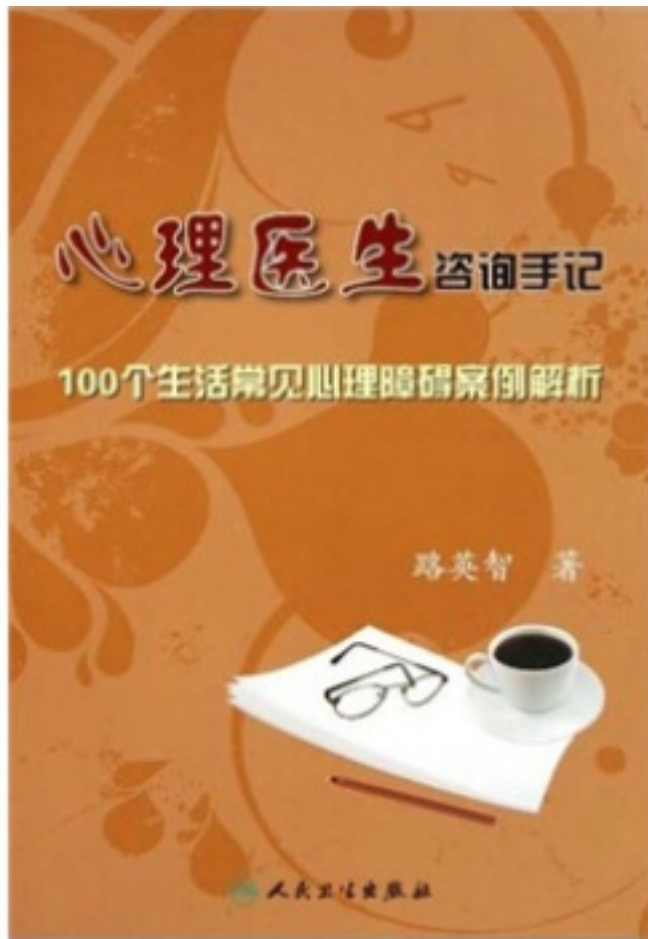


心理医生咨询手记：100个生活常见心理障碍案例解析



[心理医生咨询手记：100个生活常见心理障碍案例解析_下载链接1](#)

著者:路英智 著

[心理医生咨询手记：100个生活常见心理障碍案例解析_下载链接1](#)

标签

评论

一直在京东买书，应该不会失望

非常好，物流快。买书还是选择京东。

不错价格 实惠送货速度也很快 希望越来越好啊！ 嗯嗯嗯哦哦哦哦噢噢

书本已经收到，京东速度就是快，并且送快递人员服务到家，值得赞扬。

写的也比较全，蛮喜欢

比预想的要薄一些，但是里面的内容还不错，在研读。

非常好的东西，值得购买。

还没看来着 现在无法评价 给快递分 有点薄 觉得贵了

太难了，专业性强很强的不错的

【美国著名心理学大师罗杰斯提出的心理治疗和专业人员15条素质标准】
1，优秀的心智与判断力 2，永不枯竭的新鲜感、好奇心和自学态度
3，不把人作为机械的治疗对象，关爱人和充满人性化。
4，具有洞察自我的人格特征，以及幽默乐观的态度 5，有独创性和柔韧的思考力
6，能感受人们的动机复杂性和形成因素 7，宽容，谦虚
8，与周围的人保持一种良好、温暖的人际关系

书不错，印制得很好。

比较专业的培训建材，可以借鉴很多方法

双11大促购买，无论是自营还是第三方，我只信赖京东！

这个书超薄，感觉对门外汉没太大作用，买了很后悔，10块我转外出去吧，谁要联系我

可以，简单好用。主要是为咯挣京豆。

还没看，希望是符合我期待的。

给上大一的孩子买的，我没看，好评吧。

感觉一般般，随意看看

快递师傅很给力，下大雨的天气还是一样坚持送货，点赞！

先囤起 买多了 慢慢看 一周看三本

不错，不错，以后很多工作就靠他了

好好好好好好好好好好好好好好好好

东西不错~是正品~

此书有参考价值，用处挺大。

图书可以，质量不错啊。

质量非常好，详读后再来评价

帮朋友买的，价格便宜

写得比较浅显。比较适合普通非专业人士

书本看了看，还行，物流很快

雪绒花的历史是心理学咨询的重要历程，值得一看。 但内容有些官方化。

没觉得是案例。。。。。。。。

案例比较多。

图书质量还好-----

很好非常好

内容一般!

