



广州白云心理医院
广州市医疗保险定点医院

院刊

郑洪波

封面人物

精神健康的守护者

筑牢防控底线，强化岗位技能 | 广州白云心理医院战“疫”防控技术大练兵

我院获授“多学科精神心理健康研究协作组协作单位”称号

康复案例 | 多年失眠总是治不好？原来“失眠”外衣下藏着抑郁症

心理评估与筛查服务进学校助力校园心理健康工作

第一期

— 更专业、更有效、更经济 —

发刊词

日月其迈，时盛岁新。伴随着我国医疗健康产业快速发展，借助健康中国战略的东风，广州白云心理医院也在质量建设的赛道上跑出了加速度。近年来，医院秉承“更专业、更有效、更经济”的核心价值观，铸就“同舟共济、自强不息”的以奋斗者为本之精神，紧紧围绕质量建设深耕细作，坚持以学科建设为引领，大力实施人才强院、质量兴院战略，深化学科协调，全面提升患者就医体验，不断增强职工的职业荣誉感、幸福感和获得感。

新的时代，为我院所有人员提供了更广阔的舞台，也对我院所有人员寄予了更高期待、提出了更高要求。面对日益激烈的竞争格局，越需要全体职工上下同欲、同舟共济，更需要我们夯实文化根基，才能谋基业长青。文化是医院持续发展的灵魂，是质量发展的思想基石，作为医院的文化载体，院刊将会伴随医院的成长，及时报道医院的发展快讯，记载医患的心路历程，充分展示员工的精神风貌和事业成就，鼓舞和激励每位员工自强不息、开拓进取。

在这里，记录了白云成长的每一个脚印；在这里，让更多人了解白云，亲近白云；在这里，白云得以更好的传播和展现。我们有理由相信，继往开来，白云的明天更美好，白云的前程将更辉煌。这一刻，院刊正式创刊，让我们一起：回忆昨天成长的足迹和身影，铭记今天真挚的感情和发展，憧憬明天辉煌和绚丽的我们。

写在白云心理医院院刊创刊之际 编辑部

二〇二二年十一月



规范服务强培训，全力保障佑平安

——广州白云心理医院组织开展医保知识培训

为巩固提高医院医护人员基本医疗保险知识水平，强化临床医务人员医保管理意识，进一步规范医疗保险服务行为，8月9日下午，广州白云心理医院医保办对全体临床医护人员及相关科室人员开展了“2022年医保基金管理知识专题”培训。



培训会前，广州白云心理医院行政院长胡誉怀讲话表示，要高度重视医保工作，严格落实好文件制度及每一次的培训内容。同时强调医护人员要明确自身职责，按医保规定要求，做到规范诊断，合理用药，合理检查，合理治疗，规范收费，在医保政策规定的范围内为广大参保患者做好医疗服务。

随后，医保办孙云红主任组织与会人员学习了广州市医保局白云分中心的课件《如何做好医保基金使用管理》，并现场解读结算部《关于2020-2021年度按病种分值付费审核情况通报》，结合本院实际情况，通俗易懂的进行了相关医保知识培训。

中医康复科王铮辉主任详细汇报了《中医康复科规范诊疗报告和医保项目自查报告》。

会上，大家还共同学习观看了《如何做好医保基金使用管理》的医保课件讲解视频。具体内容：**1.国家飞行检查重大违规案例的分析；2.明确医保管理目标；3.物价收费问题解析；4.违反限制用药问题；5.如何合理控制医疗费用等等。**

医保培训干货满满，大家纷纷表示受益匪浅。培训结束后，全体医务人员进行了医保政策考试，对医保政策有了深入的了解和更全面的掌握。

医保工作涉及面广泛，定期进行政策培训宣讲，有助于全院医务人员更好地掌握医保政策、共同维护医保基金平稳安全运行和参保群众权益。本次培训提高了全院员工医保政策的知晓率，增强了医务人员合规意识，加深了对违规违法事项的认识和理解，从而使诊疗服务更加规范，促使我院医务人员在以后的工作当中更加重视医保工作，为我院今后医保管理工作夯实了基础。



筑牢防控底线，强化岗位技能

广州白云心理医院战“疫”防控技术大练兵

为进一步加强新冠病毒核酸采样质量管理，提高核酸采样的规范性和准确性，8月12日下午，广州白云心理医院院感科按照《关于进一步加强新冠病毒核酸采样质量管理工作的通知》最新要求，对我院临床医务人员及相关科室人员等核酸检测采样人员进行了培训。

广州白云心理医院行政院长胡誉怀讲话强调，要对这次培训要高度重视，参训人员要进一步提高政治站位，增强做好疫情防控工作的责任感、使命感和紧迫感，并以此次培训会为契机，严格按照最新要求，熟练掌握每一个环节和技术要领，确保采样操作和行为科学规范，打造一支召之即来、来之能战、战之必胜的核酸采样队伍，确保安全、有效、有序开展核酸检测样本采集工作，为人民群众提供优质高效的核酸采样服务。

