

QK1819331

PSYCHOLOGY & HEALTH

心理与健康



不良的亲子互动与容易伴发病态的家庭结构

——听赵旭东教授聊亲子关系

东方医院

反复就医，心理因素在捣乱？

提升心理弹性，化解“信任危机”

——护士的心理健康和心理关怀

2018 | 5
总第 256 期
WWW.XLYJK.COM

ISSN 1005-7064



零售价：20 元 国内邮发代号：82-582

万方数据



创刊时间：1994年3月

2018年5月号（总第256期）

出版时间：5月11日

本刊入选中国期刊协会2017年
《中小学图书馆馆配期刊》

征稿启事

除正常有关征稿的条件和要求外，还包括如下内容：

◎凡向我刊投稿的，视为同意由我刊发表。稿件（含图片）一经刊发，即视为作者同意将修改权、出版权、发行权、汇编权、改编权、信息网络传播权等权利全部转移给本刊。

◎作品一经采用，本刊将按照规定一次性支付作者稿酬。如作者姓名或地址不详，导致本刊无法支付作者稿酬的，请作者在作品发表两个月后与本刊联系。

◎稿件文责自负，凡抄袭、剽窃等侵犯他人著作权，以及一稿多投，本刊概不承担任何法律责任；如造成本刊损失的，本刊将依法保留追究责任人法律责任的权利。

版权声明

◎本刊及本刊网站（http://www.xlyjk.com）所有内容的版权均属本刊所有，任何纸质媒体（包括杂志或报纸）、网络媒体、移动媒体或个人未经本网协议授权不得转载、链接、转贴或以其他方式复制发布/发表，否则本刊将依法追究负责人的法律责任。

◎任何纸质媒体（包括杂志或报纸）、网络媒体、移动媒体或个人如需使用本刊（含网站）作品，必须首先取得本刊的书面同意。

◎凡属法律所规定的合理使用目的而使用本刊（含网站）作品的，不得对本刊作品的原意进行曲解、修改，同时必须注明稿件来源于“《心理与健康》”或者“《心理与健康》杂志社”。

◎对于不当转载或引用本刊（含网站）内容而引起的民事纠纷、行政处罚或其他损失，由转载人自行承担相关责任，本刊概不承担责任。

版权所有 翻印必究

万方数据

Contents

目录

专家论坛 \ wcc226@163.com

- 6 不良的亲子互动与容易伴发病态的家庭结构
——听赵旭东教授聊亲子关系

本期策划 \ wcc226@163.com

- 10 反复就医，心理因素在捣乱？
- 11 “头晕”背后的秘密
- 12 症状背后
——那些被忽视的心理冲突
- 14 一例“双心疾病”的真实案例
- 16 被压抑到深处的痛

热点话题 \ wcc226@163.com

- 19 提升心理弹性，化解“信任危机”
——护士的心理健康和心理关怀



提升心理弹性， 化解“信任危机” 19

——护士的心理健康和心理关怀

心理师园地 \ wcc226@163.com

- 22 控方辩方技术讲解：战胜情绪，恢复理性
- 24 走走路，静静心
- 26 她在考试中途离场而去

育儿教子 \ yuezhuiliang@126.com

- 28 教会孩子“交友之道”
- 29 抽动障碍不可怕，有方可循早疗愈
- 30 怎样面对小孩子的性好奇
- 32 送孩子一双想象的翅膀
- 33 叛逆期，家长巧应对



反复就医， 心理因素在捣乱？ 10

青春心语 \ yangbin_xlyjk@163.com

- 34 没有秘密的人生不够酷
- 36 霍金曾带给我的感动



36 霍金曾带给 我的感动

心身保健 \ suncong825@126.com

- 38 惊恐发作是什么
——医生救救我，我快死了
- 39 学生“厌学”需重视
- 40 钓鱼也能治病
- 41 照顾好家中的“老小孩”
- 43 远离老年孤独