日常必备

一还可以!

不?, 很不?, 非常不?..... 不?, 很不?, 非常不?..... 不?, 很不?, 非常不?.....
不?, 很不?, 非常不?.....

不错啊

好好好

书不错

包装完整，整本书都折了，是塞了多久的库存!

很薄

像小毛病速查表，一般吧

感觉就那样吧 不是特别有用

还不错、还不错、！！

物流依旧的快，书也不错，简单明了

[illegible]

是个不懂心理咨询师的人看看的书

京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东网看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

挺不错的心里书挺不错的心里书挺不错的心里书挺不错的心里书

还可以，很方便。就是速度比以前慢了半天！

心理医生咨询手记：100个生活常见心理障碍案例解析

学习中，学习中，学习中。

我就喜欢看这本书，超好看

还没看，送货服务很好

内容给力，送货给力，正版

快递很给力。看了[ZZ]写的的书，觉得写得很好，这是朋友介绍我看的，非常喜欢[ZZ]的书了。除了他的书，我和老婆孩子还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，莫言。他们的书我都很喜欢。[SM]，大家去看一下，不错，价格也划算，比实体书店买便宜好多还省车费。

这本书的内容真得一读[BJTJ]，认真赏读了一下，写得很棒，[NRJJ]，内容也很很感人。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也给力。还送货上门。超赞。

[SM]，太棒了。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还经常有优惠活动，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，读书，让人生更精彩

“书籍是人类进步的阶梯”。从古至今，爱书、惜书、读书都为世人所推崇。人们通过阅读来获取知识，增长本领，提升品位，推动社会走向更高的文明。正所谓“活到老，学到老”。一个人的一生中之所以能不断提高，与其始终如一的学习是分不开的。

今天你读书了吗？有一位学者曾这样说：“从个人发展的角度看，一个人的精神发育史实质上就是一个人的阅读史；从民族发展的角度看，一个民族的精神境界，在很大程度上取决于全民族的阅读水平”。在一定意义上说，读书就意味着教育。

读书是一种享受生活的艺术。

当你枯燥烦闷时，读书能使你心情愉悦；当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心，让你看清前路；当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。

“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”读书是一种提升自我的艺术。

读书是一种学习的过程。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。“读万卷书，行万里路”说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。

读每一本书都会有不同的收获。“悬梁刺股”、“萤窗映雪”，自古以来，勤奋读书，提升自我，是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。读书是一种充实人生的艺术。

没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住：亲子阅读，首先引起和提高孩子的兴趣是关键。记得有一个故事，大概是说犹太人在孩子出生后就把手上抹上蜂蜜，指引孩子过去，从而在很小就在他们心中种下一个印象，书里有好东西。

