

<<身心疾患治疗手册>>

图书基本信息

<<身心疾患治疗手册>>

前言

近年来，出版发行了不少各类有关心身医学的书籍。这些书籍本应该能帮助那些受过培训和进修的医生进行治疗工作并减轻他们的负担。但是具体到每一个诊断，又有许多问题让那些新开业的医生日日寝食难安。例如怎样才能查明那些患有诸如肥胖症、落发、失眠、性功能障碍和无法正确克服紧张状态的病人的既往病史？

怎样才能正确诊断出这些疾病，并同时提出一些重要的健康建议？

积极心理治疗法的创始人，同时也是诸多书籍的作者诺斯拉特·佩塞施基安博士，在多年实践经验的基础上对这些问题都做了回答。

作为精神病学和心理疗法医生的佩塞施基安自1977年开始，就在黑森州医生协会下属的医生培训进修学院担任教授。

1990年他和其他教授一起，建立了威斯巴登心理治疗和家庭治疗培训中心（WIPF）。

该培训中心和它所授予的第二学位都得到了黑森州医生协会的认可。

积极心理治疗和家庭心理治疗在进一步分析研究心理学的基础上，提出了不同学科为了共同的目标而相互合作的理论，并且作为一种重要的方法得到了认可。

通过对多元文化的研究，作者提出了疾病不是因素模型的主要部分，健康才应该是研究的中心。

针对不同的疾病不但需要加以区别对待，还应该结合正常生活中个人克服困难及塑造生活的能力。

该书将从积极心理治疗的角度，向读者介绍健康和疾病的心身方面知识。

书中系统分类地介绍了39种疾病的例子，医生在实际治疗病人的工作中可以借鉴。

至于如何使用处理冲突的四种方式取决于冲突的原因。

作者在书中提到的方法措施，由于有广泛的适用性，便于理解，而且经得起时间的考验，对于越来越多的开业医生和心理治疗专家而言，可以在实践中予以采纳。

因为主张在治疗中运用病人的自我帮助，所以该书对以躯体为研究对象的传统治疗方法是一个重要的补充。

克劳斯·约克教授，医学博士 法兰克福（美因河畔）

<<身心疾患治疗手册>>

内容概要

本书从积极心理治疗的角度介绍健康和疾病的心身方面知识，是供心理医师和其他专业工作者在心身疾病的治疗、保健方面使用的工具书。

书中阐述了积极心理治疗的理论和方法，并运用这种理论对39种常见的疾病进行了分析，尤其在跨文化和跨学科方面作了深入的探讨。

怎样才能查明那些患有诸如肥胖症、失眠、性功能障碍和抑郁症的病人的既往病史？

怎样才能正确诊断出这些疾病，并同时提聘些重要的健康建议？

通过对多元文化的研究，作者提出了针对不同的疾病不但需要加以区别对待，还应该结合个人克服困难及塑造生活的能力。

<<身心疾患治疗手册>>

作者简介

诺斯拉特·佩塞施基安博士，精神科专家，心理医疗医师。

1933年生于波斯，1954年以来定居德国。

曾在德国、瑞士和美国接受过心理治疗训练，现任德国威斯巴登心理治疗研究院主任。

以基于跨文化研究的积极心理治疗的创始人身份而著名。

其工作涉及文化和疾病间联系以及对25个不同

<<身心疾患治疗手册>>

书籍目录

第一部分 理论一、 心身医学中积极心理治疗入门二、 心身医学在东西方三、 心身医学积极心理治疗的冲突模式四、 积极心理治疗的五个阶段五、 积极心理治疗中的心身医学三个阶段六、 专爱鉴定的几个方面七、 危机干预第二部分 病症第一章 精神性食欲缺乏症和食欲亢进症第二章 肥胖症第三章 艾滋病恐惧症第四章 恐惧症和抑郁症第五章 支气管性哮喘和神经性呼吸综合症第六章 椎间盘突出第七章 血液疾病第八章 溃疡性结肠炎和节段性回肠炎第九章 糖尿病第十章 上呼吸道感染和感冒第十一章 胆囊疾和胆石形成第十二章 黄疸病第十三章 老年医学问题第十四章 脱发.....第三部分 附录文献目录

