

心病谁没有



[心病谁没有\\_下载链接1\\_](#)

著者:甘露春

出版者:海峡出版发行集团,鹭江出版社

出版时间:2010-5

装帧:平装

isbn:9787545901887

《心病谁没有(升级版)》是一线心理医生倾力力作，16年接诊15万人次，CCTV《心理访谈》特邀嘉宾，搜狐博客十大健康卫士。随着工作、生活等各方面压力的增大，患有不同程度心理疾病的人群日益庞大。但由于传统观念，很多人不愿承认自己有病，不肯就医，以致病情加重，久治不愈。其实，心理疾病并不可怕，可怕的是我们的观念。只有大胆说出“我有病”，才能真正打开心结，快乐做人。

甘露春医生根据自己十多年临床经验，从众多案例入手，分析常见心理疾病的特征，介绍辨证和治疗方法，把不为人所注意的常见心病向我们娓娓道来，并就如何树立正确的健康心理观念，如何学会正确对待心理疾病等，为我们提供一把打开心锁的金钥匙。

作者介绍:

甘露春，著名心理医生。中山市第三人民医院副院长，中山市心理卫生中心主任，广东省心理卫生协会心理咨询师专业委员会常务委员，广东省精神医学学会委员，广东省中医心理学会副主任委员，《现代医院》杂志编委会常务委员。

1987年毕业于云南中医学院，曾多次赴美国、澳洲等大学、心理机构接受心理专业培训。担任中医内科医师7年，1994年开始从事心理询工作，创造16年接诊15万人次的心理咨询界奇迹。热心于心理健康知识的宣传普及，到党政机关、企事业单位进行心理健康讲座近300次，接受多家著名媒体采访近500次。2008年参与汶川地震搜狐连线心理专家组，荣获“搜狐博客十大健康卫士”称号。2010年做客央视《心理访谈》，打破该栏目5年多来的收视纪录。被患者誉为“心灵按摩师”，远在拉美、欧洲等地的华侨也慕名回国求诊。

目录: 第一章 不要怕说“我有病” 心病谁没有 现代人与心病 改变旧观念第二章 心病如何辨证 我非巫师，也不懂迷魂术 心病辨证方法第三章 三大心理疾病 神经症 抑郁症 精神分裂症第四章 不可忽视的迹象 久治不愈的怪病 稀奇古怪的性格 你的脾气怎么样 你有这种困惑吗 且说综合征 是躯体疾病还是心理疾病第五章 帮你解开心结 有病就要看医生 心病还须心药治 了解常识性问题第六章 听听我的心里话 没什么大不了的 给朋友们的忠告 路是走出来的第七章 左右我一生的轨迹 胆子是这样炼就的 时代造就性情 挫折使人进步 顺势而为，积极向上附录 读者心得分享 . . . . . [\(收起\)](#)

[心病谁没有\\_下载链接1](#)

标签

心理

健康

鹭江

灵修

其他

中国

## 评论

11年借过的书。

---

听过【2015.1】

---

以前培训讲座上听了他一节课，看了这书，人是想开了一点

---

[心病谁没有 下载链接1](#)

## 书评

为何会不断的发怒，缺乏控制情绪的能力？为何自怨自艾，不断的失望或绝望？为何害怕自由受到束缚，追求新鲜、刺激和惊险？为何如水仙花一样自恋，需要伴侣不断的肯定？——阅读此书你讲得到答案。  
此书适合每一个想多了解自己与别人，想要和谐快乐生活的人。

---

最早是偶然在网上看到了一篇一篇的连载，很喜欢，整理成word文档推荐给朋友们，大家似乎对这样的话题都有相同的见解，我们生活在一个到处都是规则和隐藏的世界，有谁能让自己的心保持永远纯净和美好？心理问题是当今的大问题，值得更多的人关注。书写的很好，没有华丽的词语， ...

---

这是一本非常好的书。。语言很通俗~~~而且书的插图也都非常的不错~~~!!! 书本很厚，不要说看了，捧着这本书都觉得非常的舒服!!!  
我相信，这本书看完之后，一定会受益匪浅!!!

