴>>

编辑推荐

《让爱一路陪伴》由中国人民大学出版社出版。

<<让爱一路陪伴>>

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>