<<身心疾患治疗手册>>

章节摘录

书摘 病人的分离恐惧症，心理分析认为是害怕有丢失物体的危险。

基于她天真型的保护需求和感情上的从属性，需要长时间借助梦想和联想来治疗。

在分离恐惧症上，积极心理治疗用现实能力，使分离恐惧真正变为现实。

现实能力来解释分离恐惧症，就已经打开了一种新的治疗可能性。

五阶段的家庭治疗框架，从冲突潜能出发，可以整理出病人冲突集中的问题。

有关积极人物形象，积极心理治疗认为，环境影响对个体持续不断地作用，在微小创伤中以前的经历构成接着而来的经历，在这件事上，不仅早期的孩提时代，而是每个发展阶段都有心理作用。

心理分析出现在积极心理治疗的身体和知觉方法的两大类中。

在这儿，不仅要考虑推动动力观点，而且也考虑到身体作用和身体作为行为组织基础。

社会心理标准和现实能力决定“自我”。

这里现实能力一方面指是社会行为规则；另一方面是指在社会行为规划里起作用的标准，个人的价值尺度、目标设想以及人们内在的能力。

与此相适应，这个“我”在积极心理治疗里有双重作用：它不仅体现被压制的社会要求和个体本能冲动，而且同时表现个人能力。

实践检验过程与个人能力休戚相关。

它调整过去的、现在的和未来的经历和相互之间的行为，并使之成为一体。

有关自己的需求和环境的要求之间的评价，发生在社会心理规则(现实能力)框架中，他们在一个人的心理组织内部发挥其历史作用。

因此积极心理治疗直接考虑社会行为，其结果是：与传统的心理分析流派相反，它尝试着在治疗医生一病人一关系里使如父母一孩子一关系般友好的情况重新复苏。

其他的环境因素则作为障碍变量处理。

我们尤其要考虑病人的社会真实性。

因此这个四部分的分歧分析式方法就可以理解了：教育—自我帮助—心理治疗—跨文化的。

积极心理治疗很明确包括分析元素，其中第二阶段是进行调查概述，它考虑基本冲突；第四阶段是调查概述，它允许治疗医生自由阐述意义。

心理分析时从不同方面加以分析可以协调进行。

分析时主要遵循现实能力。

现实能力分析处理可以减轻排除制约心理分析方法的动力因素如根据相互影响、压制和反抗。

安娜·弗洛伊德把自我品质如诚实、公正等等都划掉了。

她写道：“……我们在分析文学里描写强迫性格，性格里明显的特征和倾向，如整洁、干净、节约、犹豫、收集等等，来自肛门位的压抑感情冲动暴露了它们的来源地。

为什么这个早期经验没有导致其他类似的方法以及为什么不能用这种方法进一步看清心理学表面，这些都不容忽视。

”(A·弗洛伊德1965，第25页)。

误解作为防御过程动力内容 我们所指的误解，是指思维形式、表达方式和影响社会及个人行为的观点。

作为思维形式它首先有助于我们调整我们的利益关系，其次为我们提供了评断标准和遵循原则。

该思维形式完成一种重要的心理学职能，它可以保护我们免受不愉快经历的困扰。

一些评价机制在一定程度上自发地启动起来，从而化解那些危险的和令人难堪的经历，例如把“祸事”转嫁到他人身上”。

这样，它的作用正如防御装置。

我的心理治疗工作经验一再证实了这样一种印象，就是大部分心理的、影响心理的社会的和心身的紊乱都归因于误解。

这意味着：客观发生的事情本身很少是病因，起病因作用的倒更多的是主观对所发生的事情的评价以及社会伙伴之间的评价差别，因此，我们之所描述的误解，乃是影响心理的社会冲突和孕育着冲突行

<<身心疾患治疗手册>>

为的典型情况。

这些典型情况可能会在患者身上出现，并加重他们的紊乱的发展；但也可能在心理治疗中出现，并且作为治疗师无意流露出来的态度，或者作为心理治疗工作中的误解而发挥作用。

因此，我们之所以要对误解加以阐述，目的就是为了让大家对孕育着冲突的态度和期望保持警惕。

不仅在教育当中，即在传授现实能力和基本能力媒介的场合有误解，就是在伙伴关系和集体行力中也有误解。

这时，误解或多或少地表现为一些固定的态度，它们能够妨碍人们的相互理解。

我们在具体冲突场合中寻求上述问题的答案时，必然会碰到一些误解因而也碰到一些潜在冲突，这些误解和潜在冲突都寓于现实能力之中。

上面我们阐述了误解作为防御机制和紊乱因素而在交往中具有的一般职能。

除此之外，我们还可以看到它的另一种专门职能。

如果人们特别喜欢运用一些误解思维形式，那就会导致人们产生一些有问题的行为，而这种行为又会引起一些典型的处理冲突的形式和症状。

从这个意义上说，每一种误解都孕育着障碍和冲突，我们可以从一个人有问题的行为观察到这些障碍和冲突；反过来说，如果一个人出现了障碍和冲突，那么我们应该想到他可能是产生了误解：对教育的目的和教育的内容—价值的相对性—时代与人的图象—发展与固步自封—自我认同危机和个性发展—人和动物—先天的和后天的一—惟一性和相同性—无意识和有意识—认同和投影—一般化与细致化—判断和偏见—男人和女人—公平和爱—性、性欲和爱—失去统一性与一体化—健康和疾病—信仰、宗教和教会—有条件的命运与注定的命运—死亡和设想死亡的误解。