熬夜读心理医生咨询手记：100个生活常见心理障碍案例解析,购买不后悔灯 不能熄灭

熬过今夜就能从书中逃回到 这个世界我 我不明白 这个年代怎么还能说 读好书

就会发财 好呆爱我的爸 \N疼我的妈说了那么多 你们明白吗 不是要反抗

只是要你看我不满的地方读读读读读到书都想吐 好想哭怕怕怕怕老是背书

好白痴你你你你你 \N只会说你要第一我就快要发羊癫疯不是每个人都会读书

会读书不厉害读书也不一定 就会输不是想要说我会读书 不在乎我只想要 你能清楚我

我不明白 这个年代怎么还能说 \N读好书 就会发财 好呆爱我的爸 疼我的妈说了那么多

你们明白吗 不是要反抗 只是要你看我不满的地方读读读读读到书都想吐

好想哭怕怕怕怕怕老是背书 \N好白痴你你你你你

只会说你要第一我就快要发羊癫疯不是每个人都会读书 会读书不厉害读书也不一定

就会输不是想要说我会读书 不在乎我只想要 \N你能清楚读读读读读到书都想吐

好想哭怕怕怕怕怕老是背书 好白痴你你你你你

只会说你要第一我就快要发羊癫疯不是每个人都会读书 会读书不厉害读书也不一定
\\N就会输不是想要说我会读书 不在乎我只想要 你能清楚读读读读到书都想吐
好想哭怕怕怕怕老是在背书 好白痴你你你你你
\\N只会说你要第一我就快要发羊癫疯不是每个人都会读书 会读书不厉害读书也不一定
就会输不是想要说我会读书 不在乎我只想要 你能清楚 %D%A %D%A%D%A%D%A
《心理医生咨询手记：100个生活常见心理障碍案例解析》是以典型案例加上心理分析、
指导的形式，就如何解除精神烦恼、预防和治疗各种心理障碍，保持心理平衡和积极
向上的生活态度，提出了自己的观点和建议，得到了社会各界的欣赏。此次公开出版，
对于提高人们的心理健康水平、保持良好的人际关系、共建和睦家庭及和谐社会是不可
多得的精神食粮，必将造福更多的普通老百姓，为增进人民的心身健康，为构建社会主义
和谐社会作出新的贡献。 %D%A%D%A纵观中国古今，\\N横看世界各国，
有哪一位名人不酷爱读书？又有哪一个不爱读书的人获的了成功？读书学习，其好处之多，
是无法用语言所能表达完全的。唯有勤读多读，\\N置身于书中的人，
方能体验其中的乐趣和奥妙。——
“最优秀的书籍是一种由高贵的语言和闪光的思想所构成的财富，为人类所铭记，
所珍惜，\\N是我们永恒的伴侣和慰藉。……书籍把我们介绍给良师益友，
使我们认识迄今为止人类最伟大的灵魂。”（[英]塞缪尔·斯迈尔）。“读一本好书，
\\N就是和许多高尚的人谈话。”（[德]歌德）。因此，
坚持不懈地读书学习，便会懂得人生的真谛，充满对美好生活和光明未来的热爱和想往；
\\N就会树立远大的理想和崇高的奋斗目标，因而就会有终生不衰的前进动力；
就会使我们的精神世界得到充实，思想境界得到提高，道德情操得到陶冶，
\\N从而使我们的一切言行皆能有益于社会，有益于人类，
我们自己也就成为受人欢迎和尊敬的人，
\\N成为社会有用的一员。书到用时方恨少，事非经过不知难。终于买的书送到了。很
满意。
\\N《学记》曰：“是固教然后知困，学然后知不足也。”对于我们教师而言，要学的
东西太多，而我你知道的东西又太少了。有人说，教给学生一杯水，教师应该有一桶水。
这话固然有道理，但一桶水如不再添，也有用尽的时候。愚以为，教师不仅要有一桶水
，而且要有“自来水”、“长流水”。“问渠哪得清如许，为有源头活水来”，“是固
教然后知困，学然后知不足也”。因此，在教学中，书本是无言的老师，读书是我教学
中最大的乐趣。
比知识更重要的是方法，有方法才有成功的路径。教师今天的学习主要不是记忆大量的
知识，而是掌握学习的方法——知道为何学习？从哪里学习？怎样学习？如果一个老师
没有掌握学习方法，即使他教的门门功课都很优异，他仍然是一个失败的学习者。因为
这对于处在终身学习时代的人来说，不啻是一个致命的缺陷。学习型社会为全体社会成
员提供了充裕的学习资源。学习化社会中的个体学习，犹如一个人走进了自助餐厅，你
想吃什么，完全请便。个体完全可以针对自身的切实需求，选择和决定学习什么、怎样
学习、学习的进度等等。比方法更重要的是方向。在知识经济大潮中，作为一名人民教
师，应该认准自己的人生坐标，找准自己的价值空间。教书的生活虽然清贫，但一本好
书会使我爱不释手，一首好诗会使我如痴如醉

别人买的，帮评别人买的，帮评

价钱便宜，是正版的，很好

路英智写的的书都写得很好，[]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。心理医生咨询手记100个生活常见心理障碍案例解析，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读，阅读了一下，写得很好，心理医生咨询手记100个生活常见心理障碍案例解析是以典型案例加上心理分析、指导的形式，就如何解除精神烦恼、预防和治疗各种心理障碍，保持心理平衡和积极向上的生活态度，提出了自己的观点和建议，得到了社会各界的欣赏。此次公开，对于提高人们的心理健康水平、保持良好的人际关系、共建和睦家庭及和谐社会是不可多得的精神食粮，必将造福更多的普通老百姓，为增进人民的心身健康，为构建社会主义和谐社会作出新的贡献。，内容也很丰富。，一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。心理医生咨询手记100个生活常见心理障碍案例解析，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，心理医生咨询手记100个生活常见心理障碍案例解析是以典型案例加上心理分析、指导的形式，就如何解除精神烦恼、预防和

