

<<解心病>>

图书基本信息

书名：<<解心病>>

13位ISBN编号：9787807406037

10位ISBN编号：7807406038

出版时间：2010-9

出版时间：上海文化出版社

作者：朱砂

页数：222

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>

## <<解心病>>

### 前言

高考那年，曾经想过要报考心理系，无奈当时上海的一本院校中只有华师大有这个专业，并且只招理科生。

大学毕业在报社实习的时候，为了一个选题，拨通了一位心理咨询师的电话，采访在她小小的温馨的工作室里进行得十分顺利。

在家里的时候我喜欢把灯都打开，让明亮的灯光塞满房间，感觉很温暖。

”说这话的时候，这位并不年轻的心理咨询师的脸被午后斜斜的阳光镀上了一层金色，分外明媚。就是在那个午后温暖的阳光里，我对心理咨询师这个对大多数人来说非常陌生的职业，充满了好感。开出后，我有机会为其中的专家调查档案写稿，这让我特别高兴。

这个栏目里的案例，大多来自媒体新闻报道过的事件。

它们就发生在我们身边，真实得触手可及。

从女大学生集体网上征婚，到现实版的；从小学生自杀，到年轻女孩生下混血婴儿却不知孩子的父亲是谁；从金融危机中的裁员风暴，到职场菜鸟的困扰……心理学打开了一扇新的窗，通过它，我们多了一个视角看待世界，多了一点可能去理解彼此，多了一种方式去解释一些事情。

## <<解心病>>

### 内容概要

46个心理案例，来自新闻媒体报道过的热点事件。

它们就发生在我们身边，真实得触手可及。

生活中，每个人都或多或少会存在某些心理问题，特别是在一些特定的时期和事件面前，需要有一个渡过难关、解决难题的心理状态。

从心理专家对他人事件的“心理诊断”中获得对自己有用的“心理处方”，不失为一个便捷有效的途径。

“心理学是用来帮助人的，不是用来伤害人的。

”希望借着这些发生在我们身边的真实事件，分享一些心理学知识，当我们碰到这样那样的心理问题时，也能为自己的心灵撑一把晴雨伞。

<<解心病>>

作者简介

朱砂，生于1981年，有着摩羯座最典型的优点和缺点。  
毕业于上海大学影视艺术系，取得国家二级心理咨询师资格证书，现供职于报社。  
业余时间写作，是《新民晚报·心理周刊》的专栏作者。  
喜欢文字，并且庆幸一直做着自己喜欢的事情。

## &lt;&lt;解心病&gt;&gt;

## 书籍目录

成长 全托，缺位的依恋关系须及时修复 女教师针扎幼儿，留下的不只是疼痛的记忆 母爱，别在爱的名义下走入误区 小学生自杀，他们缺了一堂生命教育课 小胖墩，走出负面情绪的困境 童星，出名太早的烦恼 脆弱的青春期，需要精心呵护 学业竞争，只是导火线 女孩，你和所有生命一样值得被爱惜 花季少女暴力行为背后的启示 批评学生，方法很重要 网瘾，不只是网络的诱惑 高考之后，别让焦虑网住你 出国留学，并非自动成长家庭 问诊女大学生恨嫁心理 裸婚，省略的只是形式 避免父母婚姻中的悲剧情节 闪婚闪离，80后们来不及学会在爱里相处 试离婚，给情感一个缓冲期 夫妇双亡悲剧背后的“关系处理” 陈琳之死：你的柔情我们永远不懂 凤姐征婚，如果这一切不是玩笑 产后抑郁症，做妈妈的第一关 80后妈妈，走出“产前焦虑产后抑郁”的怪圈 产后抑郁，不妨换一种方式释放能量 战胜孤独抑郁，追求美好夕阳 别让养老院的晚年与孤独画等号 “黄昏离”，离后生活须规划职场 做快乐的职场人 职场新人，护住你的奶酪 裁员大潮中，为心灵筑一道堤坝 长假休止符后，尽快进入工作乐章 成功之后，你的人生还要继续 走“苏珊路线”，要有充分准备万象 不要“开心”成瘾 购物狂，消费的并非同一种心情 捏捏族，别把压力当借口 远离年关焦虑 抑郁症不是崔永元们的专利 虐待宠物，残忍背后的内心挣扎 年轻白领写遗书，解析内心深处的“潜台词” 诚信远了，孤独近了 抵御“情绪劫持” 面对突发事件，提高应激能力 整容，并不能满足一切需求 郭晶晶“被结婚”，八卦者的心理机制

## 章节摘录

遭遇到老师的针扎惩罚后，有不少孩子不愿意再去幼儿园，也有孩子晚上经常哭、睡不好。对此，金艳雯指出，儿童行为心理学研究发现，在1~3岁时经常遭受体罚的孩子，容易变得虚伪，冷酷多事，擅长说谎，有暴力倾向；这些行为会在体罚后几个星期或几个月内开始产生。

美国儿童心理学家曾做过一项研究，负面压力能改变儿童大脑构造，损伤神经。

“如果打孩子，就等于告诉他们这是一种处理问题的方法”，相应的，如果使用其他管教方法，就能教授孩子更高级的认知技巧、自制力、因果以及逻辑思维能力。

在咨询工作中，孙嘉仪曾经碰到过一个问题男孩，父母将这个男孩送到寄宿制的小学学习，但是男孩不能和同学友好相处，几乎每天都要惹祸，比如会用剪刀绞掉女生的辫子。

不爱做作业的他，因为非常聪明，所以成绩并不差。

无奈之下，老师只能劝其转学。

“在对这个男孩的成长经历的了解中，据他的妈妈回忆，他在上幼儿园的时候，曾经有过比较大的创伤经历，对他的影响非常大。

”

<<解心病>>

编辑推荐

《解心病(46个心理援助方案)》讨论的46个心理案例，均来自真实的新闻事件，关于成长。关于家庭、关于职场、关于生活中的形形色色，这些问题，并非只有案例中的当事人才会碰到，心理学家开的“心理处方”，对每一个认真对待生活的人，都是有用的。

<<解心病>>

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>