-----  
我看了这本书后受益匪浅。她可以帮助我们更好的了解我们的内心，了解我们的做事的方式，帮助我们更好的去生活，去获取快乐。

-----  
这本书，我读了三遍。第一次读的时候，因为看得很快，感觉没学到什么。第二次看的时候，我很仔细的阅读了每一章，感觉很有收获。第三次看的时候，我认为我已经掌握了改变自己的利器。我推荐各位对本书的第四章细细研读，这一章会让你一生受用无穷。

-----  
书的内容咋样我不讲了，我只讲几点。1。要在安静的环境里阅读；2。要有笔；3。要仔细的阅读，一字一字的读，三心二意的换个时间再读；4。读一遍不行，我一遍还没读完，我觉得至少细读三遍。5。觉得按我以上讲的读太累的话还是别浪费钱了。我觉得我的评论言简意赅，是对要买此...

-----  
看了这本书之后，我对心理健康深厚了兴趣，立即从当当网购买了好几本相关书籍，也一度有考取心理咨询师的打算，一本可以影响人生选择的书肯定是好书，而我也准备开始读第二遍啦。希望大家家里都能常备一本，以帮助我们更好的认清自己，善待他人，理解社会，最终实现人生的自足...

-----  
这本书作为一本健康类“经典教材”，确实名符其实，非常有特色，内容编排合理全面，语言自然流畅，实例运用生动活泼，读来很易理解，丝毫不给人以生涩之感。特别是书中随处可见的小插图，不但印证了作者的观点，增强了可读性，更是给本书增色不少。

-----  
收到书之后，我就一直在认真的读，甚至连注解都不放过，用咀嚼来形容一点也不算夸张，可以说，这是我有史以来读得最细、最深的一本书，虽然还远未得其真味，但我对很多东西已经如醍醐灌顶一般，有了更为清醒的认识和更加深刻的理解。

-----  
一般一本书或一个电影出续集，总会被人叫做“狗尾续貂”，借用小沈阳的一句话：为什么捏？废话，当然续集总是比第一集或第一部要烂啊……

这似乎是一个魔咒，只有极少数作品能逃脱，而且，总体上来说，全都不如第一部经典。可是，甘医生的书却没有这样，我看了看书之后才...

-----  
读书就是为了获益，而读了这本书，我真真正正有收获的感觉。生活中，特别是人和人的交往中，特别是心理方面，如何平衡好关系，确实是值得研究的。

-----  
大城市生活压力确实很大，各种各样的心理疾病发病率高升，心理问题是值得思考和探究的话题。。。希望作者可以多出几本这样的书。。。多多说一些实例与治疗办法

-----  
刚从书店买回来这本书，听朋友介绍过，据说写的还行，很实用，可以学到很多知识，本人对这类型的书还真不太了解。。。呵呵。

-----  
心病谁能没有，从古至今都有有心病之人，但是古代没有听说有心理医生这个职业，时代进步了，医生分的细了，就有了心理医生，甘大夫可以说是其中杰出的代表人物，他写的这本书可谓是不可不看。

-----  
甘老师介绍了很多心病的征兆，其中有一条我就经常有，那就是“入睡困难，浅睡多梦，而又常常早醒”，刚开始我还以为是自己身体的问题，以为是周围环境造成的，现在我才知知道原来是心病。我现在终于知道怎么能睡个好觉啦。

-----  
中国有句老话：心病还得心来医，有心病怎么办，打针吃药不好使，只能找其他的方法来治疗，看书就是个很好的方法，现在有这本甘大夫写的书，解心病就有了依据，按照书中的方法，就能治好心病啦。

-----  
还不错，能了解更多日常生活某些现象的心理问题。挺过瘾的。  
用实例引出问题，在介绍问题的解决方法 作者的思路很清晰，写的不错  
插图也挺有意思 很适合生活在大城市的人们看，很受用  
实例可以在多点就更好啦。。哈哈

-----  
身心舒泰，是为健康。所以，人心不应有结。心一旦打了结，种种心理问题也将由此而

生，轻则表现为迷茫困惑，影响工作和人际关系；重则产生情感、思维及行为的失控，以致丧失正常的工作生活能力，甚至危及生命。  
受某些传统观念的影响，中国人对“心理疾病”特别忌讳，不敢说“我...

-----  
书是刚买回来的，看了几页  
书里的内容不是很大条，而是一些实例，很多现代人都存在的问题。从实例分析讲解，简单易懂。  
一直觉得这类的书很枯燥,但这本书很有趣,里面的插图让这本书有味道~喜欢

-----  
身体有病还好说，可以看医生，吃药打针，对症下药都可以治。但是心里有疾病呢，这个可不好治，俗话说的好，心病还得心来医，甘医生的这本书就是最好的心病良药，强烈推荐啊。

-----  
[心病谁没有\\_下载链接1](#)