第一图书网, tushu007.com

<<青少年常见心理生理障碍及其矫治>>

图书基本信息

书名：<<青少年常见心理生理障碍及其矫治>>

13位ISBN编号：9787504117205

10位ISBN编号：750411720X

出版时间：1997-09

出版时间：教育科学出版社

作者：杨锦平编

页数：179

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

内容概要

人体的健康，严格地讲，应该包括躯体生理上的健康和精神心理上的健康。
所谓“体魄健全”，其中的“体”就是指人的躯体、生理，“魄”则是指人的精神、心理。
对于躯体生理上的疾患，广大青少年并不陌生。
伤风感冒、头痛咳嗽、胸闷腹泻……几乎人人都体验过。
但对于精神心理上的疾患，则未必深有体悟。
即使有所感觉，例如焦虑烦恼、孤独空虚、抑郁冷漠等，也多会被忽视过去，一般不会想到这也是一种不健康的表现。

书籍目录

一、消极心理殃及肉体——心理生理障碍的实质（一）莫道喜怒不伤身——心理生理障碍的产生（二）病魔并非细菌和病毒——心理生理障碍的特征二、精神刺激无孔不入——心理生理障碍的现状与种类（一）权威报告危言可听——心理生理障碍的现状（二）心身疾病林林总总——心理生理障碍的种类三、情绪、人格、应激、遗传——心理生理障碍的形成动因（一）病魔恋于情太极——情绪反应与心理生理障碍（二）杞人之忧天将倾——人格特征与心理生理障碍（三）悲欢离合难从容——生活事件与心理生理障碍（四）器官弱化易受损——个体易感性与心理生理障碍四、治病莫若先“治人”——常见心理生理障碍及其矫治（一）面对花瓶中的“红玫瑰”——不良心理因素对支气管哮喘的作用（二）赤橙黄绿青蓝紫——换气过度综合征的颜色疗法（三）为了避免电击的实验猴——紧张状态与消化性溃疡的关系（四）恐癌·惧考·怯场——情绪过敏导致的肠道易激综合征（五）唯恐“大臀股”的少女——误入精神性厌食的歧途（六）吐不尽的哀愁——神经性呕吐溯源（七）将饭菜吃得精光的人——单纯性肥胖的成因（八）多情少女的“黑栅栏”——甲状腺功能亢进症的心理干预（九）莫让蝼蚁溃长堤——对糖尿病需进行心身综合矫治（十）迷失在“子宫癌”的阴影里——功能性痛经的特征（十一）为伊消得人憔悴——功能性子宫出血的自我调理（十二）毫无准备的“侧漏”——经前期紧张综合征的诱因（十三）负重趔趄在“独木桥”上——青少年紧张性头痛透视（十四）套在头上的“紧箍咒”——解除偏头痛的困扰（十五）见怪不怪的“羊痫风”——影响癫痫发作的心理因素（十六）少年苦尝愁滋味——精神性失眠症的真相（十七）沉溺在自卑萎靡中的骚动——手淫自慰焦虑的病态表现（十八）尿床少儿的心理障碍——功能性遗尿的行为疗法（十九）频频如厕为哪般——少女心因性尿频尿急综合征（二十）病在皮毛　根在心理——神经性皮炎的控制（二十一）恼人的“鬼风疙瘩”——如何对待荨麻疹（二十二）“青春痘”使你黯然失色——痤疮发展的心理作用机制（二十三）“期期艾艾”张口结舌——精神性口吃的矫治指南（二十四）酣睡中的“咬牙切齿”声——认识夜磨牙症的危害性（二十五）有口难诉心中情——情绪障碍可导致官能性失音五、开启健康之门的金钥匙——心理生理障碍的预防（一）在生命之舟遭颠簸时——运用成熟积极的心理应付机制（二）一个健康长寿等式的警示——建立科学、健康、文明的生活方式后记

章节摘录

一、消极心理殃及肉体--心理生理障碍的实质　　（一）莫道喜怒不伤身--心理生理障碍的产生
众所周知，细菌、病毒、寄生虫、饥饿、寒冷、酷热、毒疠以及摔伤、溺水、火灾、车祸等生物、理化因子是威胁人类健康，引起肉体病变，导致生命丧亡的恶劣因素。
然而，长期以来一般的人对于诸如喜、怒、忧、思、悲、恐、惊等情绪，遭遇生活挫折，不良的行为习惯，不健康的生活方式等心理、社会因素能引起人的生理变化紊乱而最终导致躯体疾病感到困惑不解，更是拒绝承认消极的心理社会因素与生物、理化因子同样可以置人于死地的事实。
让我们先举两例“惊吓致死”的实例，看看恐惧对人的“肉体”的冲击程度：　　--1983年10月19日傍晚。
60岁的珀尔·皮扎米格莱老太正在一家公路旁客栈的台前工作，突然闯进一名面目狰狞、容貌可怖的歹徒向她索钱，惊恐万状的珀尔吓得面如土色……劫匪离开后，她开始感到胸闷、气喘直至昏迷。
珀尔吓昏后再也没有醒来。
经法医检查，发现这位从未有过心脏病和高血压病史的妇女因惊恐导致严重的心律失常。
仅在遭抢劫后两小时就死亡了。
20岁的罪犯斯特沃特被法院陪审团判有“吓人致死罪”。
确切地说，珀尔是死于心脏“猝死”。
美国哈佛大学公共卫生学院的心血管专家已证明，突然的焦虑或愤怒或恐惧，可引起人的交感神经的兴奋，促进肾上腺素、去甲肾上腺素分泌的急剧增加，致使数以千计的微小冠状动脉收缩，从而需要心脏在高压状态下连续泵血代偿，心舒期缩短，造成心脏在心肌缺氧后停搏或骤死。
据此机理，一位大法官也曾以“恐吓”的方法秘密地处决过一名罪大恶极的毒枭。
--某国际刑警组织逮捕了一个黑手党的首领。
此人罪恶令人发指，被法庭依法判处死刑。
但是这个亡命之徒还有恃无恐，大闹法庭；其余党则采用电话、匿名信恐吓执法官，扬言如果处死他们的“老板”，就要杀死执法官、陪审团成员及其家属。
官方当时束手无策，对这个死刑犯的判决拖延下来了。
无奈之中，深谙医学心理学的大法官想出了一条计谋。
那天凌晨，罪犯被带进一间行刑室。
在行刑室一堵墙壁上挖有一个仅容通过一只胳膊的小洞；小洞旁固定了一把椅子。
法警将罪犯牢牢地捆在椅子上坐定，遂将他的一只胳膊从墙洞中拉到屋外，也固定起来。
这时，执法官向犯人宣布：“现在要从你的胳膊动脉上放血，到傍晚的时候，你将流尽最后一滴血，你的心脏将会衰竭！
”　　……

第一图书网, tushu007.com

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