生有两大快乐。一是生命的快乐，例如健康、亲情、与自然的交融，这是生命本身的需要得到满足的快乐。另一是精神的快乐，包括智性、情感和信仰的快乐，这是人的高级属性得到满足的快乐。物欲是社会刺激出来的，不是生命本身带来的，其满足诚然也是一种快乐，但是，与生命的快乐比，它太浅，与精神的快乐比，它太低。人类应该朝什么方向发展？用什么来衡量人类文明的水平？物质财富的制造和享用当然是一个方面，但是，正如马克思所指出的，真正的自由王国存在于物质生产领域的彼岸，那实际上就是精神的创造和享受。然而，长期以来，财富成了我们这个时代最光芒万丈的词汇，成了从政府到个人所追求的第一目标。在相当程度上，可以把近年来的这场经济危机视为泛滥于当代世界的物质主义和消费主义的一个恶果。它在物质主义和消费主义的大本营美国首先爆发，对于人类岂不是一个警示？只有你自己做了父母，品尝到了养育小生命的天伦之乐，你才会知道不做一回父母是多么大的损失。只有你走进了书籍的宝库，品尝到了与书中优秀灵魂交谈的快乐，你才会知道不读好书是多么大的损失。世上一切真正的好东西都是如此，你必须亲自去品尝，才会知道它们在人生中具有不可替代的价值。看见那些永远在名利场上操心操劳的人，我常常心生怜悯，我对自己说：他们因为不知道世上还有好得多的东西，所以才会把金钱、权力、名声这些次要的东西看得至高无上。人生最值得追求的东西，一是优秀，二是幸福，而这二者都离不开智慧。所谓智慧，就是想明白人生的根本道理。唯有这样，才会懂得如何做人，从而成为人性意义上的真正优秀的人。也唯有这样，才能分辨人生中各种价值的主次，知道自己到底要什么，从而真正获得和感受到幸福。人生在世，首先应当追求的是优秀，而非成功。成为一个优秀的人，在此前提下，不妨把成功当做副产品来争取。所谓优秀，是在人性的意义上说的，就是要把人之为人的禀赋发展得尽可能的好，把人性的品质在自己身上实现出来

。按照我的理解，可以把这些品质概括为四项，即善良的生命、丰富的心灵、自由的头脑、高贵的灵魂。把优秀当做第一目标，把成功当做优秀的副产品，这是最恰当的态度，有助于一个人获取成功，或者坦然地面对不成功。真正的成功是做人的成功，即做一个有灵魂的人，一个精神上优秀的大写的人。这样的人即使在世俗的意义上不很成功，他的人生仍是充满意义的。不过，事实上，人类历史上一切伟大的成功者恰恰出于这样的人之中。人生中的大问题都是没有答案的。但是，一个人唯有思考这些大问题，才能真正拥有自己的生活信念和生活准则，从而对生活中的小问题作出正确的判断。航海者根据天上的星座来辨别和确定航向。他永远不会知道那些星座的成分和构造，可是，如果他不知道它们的存在，就会迷失方向，不能解决具体的航行任务。一个人内心有了成熟的信念和明确的方向，对于外界的一切就能够迅速作出恰当的反应，如同有一种本能在起作用。

