

# 找自己的心理醫生



[找自己的心理醫生\\_下载链接1](#)

著者:南琦

出版者:遠流

出版时间:20031001

装帧:

isbn:9789573250531

心生病了就一定就是神經病嗎？當然不是。每個人或多或少都有偏差、不健康的想法，但就像小感冒拖久了也有生命危險，心理的問題亦然，大部份精神病患都是從輕微症狀走向嚴重的病況，如果能夠及早發現、接受治療，說不定就能減輕傷害。但是在現階段大眾對心理衛生的認識不夠正確的台灣，多數人仍視精神病患為瘋子、視精神科為禁地，錯失了許多先期治療的機會，往往造成難以彌補的遺憾。透過本書詳實卻詼諧的介紹，對於精神醫療體系陌生的讀者會發現，原來台灣的心理醫生指的是精神科醫生與心理治療師。作者身為心理師，從人們為什麼需要精神科談起，介紹精神科在做什麼、心理師在做什麼，希望引導讀者正視自己的心理問題，學習如何向專業人員求助，進而建立「找自己的心理醫生」協助處理心理困擾的觀念，妥善照顧我們的精神健康。

作者介绍:

目录:

[找自己的心理醫生 下载链接1](#)

标签

心理學

评论

-----  
[找自己的心理醫生 下载链接1](#)

书评

-----  
[找自己的心理醫生 下载链接1](#)