此次培训采取理论知识讲解和现场实际操作相结合的方式授课，我院6名取得区级新冠病毒核酸采样师资培训医护人员分别对新型冠状病毒的特性与传播、核酸采样点功能分区与布局、口咽\鼻咽采集技术、个人防护用品穿脱培训等进行了详细授课。

现场分成3个小组进行理论及操作培训，医务人员在各培训老师的指导下练习穿脱防护服和口咽/鼻咽拭子采集技术。培训结束后，医务人员有序的进行理论知识和实际操作考核。

通过此次培训，提高了我院医务人员核酸检测采样技术的准确性，强化了医护人员个人防护操作的规范性，加深医务工作人员对核酸检测的采样流程和环节的了解，切实提升了核酸检测业务能力及应急处置能力，为给广大人民群众提供优质高效的核酸采样服务，科学应对疫情防控打下坚实基础，以实际行动迎接党的二十大召开。



广州白云心理医院开展 “防暴力及床上约束法”培训

为了有效防范精神科暴力冲动事件、规范精神科约束法护理操作行为，提升医护人员应急医疗处置的合理性、及时性和安全性，以及提高医护人员危险防范意识和技能。

9月13日下午，广州白云心理医院、广州仁泰医院护理部举办了“防暴力及床上约束法培训”。培训由“暴力伤害及约束保护管理小组”，我院专科护士卢晓玉、古海珍、魏翠苹、莫海俊护士长主讲演示，分别从热身运动、基本站姿、床上约束法、脱身法等方面进行实操教学，各学科医护人员代表参加了此次培训。



培训会上，林建葵主任全程给予指导，首先从精神科急诊护理知识、特点、评估诊断和处理原则、基本治疗指南、常见原因和临床表现、常见急诊，如抑郁自杀、木僵、幻觉、急性妄想、惊恐发作、暴力行为等紧急状态的处理原则和方法。

随后，林建葵主任结合切身体验，传授作为一名医务人员，在面对精神科常见紧急状态时，如何迅速采取有效的紧急处理措施，解除患者痛苦，防止病情恶化，挽救患者及他人的生命。



床上保护性约束一直是辅助治疗与安全管理的有效措施之一。是在遵循诊断和治疗规范的情况下，并在实施后告知患者的监护人，对急性精神科病房中患者的不合作行为，如冲动暴力、逃跑、自伤、扰乱医疗秩序等进行约束保护，能最大限度地减少意外事件的发生，帮助患者更好的控制自己的不良行为，稳定高涨的情绪，促进治疗的顺利进行。

脱身术培训的内容主要有握手腕、扯头发、连手熊抱、抓衣领、掐脖子等等。非常实用的处理技巧让大家充满了学习的激情，古海珍护士长强调非常重要的一点是要反复练习，做到每个动作熟练、规范，才能更好地运用到工作中去。

此次培训，生动形象的表述，规范的现场操作，良好的互动，热烈的现场气氛，使得医务人员纷纷表示学习内容和培训形式新颖、实用，受益匪浅。据了解，我院成立的防暴力小组将通过培训以及考核使全体护理人员提升防暴力意识和技能，从而更安全有效地开展精神科护理工作，切实保障患者和医护人员的人身安全和身心健康。



迎国庆·促安全

我院节前开展行政大查房，确保医疗工作安全

国庆将至，为确保节假日期间医院疫情防控和各项工作安全有序运转，为广大患者提供一个安全、舒适的就医环境。9月28日下午，广州白云心理医院行政院长胡誉怀、医教科负责人曾莞勇分别带领行政职能部门和相关科室主任、负责人，深入全院各科室进行节前安全检查。

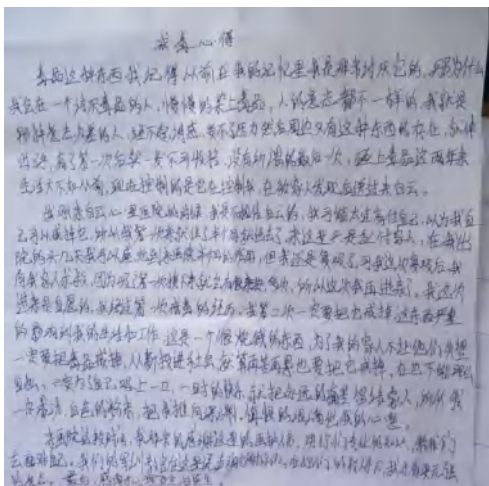
此次查房不仅关注医院消防安全、设施设备安全、排班值班等方面的工作，还重点检查了节日期间疫情防控和医疗服务等方面的工作情况，此外还对全院各病区医护人员急救设备的规范使用操作进行了抽查。