健康的心理来自智慧的头脑。现代人易患心理疾病，病根多半在想不明白人生的根本道理，于是就看不开生活中的小事。倘若想明白了，哪有看不开之理？

阿宝说，太平天国的宫女，会有多少黄金。阿婆说，王府里，样样金子做。蓓蒂说，阿婆讲过了，痰盂罐金的，调羹是金的。阿宝说，还有呢。阿婆说，金天金地，晓得了吧，王府里，台子，矮凳，眠床，门窗，马桶，苍蝇拍子，金子做。女人衬里裤子，金线织，想想看。蓓蒂说，不可能的。阿婆说，马车，轿子，统统黄金做。阿宝笑笑。阿婆说，马脚底镶掌，一般熟铁做，王府是用金子做，金钉子钉。马车琺瑯跑出去，太阳出来了，金马车，八匹马，一路四八三十二道金光，声音轻，因为金子软。蓓蒂说，乱讲，不可能，不可能。阿婆摇扇子说，现在啥人会懂呢，大天王爷爷的排场。蓓蒂说，世界上，两部黄金马车，只有伊丽莎白，路德维希二世可以坐。阿婆说，这算啥呢，太平天国，黄金世界，86人杠的金轿子，晓得吧。轿子里面，可以摆圆台面吃酒，里厢有金灯，金蜡签，金面盆，金碗，金筷子，金拖鞋。隔间里厢，金屏风，摆一只金榻，金子净桶，一个金子小信人，手托金盘，摆一叠黄缎子，让大天王爷爷揩屁眼。

小保姆讲，衣裳备好，我请三个钟头假，乘21路电车，到福建路下来。我讲，好的，机会属于有准备的女人。小保姆点头。我讲，荷兰人，欢喜饭摊上的宫保辣酱，高桩馒头。馒头夹辣酱，经济实惠。夜里九点钟吃饭，基本不出门。小保姆说，买一客辣酱，两只馒头，两瓶青岛啤酒，八点半去。我讲，我是随便讲的，买芝麻汤团，买豆腐花，崇明老白酒，不关我啥事体。小保姆咯咯咯穷笑说，姐姐真会讲戏话。我讲，要提高生活质量，关键阶段就要看豁得出，还是豁不出。但就是豁，也不是小娘子的豁，自家去想。小保姆讲，姐姐教我。我讲，我再介绍下去，要吃人参了，好自为之。小保姆说，亲姐姐，我晓得了。我讲，胆大心细。小保姆点点头，落了一滴眼泪。我讲，这种旅馆，是集体房间，地方小。如果两个人搭上了，感觉好，讲得来，到门口街沿坐一坐。两个人吃吃讲讲，谈谈，真功夫就是谈。两个中国人坐地吃馒头，基本是盲流，闲散人员，马路瘪三。外国人坐马路，就是浪漫。因此不要怕难为情，样样事体，大大方方，身边有外国人，等于有后台撑腰，是有面子的。小保姆点头。

兰兰走进饮食店。浑身香气。阿宝一呆。沪生看手表说，迟到两个钟头了，还过来做啥。兰兰笑笑，身上是山媚水明，一件绯红四贴袋收腰小西装，金边包钮，内里是元青圆领弹力衫，下面玄色踏脚裤，脚下一双嫣红漆皮金跟船鞋。沪生说，准备忙到哪里一天。兰兰笑说，差不多了。阿宝说，长远不见，新娘子一样了。兰兰说，阿宝太坏了，见了面，话里镶骨头。沪生说，先坐。阿宝倒了一杯啤酒。兰兰坐下来。沪生说，让香港人一弄，女人就像花瓶。兰兰拍一记沪生说，做啥啦。沪生说，具体时间呢。兰兰说，酒水定了下个礼拜，先是拍照。沪生说，人民照相馆。兰兰说，到静安公园拍彩照，香港特地带来富士彩卷，比上海便宜，颜色好。

暮色苍茫，眼前是大名鼎鼎的两湾，潘家湾，潭子湾，蛛网密集的狭弄，准备拆迁，灯火迷离，人来人往，完全脱离少年时代的记忆。两个人走了一段，沪生看看手表，阿宝买一张夜报，想到历史里反复来往于此的烈士顾正红，思古幽情，随之而生。等到原路返回，眼前的河面，已经黑得发亮。远见一艘苏北驳船，等于沪西一条不烂之舌，伸出桥洞一截，椭圆的船头翘于暮气中，上有小狗两只，像舌苔上两粒粽子糖，互相滚动，转眼弹跳到岸上，隐进黑暗里。两人沿河浏览，登桥眺远，船鸣起伏，河床在此宽阔，