第二阶段：调查了阶段治疗医师：“您的病痛什么时候开始的？迄今为止，您接受了哪些治疗？您有什么体会？” 患者：“1980年10月我在报纸上看到一个朋友的死讯，当时我正在吃早餐，嘴里还含着东西。

我参加了朋友的葬礼。

那时候我的妻子已经怀孕了。

在短短的几天内我献了5次血。

当针头扎进右胳膊时，我就会涌起一种奇怪的感觉，我感到了一种恐惧，那是对死亡的恐惧，左胸好像被压着一样，身体有规律的抽搐着。

这种对死亡的恐惧以及其他症状一直保留了好几个月，最后我每天都要喝好几瓶啤酒，当有些醉意的时候，我就会好得多。

工作上我没有什么起色，我觉得我选错了雇主，工作太无聊，可干的事情太少，我们常常会出去大喝一通，谢天谢地，我们从来没有出过什么事。

有时候我喝得大醉而归，一回家倒头便睡，第二天醒来时多半记不起自己是怎么回来的。

那段时间我就去看医生了。

1981年夏天我得知在A地有一个女神经学家，她能用针刺来治病。

我去了，经过几次治疗，身体上的疼痛消失了，白天我也不再喝酒了。

有一次我偶然得知在N地有一个心身医学诊所，我就去那里检查了。

1981年8月和9月我都在接受阶段性治疗。

我还记得那里的人是这么来分析我的病情的：原因在我父母身上。

我心里我并不接受我父母的教育方式，我尤其反感我父亲的严厉。

此外，人们也不相信我会拥有一个幸福和睦的婚姻。

如果我看不到家中的问题，这无论如何也不是一件正常的事情。

1981年4月份我妻子分娩了，我们的儿子为我们带来了极大的快乐。

所有的一切都促使我和父母断绝联系，我总是想到它，直到自己几乎被这个观点说服。

最后我的对立意识越来越强烈，在我还没有出诊所的时候我就决定要离开家，但我并没有这么做。

我的问题——对死亡的恐惧——也很少被提及了。

在我和父母分家之后，我和他们就没有什么联系了，我们的交往被限制在一个最低限度内。

现在我和父母的关系好多了，虽然可能没有从前那么好。

<<身心疾患治疗手册>>

我和我妻子的关系非常好，我爱她并且我们能够互相理解。

如果让我再选择一次，我还是会选择和我的妻子结婚。

出院后有一段时间我试图通过参加一个组织来更好的理解我自己的病情，但却没什么效果。

然后我就去做运动和瑜伽，这次效果很不错。

当我觉得我康复了之后，1982年2月份我报名参加了商业培训(上课班)和企业培训(函授班)。

商业培训课在1984年夏天结束的，企业培训是在1984年冬天结束的，这两次培训的成果不小，1985年我以优异的成绩通过了培训的结业考试。

定义 人们把神经性的皮肤病称为精神性皮炎，这种精神性皮炎通常只发生在可见的身体部位，如脸、脖子、手、膝关节，但也有发生在胸部和肩膀的。

荨麻疹是在脸部出现短期的、急性的荨麻疹块。

心理瘙痒症是皮肤痛觉器官的刺激反应。

真菌病是由真菌引发的皮肤传染病，人们对真菌进行了区分，有状菌目，酵母菌和霉菌。

人们把真菌性皮肤传染通称为癣，它是由丝状菌目引起的。

症状 精神性皮炎的典型症状是痛苦的搔痒刺激，这种搔痒刺激会特别容易在晚上出现，抓、挠会不断地擦破皮肤，从而最终导致痂皮的形成。

这病很可能在小时候就已经有了，即所谓的乳痂。

那时候主要是出现在头、脸、关节处。

荨麻疹主要会引发不同的，大多是红色的皮肤肿块，会产生强烈的搔痒刺激。

心理瘙痒症的主要特点是极端的搔痒反应，遍布全身，但很少出现在头部。

它能导致发炎性皮疹，而又会因为患者的抓、挠而恶化。

拉丁词“Prurigo”就是发痒的意思，这个词也有淫荡、浮欲的意思。

丝状菌感染没有明显的症状，也不会导致发炎性的变化。

但它会形成疤痕。

皮肤变应性：变应性反应是指另外一种反应——一些特定的刺激过敏。

但并不是所有人的皮肤都会产生这种变应性反应。

