

PSYCHOLOGY & HEALTH

心理与健康



周东丰:

服精神科药物,
不必担惊受怕

宝贵的
三次高考

你的痛苦
与他无关

告别职场
“低效率”

健康快乐的关键

幸福与痛苦,
源于一念间

人人都是
微博控

潜伏在综合医院
里的焦虑

中国心理卫生协会 主办

ISSN 1005-7064



9 771005 706099

刊号: ISSN 1005-7064
CN11-3387/R
邮发代号: 82-582

2012.09

定价: 10.00元

Contents

2012年第9期(总第188期) 出版时间: 2012年9月11日



本期策划

6 潜伏在综合医院里的焦虑

- 7 焦虑很常见, 但容易被忽视
- 8 支架术后, 他为什么寝食难安?
- 10 50%的癌症病人焦虑明显
- 12 急诊室里的青春女孩
- 13 得了胃溃疡, 试试心身同治
- 15 京、湘、沪焦虑抑郁大众知晓度调查结果
- 16 告别焦虑, 健康进行时

心理诊室

- 17 初为人母的风起云涌
- 18 宝贵的三次高考

心理与社会

- 20 假如你被“雨滴”砸中
- 21 看不惯, 别为难
- 22 周末, 只陪父母
- 23 唱歌使我改变
- 24 “她按的不是马桶, 是寂寞”
——关注移居老人

育儿教子

- 26 本该快乐的童年
- 27 孩子工作两不误
- 28 和磨蹭说再见
- 29 如何让孩子建立信心

心理师园地

- 30 组员选得妙, 团体效果好
- 32 拿什么抚平创伤?

专家论坛

33 周东丰: 服精神科药物, 不必担惊受怕

心理处方

- 36 控制愤怒有5招
- 37 分担家务, 如何算公平?

情趣园

- 38 “心”的呵护

婚恋心曲

- 40 长不大的老公让人心焦
- 42 情到浓时即是缘
- 43 你的痛苦与他无关
- 44 不经意中相逢
- 44 长辈的忠告





职场心理

45 告别职场“低效率”

- 46 你愿意一辈子做教师吗?
- 48 尊重为你工作的人
- 49 求职牛人李一舟
- 50 善于利用他人的思维

心身保健

51 健康快乐的关键

- 52 教你识别各类头痛

- 54 “放养”的孩子更健康

- 55 大人生,“玩”生活

人际广角

- 56 请记得一直向前
- 57 人人都是微博控
- 58 上帝给我留了颗枇杷
- 59 认可别人的优越
- 60 少说一句刻薄话
- 61 最好的爱是懂得

心理与法律

- 62 患精神病后,还有工作能力吗?

压力管理

65 幸福与痛苦,源于一念间

- 68 习惯改变命运
——行为调整策略

心病万象

- 70 可怕的“钟声”
- 71 恼人的小儿咬指甲癖
- 71 怕上学源于缺少父母陪伴

缤纷心态

- 72 给自己一双发现的眼睛
- 73 动物众生相
- 74 跟自己讲和
- 75 梦想
- 76 事不过三的警示
- 76 水滴般的日子

信息窗

- 77 首都医科大学附属北京安定医院赴房山开展心理危机干预
- 77 “中国认知行为治疗网”正式上线
- 78 理想办公室照明:创建无限潜能
- 78 《心理治疗:婚姻与辅导》及《心理治疗:家庭与辅导》
- 78 《重性精神疾病的认知行为治疗——图解指南》

下期要目

【本期策划】

挣脱“脑锁”,走出强迫

【专家论坛】

微笑型抑郁——你所不知道的痛

【心理诊室】

走出习惯性流产的“心理怪圈”

【心理与社会】

隔代抚养不是老人的义务

【热点话题】

你还能与父母聚几次?

【人际广角】

发错信息收对人

【育儿教子】

儿童恋母别走入歧途

【心病万象】

“食之有味”也是病?