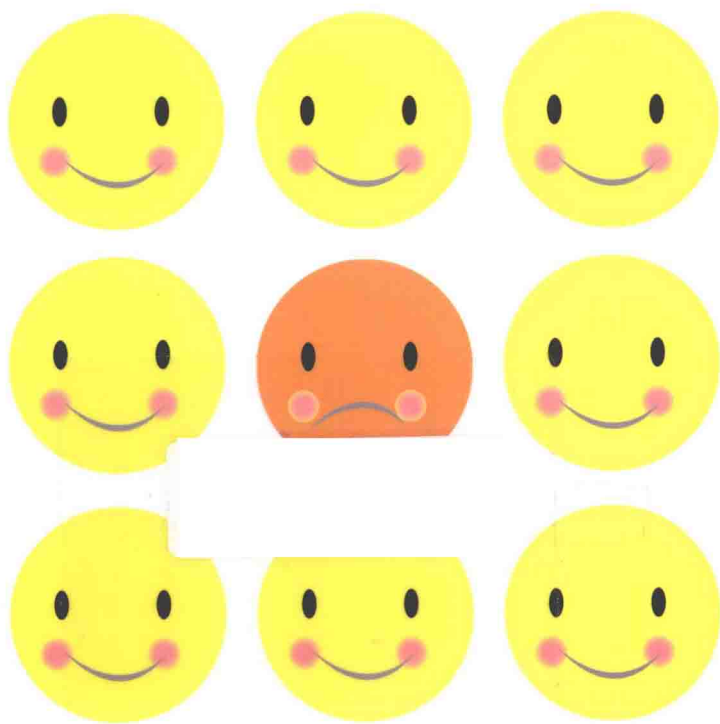


Pain psychology

痛苦心理学

林昆辉 著



精神疾病家属照护心理学

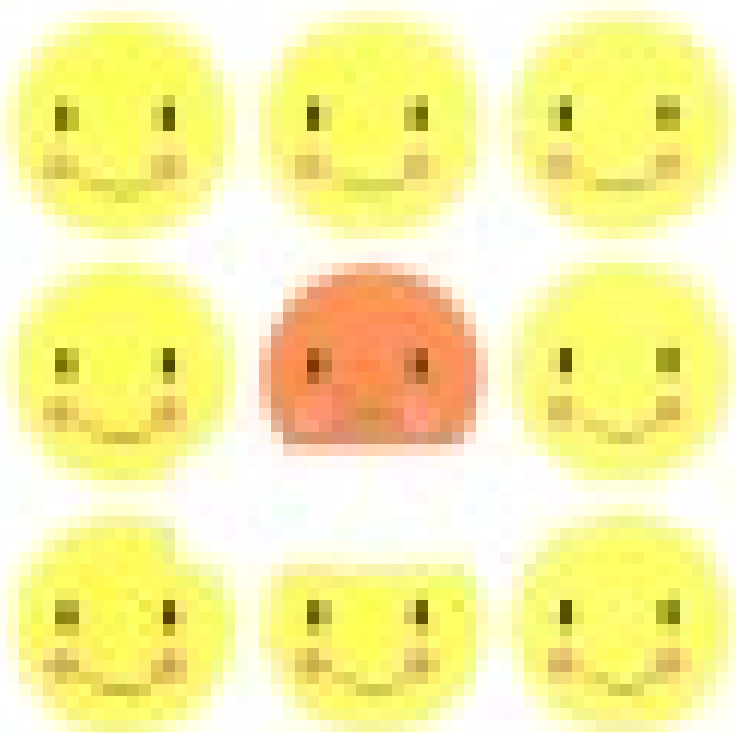
希望24小时热线: 400-161-9995. 创办人暨危机干预学术总监林昆辉

带你认识痛苦、获得帮助

衰老之苦·疾病之苦·意外伤害之苦·自杀之苦·精神疾病预后的心理治疗

Pain psychology

痛苦心理学

[illegible]

痛苦心理学

林昆辉 著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

痛苦心理学 / 林昆辉著. —北京：电子工业出版社，2015.1
ISBN 978-7-121-24729-3

I. ①痛… II. ①林… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第261941号

策划编辑：白 兰

责任编辑：张 轶

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：710×1000 1/16 印张：12 字数：100千字