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承办

名誉主编 蔡焯基
社长 任艳萍
主编 姜长青
编辑部主任 姜长青
广告发行部主任 孙桦
责任编辑 汪呈呈
wcc226@163.com
栏目编辑 杨槟
yangbin_xlyjk@163.com
李海荣
lhr0622@126.com
西英俊
xiaotong0829@163.com
李颖
liying_wust@sina.com
马云
binyixqc@163.com
孙丛丛
suncong825@126.com
梁月竹
yuezhuiliang@126.com
美术编辑 马琳
maoci208@163.com

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)62382552/58340257/58303257
广告发行部电话:(010)62389483/58303258
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

全国各地邮局均可订阅
国内邮发代号:82-582
中国标准连续出版物号:ISSN 1005-7064
CN 11-3387/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:6359BM
定价:20.00元
广告经营许可证:京西工商广字第8061号

排版印刷:北京盛通印刷股份有限公司
地址:北京亦庄经济技术开发区经海三路18号
邮编:100176
联系人:张慧芳
电话:(010)67887676-862

如发现本刊印刷、装订质量问题,
请直接与北京盛通印刷股份有限公司联系



打开微信,扫描二维码或者直接搜索“心理与健康”,即可快速加入《心理与健康》的公众平台,了解资讯,直接购买杂志及其他周边商品。



46 心理咨询,可以让我的婚姻破镜重圆吗?

文艺与心理 \ lhr0622@126.com

44 评《黑天鹅》,如何与自己握手言和?

心理诊室 \ binyixqc@163.com

46 心理咨询,可以让我的婚姻破镜重圆吗?

48 是内向,还是缺乏安全感?

51 “五线谱”上谱华章

教师“心”干线 \ yangbin_xlyjk@163.com

52 考试季来临,焦虑怎么办

54 打开那件尘封已久的烦心事

排忧解难 \ lhr0622@126.com

56 怎样与爱顶撞的孩子和平共处

58 为何异性朋友是最好的听众

心理与社会 \ lhr0622@126.com

60 散步东村

61 灵魂里住着风

62 绿篱笆

63 人生本过客,何必千千结

压力管理 \ xiaotong0829@163.com

65 不只是少了盐的味道

66 核心的能力

67 每个角色都值得用心对待

68 我只为规则道歉

69 要有大局观念

70 职场没有敌人,换个角度都是贵人

心理健康资讯 \ wcc226@163.com

72 独处的健康风险

73 校园暴力:阴霾的背后

业界动态 \ lhr0622@126.com

74 中国医师协会精神科医师分会第十四届年会在昆明召开

编读往来 \ lhr0622@126.com

75 读者来信

心理小说 \ lhr0622@126.com

76 相见不欢

新书推荐 \ xinliyujiankang@126.com

80 正念:点亮心中那盏灯

会议专栏 \ xinliyujiankang@126.com

82 科普心世界,点亮新生活——“全国心理普及工作联盟”简介

84 用好《公众心理科普纲要》,做实心理服务

85 全国心理普及工作者培训课程简章

87 中国心理卫生协会心理咨询师专业委员会2018年度学术会议第一轮通知

心病万象 \ liying_wust@sina.com

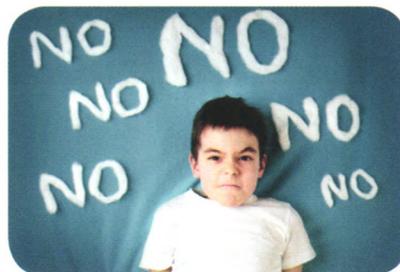
89 心病?没病?

90 谁熄灭了天才少年的心灯?

92 走出食物的困扰

93 强迫症:一种生物性疾病?

56 怎样与爱顶撞的孩子和平共处



心脑调谐仪

改善学习疲劳
缓解精神紧张
强化记忆效果
充沛脑力发挥



感受身体的变化，为自己加油！

- 生物反馈技术利用现代生理科学仪器，通过清晰呈现人体内的各种生理指标，使人可以有意识地进行意念控制和心理训练，从而调节身体机能，恢复良好状态
- 依托中科院、北京大学医学部、中国教育科学研究院专家技术保障
- 通过中国心理学会心理学标准与服务研究委员会技术评定
- 获得国家知识产权局专利证书（一种温度调控系统及方法/2015106047256）