折向东南。正东的远方，是火车站如同瀑布的星海，流入墨玉的河中，与逐渐交会的两支夜航船队，化为一体。

余周周是一个出生在八十年代末的普通小姑娘，和妈妈相依为命，在漫长孤寂的童年中，最好的朋友叫奔奔。进入小学后她在林杨和陈桉的帮助下，度过了初期学习拼音的艰难和对学校的不适，逐渐在学校里面成了小有名气的文艺骨干。在初中余周周逐渐放开手脚如鱼得水，并且和儿时最亲密的小伙伴奔奔重逢。余周周和班级里面成绩最差也最古怪木讷的女生辛美香成了朋友，经过努力，辛美香和余周周一同考入了省重点振华高中。升入振华高中的余周周经历了许多波折。与林杨的重逢，对陈桉的深入了解，情窦初开的暗恋，重点高中内部因为成绩排名出国机会和保送名额等等而引发的“金枝欲孽”。外婆的病重让妈妈和几个舅妈之间矛盾重重……诸多事情让余周周急速成长。高中毕业，曲终人散，青春不朽。2008年5月12日，汶川发生了里氏8.0级大地震，陕西、甘肃发生了里氏6.5级到7.0级的余震。

那一日，身在旧金山的罗琦琦如往常一般开车去上班，提前三十分钟到办公室，边喝牛奶，边上网收发邮件，突然，她看到了汶川地震的消息，震惊地点击进去，确定了这条消息的真实性。

大脑麻木了几分钟后，她突然意识到四川与陕西接壤，四川发生这么大的地震，陕西肯定也会被波及。顾不上此时是中国时间的凌晨，她给家里打电话，电话没有人接；换爸爸的手机，没有人接；换妈妈的手机，没有人接；换妹妹的手机，依然没有人接。琦琦一遍遍拨打着父母的电话，在无人接听的电话声中，她的手开始发颤。

华人同事小玲的父母在成都，当电话连续打不通时，她趴在办公桌上失声痛哭。

整个早上，罗琦琦什么都没做，只是一遍遍拨打着电话，一遍遍刷新着网页，可地震刚发生，连震级都没有真正确定，网上的报道少得可怜。她为了了解陕西省受到的冲击，搜出了中国地图，用尺子测量西安和汶川的距离，按照比例尺计算实际的空间距离，又打电话给麻省理工研究地壳运动的大学校友，询问他地震传播的次级递减规律。等到下班的时候，她已经成了半个地震专家。

晚上，电话终于打通。爸爸说：“人都没有事，房子也没事，就天花板掉了几块，电视机被砸得有点变形，你不用担心，暖暖一直陪着我们。”

琦琦挨个询问了一遍家里的亲戚，确认了每个人的安全，又对妹妹千叮咛万嘱咐。

正要挂电话，妹妹说：“你过十分钟后给我的手机上打个电话，我有话和你说。”

十分钟后，罗琦琦打到妹妹的手机上：“什么事情？”

“姐，你有算过多少年没回过国了吗？你去的是美国，不是月球！昨天下午地震后，我们没敢在屋子里睡，在街头露宿了一晚，爸妈一直在念叨你。就是美国总统也要回家看望一下父母吧？你就日理万机到连回家一趟的时间都没有？我知道你给了家里不少钱，爸妈住的房子、我开的车子都是你的钱，如果没有你，爸妈和我说不定还在挤七十年代的筒子楼，可你知道爸爸有肝硬化吗？你陪妈妈去过医院吗？我们若在震中，你想没想过你就见不到我们了……”罗暖暖哭了出来，五分是对生死无常的后怕，五分是对地震惨状的感同身受。

案例讲解的挺细，需要的可以入手了

a very nice book

不错，帮人买的。还会买

感觉比较实在，都是实打实的案例，比较专业的。

其中的论点还可以，值得一读

不太生动，说教太多，方法较少

帮同事买的，送货超快的，同事说服务很好！！

100个生活常见心理障碍案例解析，此书对克服心理障碍疾病将有很大的帮助，促使你树立健康的心理，是本床头的好书。

包装很好，送货上门，服务很好，很方便，很好的书，我还会来的。

非常满意非常满意非常满意

很好，不错哦、、、

事例典型，多样，生动可见。生活中有心理障碍疾病的人和事太多了，严重影响了人们的身体健康。要成就事业，就必须有健康的身体和健康的心理。此书对克服心理障碍疾病将有很大的帮助，促使你树立健康的心理，是本床头的好书。

[心理医生咨询手记：100个生活常见心理障碍案例解析_下载链接1_](#)

书评

[心理医生咨询手记：100个生活常见心理障碍案例解析_下载链接1_](#)