版 次：2015年1月第1版

印 次：2015年1月第1次印刷

定 价：35.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

C O N T E N T S

010 序

011 PART 1 生与死的翘翘板

014 (一) 第一层：生与死

016 (二) 第二层：幸福与痛苦

017 (三) 第三层：四个翘翘板

019 PART 2 痛苦

020 (一) 衰老(A)之苦

021 (二) 疾病(B)之苦

022 (三) 意外伤害(C)之苦

022 (四) 自杀(D)之苦

023 (五) 引以为苦

025 1. n 值无限大

026 2. 无所不引

026 3. 无对象性

029 PART 3 PS_A : 衰老之苦

030 (一) 切断 $PRAn$ 的第二循环痛苦(引以为苦)

032 (二) 联结 $FS \rightarrow FR$ (建构幸福 vs. 痛苦的翘翘板)

033 1. 动力重建

039 2. 能力重建

C O N T E N T S

043	PART 4 PS _B : 疾病之痛
045	(一) 疑病期
045	1. 病人之苦: 两种心理现象
048	2. 家属协助病人承受疑病之苦的方法
050	(二) 康复疗养期
051	1. 病人的行为征兆
052	2. 承担病人之苦的方法
054	(三) 慢性病期
054	1. 慢性病工作者的痛苦
055	2. 如何帮助慢性病工作者
056	(四) 绝症期

057	(五) 安宁期
058	1. 家属如何帮助自己
058	2. 家属如何帮助病人
059	(六) 精神病期之苦
060	1. 第一类：人格疾患之苦
064	2. 第二类（上）：精神官能症之苦
074	3. 第二类（下）：忧郁症之苦
097	4. 第三类：精神分裂症
117	PART 5 PSc：意外伤害之苦
119	(一) 晴天霹雳与危机处理

C O N T E N T S

119	(二) 身体的病痛与残疾
120	(三) 意外致死
120	(四) 当事人如何帮助自己
120	1. 购买适当的保险
121	2. 预立遗嘱
121	3. 紧急联络人
121	4. 预填器官捐赠卡
121	(五) 家属如何帮助当事人
121	1. 安葬仪式
122	2. 医疗照护
122	3. 心理治疗

123	PART 6 PS _D : 自杀致死
125	（一）自虐之苦
126	1. 自虐者的痛苦
127	2. 家属如何帮助自己与当事人
131	（二）自残之苦
133	1. 割腕者的痛苦
135	2. 家属如何帮助割腕者
136	（三）自杀之苦
138	1. 自杀者的痛苦
143	2. 家属如何判读生命危机
150	3. 家属如何帮助自杀者与家人

C O N T E N T S

157	PART 7 结论：最后的叮咛
159	PART 8 附录：精神疾病预后的心理治疗
161	（一）服用抗精神病药物病人与家属
161	1. 抗精神病药物的副作用
162	2. 调药：病人以身试药
174	3. 调药与规律用药的病人
178	4. 精神病人的家属
182	（二）为什么要预后的心理治疗
182	1. 要求继续调药吗
183	2. 精神疾病的病因与治疗模式

185	（三）开启预后心理治疗
186	1. 心理治疗模式的操作
189	2. 预后心理治疗的时机

痛苦心理学

林昆辉 著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

C O N T E N T S

010 序

011 PART 1 生与死的翘翘板

014 (一) 第一层：生与死

016 (二) 第二层：幸福与痛苦

017 (三) 第三层：四个翘翘板

019 PART 2 痛苦

020 (一) 衰老(A)之苦

021 (二) 疾病(B)之苦

022 (三) 意外伤害(C)之苦

022 (四) 自杀 (D) 之苦

023 (五) 引以为苦

025 1. n 值无限大

026 2. 无所不引

026 3. 无对象性

029 PART 3 PS_A : 衰老之苦

030 (一) 切断 PRA_n 的第二循环痛苦 (引以为苦)

032 (二) 联结 $FS \rightarrow FR$ (建构幸福 vs. 痛苦的翘翘板)

033 1. 动力重建

039 2. 能力重建

C O N T E N T S

043	PART 4 PS _B : 疾病之痛
045	(一) 疑病期
045	1. 病人之苦: 两种心理现象
048	2. 家属协助病人承受疑病之苦的方法
050	(二) 康复疗养期
051	1. 病人的行为征兆
052	2. 承担病人之苦的方法
054	(三) 慢性病期
054	1. 慢性病工作者的痛苦
055	2. 如何帮助慢性病工作者
056	(四) 绝症期

057	（五）安宁期
058	1. 家属如何帮助自己
058	2. 家属如何帮助病人
059	（六）精神病期之苦
060	1. 第一类：人格疾患之苦
064	2. 第二类（上）：精神官能症之苦
074	3. 第二类（下）：忧郁症之苦
097	4. 第三类：精神分裂症
117	PART 5 PSc：意外伤害之苦
119	（一）晴天霹雳与危机处理