我们可以问，是什么导致这种“变应性”的。

问题可以这样提：“什么东西会让我起变应性反应？”是父母、伴侣、岳母、上司、工作、政治还是社会的不公正？这里内容方面是很重要的：我是怎么起变应性反应的。

即当我面对不准时、夸张的政治要求、不讲秩序或苛刻的秩序时的变应性反应是怎样的？经过细致的观察，我们可以断定，那些所谓的小事情(微小创伤)会影响到装饰品系统的作用功能。

皮肤变应性有立即反应和迟发反应之分。

经验表明，这不足以使患者面对那些过敏性物质(如花粉)脱敏。

这里就必须考虑到那些受轻伤影响的实际能力(解决冲突的4种形式，实际能力)。

勤奋和成就(成就给病人造成的压力过大)、服从(上司和孩子)以及秩序(见本书第二部分第19章)等实际能力是问题的关键。

病人十分重视一种宗教仪式式的礼貌，而这种礼貌阻碍了病人将自己的冲突公开化，他宁愿把这些冲突“咽到肚子”里。

当病人还是孩子的时候，勤奋和成就就是能否获得父母关心的标准，病人就是在这样一种环境下长大的。

病人的父亲原来是一个军官，他的座右铭是：“你现在能做什么，将来就会变成什么！”病人的成绩一直不如自己的哥哥，从小他就在哥哥的阴影下成长。

在积极心理治疗的第三个阶段，我们运用催眠术对病人进行治疗。

在催眠的过程中，我们向病人讲述了“一个唯唯诺诺之人的报复”，这个故事。

病人对故事中的主角很有认同感。

他可以把他的需求转移和运用到故事中。

他的反应于是变成了心理治疗工作研究的对象。

通过勤奋和成就(见本书第二部分第9章)、秩序(见第二部分第19章)以及服从等实际能力，病人在权威

<<身心疾患治疗手册>>

方面的问题可以得到解决。

.....

<<身心疾患治疗手册>>

媒体关注与评论

前言近年来，出版发行了不少各类有关心身医学的书籍。

这些书籍本应该能帮助那些受过培训和进修的医生进行治疗工作并减轻他们的负担。

但是具体到每一个诊断，又有许多问题让那些新开业的医生日日寝食难安。

例如怎样才能查明那些患有诸如肥胖症、落发、失眠、性功能障碍和无法正确克服紧张状态的病人的既往病史?怎样才能正确诊断出这些疾病，并同时提出一些重要的健康建议? 积极心理治疗法的创始人，同时也是诸多书籍的作者诺斯拉特·佩塞施基安博士，在多年实践经验的基础上对这些问题都做了回答。

作为精神病学和心理疗法医生的佩塞施基安自1977年开始，就在黑森州医生协会下属的医生培训进修学院担任教授。

1990年他和其他教授一起，建立了威斯巴登心理治疗和家庭治疗培训中心(WIPF)。

该培训中心和它所授予的第二学位都得到了黑森州医生协会的认可。

积极心理治疗和家庭心理治疗在进一步分析研究心理学的基础上，提出了不同学科为了共同的目标而相互合作的理论，并且作为一种重要的方法得到了认可。

通过对多元文化的研究，作者提出了疾病不是因素模型的主要部分，健康才应该是研究的中心。

针对不同的疾病不但需要加以区别对待，还应该结合正常生活中个人克服困难及塑造生活的能力。

该书将从积极心理治疗的角度，向读者介绍健康和疾病的心身方面知识。

书中系统分类地介绍了39种疾病的例子，医生在实际治疗病人的工作中可以借鉴。

至于如何使用处理冲突的四种方式取决于冲突的原因。

作者在书中提到的方法措施，由于有广泛的适用性，便于理解，而且经得起时间的考验，对于越来越多的开业医生和心理治疗专家而言，可以在实践中予以采纳。

因为主张在治疗中运用病人的自我帮助，所以该书对以躯体为研究对象的传统治疗方法是一个重要的补充。

克劳斯·约克教授，医学博士

法兰克福(美因河畔)

<<身心疾患治疗手册>>

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>