

PSYCHOLOGY & HEALTH

心理与健康

2010年第10期(总第165期)

CONTENTS



封面人物: 青年歌手 沈利

中国科学技术协会主管

中国心理卫生协会主办

首都医科大学附属北京安定医院协办

顾问: 吴阶平

名誉主编: 彭瑞聪

社长/主编: 蔡焯基

常务副主编: 张继志

副主编: 李心天 崔以泰 方耀奇

副社长: 李占江

编辑部主任: 马欣良

广告发行部

主任: 孙桦

责任编辑: 孙桦

本期策划

沟通理解关爱 心理和谐健康(04)/危害人际和谐的四大因素(06)/邻里和谐: 同在一个屋檐下(08)/美满的婚姻在哪里?(10)/忽视也是一种伤害(12)/尽孝其实并不难(14)/团结一心, 良性竞争(15)/老板的底线(17)

专家论坛

上小学, 孩子准备好了吗?(20)

压力管理

中年男士的减压“私房菜”(22)/性幻想, 自我内心的欢愉(24)/选你所爱, 爱你所选(26)

职场心理

说话的艺术(27)/莫将优势变劣势(29)/职场“话聊”须避“七寸”(30)

心理人生漫谈

舌虽柔, 能克刚(31)/珍惜自己(31)/流年里不一样的爱(32)/有错无憾(33)

家教心得

青春期分离——父母的必修课(34)/优秀的孩子更需要关心(38)/倾听90后的的心声(40)

运动与心理

我由我控制, 压力自然消(41)/“呜呜祖拉”也可以很动听(42)/运动, 与夏日烦躁说再见(43)/老虎伍兹的心理盲区(44)

精神罹患

频繁迟到为哪般?(45)

育儿教子

让孩子升起甜美的梦想(47)/乐在游戏中(48)/宝宝为何睡不安稳?(50)/两碗面条(51)/请给孩子爱的承诺(52)

缤纷心态

留在原地的灵魂(53)/学会换牌(54)/乐活烟火人生(55)/三秒钟让你脱颖而出(56)/出路(56)/牵牛花(57)给母亲一个拥抱(58)/精致生活(58)

心理师园地

她在爱情里寻找爷爷的影子(59)/唠叨的妈妈，“荒唐”的儿子(61)

心身保健

年轻白领的“情感焦虑”(63)/莫为子女牵愁丝(64)/老来莫做“家务清官”(65)

教师心干线

走进“问题学生”的内心世界(66)

婚恋心曲

小房子，大幸福(68)/第三类感情——把握分寸，保持距离(69)/舞出你的美(70)/打磨爱情(71)

情趣园

开心驿站(72)

资讯

戒烟有助于缓解压力(74)/儿童语言能力迟缓或引发情绪问题(74)/怎样握手更完美？(74)/女性31岁时最有魅力(74)/2010年世界精神病学协会国际大会在京隆重召开(75)

排忧解难

情绪高涨小心“轻躁狂”(76)/“白领丽人”为何难觅幸福？(76)/生活凭什么对我如此不公？(77)

广告

“老年期常见心理问题识别与干预新技术”培训班通知(78)/东明莲洲心理设计(78)/走进宁心坊，关注您的心理健康(78)/“森田疗法在中国丛书”(79)/多维植物营养素咀嚼片(80)

总发行：北京报刊发行局

订阅：全国各地邮局

邮发代号：82-582

刊号：ISSN 1005-7064

CN11-3387/R

国外总发行：中国国际图书贸易总公司（北京399信箱）

国外发行代号：63598M

定价：8.00元

广告经营许可证：京西工商广字第8061号

印刷：北京京师印务有限公司

编辑：《心理与健康》编辑部

出版：《心理与健康》杂志社

编辑部电话：(010) 62382552

广告发行部电话：(010) 62389483

传真：(010) 62389483

地址：北京市西城区德胜门外安康胡同5号

邮编：100088

本刊网址：<http://www.xlyk.com>

封面、版式设计：北京易丰印刷有限责任公司

网址：<http://www.efeng.com.cn>

网络合作：中国公众科技网

网址：<http://www.cpst.net.cn>

本刊如有印刷、装订质量问题，请寄回北京京师印务有限公司调换。

地址：北京市海淀区学院南路12号

邮编：100088 电话：(010) 62257290

下期要目

关注肺癌，与病魔共舞

都市女白领，警惕“亚健康”

让你不加班的“四要计划法”

诊断“诈病”须有确凿证据

看人不顺眼，也许是你的错

“无聊感”危害健康

版权声明

- 1 稿件、图片一经采用，即视为将修改权、出版权、发行权、汇编权、数字化权等转移给本刊，稿酬一次性付清。
- 2 稿件文责自负。凡发生抄袭剽窃、侵犯他人著作权、一稿多投等行为，本刊不承担连带责任，并保留起诉之权利。
- 3 其他报刊、图书、网络未经本刊许可，不得以复制、摘编等形式使用本刊作品，或对外发行。

投稿邮箱：xlyk@chinajournal.net.cn

出版时间：2010年10月11日

版权所有 翻印必究