针对在检查中发现的隐患和薄弱环节以及科室提出的困难和问题，进行现场整改，不能现场解决的要求相关科室限期拿出整改方案，加快推进解决。

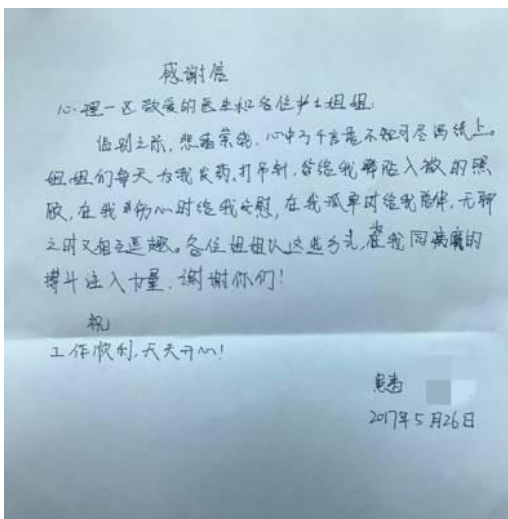
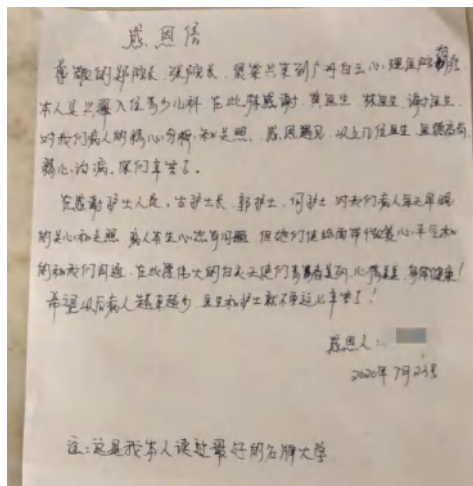
行政院长胡誉怀强调当前疫情防控形势依然严峻，各科室要加强思想认识，统筹疫情防控和学科发展，落实落细各项防控措施；各科值班人员要在岗在位，尽职尽责，全力确保节假日期间医院平稳安全运行，在做好疫情防控的基础上，努力为广大人民群众提供更加安全可靠的医疗保健服务。



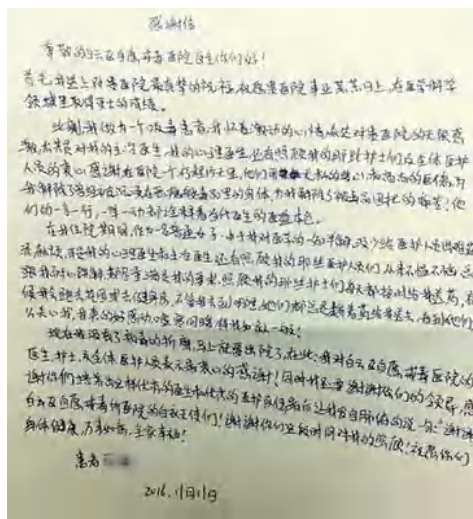
医德高尚暖人心，患者亲写感谢信



来医院这投时间，我非常的感谢这里的医护人员，用你们专业的知识，帮我们去面对自己。我们的军训教官在这里说声谢谢你们，在你们的锻炼下，我才有更坚强的意志。最后，感谢白云心理医院及主治医生。



姐姐们每天为我发药、打吊针，给我体贴入微的照顾，在我伤心时给我安慰，在我孤单时给我陪伴，无聊之时又相互逗趣。各位姐姐用这些方式在我同病魔的搏斗注入力量，谢谢你们！



作为一个吸毒患者，我怀着激动的心情，无限感激我的主治医生，我的心理医生还有全体护士们，在这段治疗里，他们用无私的心和高尚的医德解救了我！他们的一言一行，一举一动都诠释着医者本色。

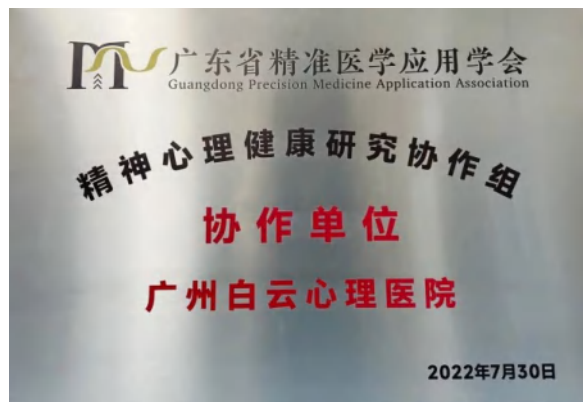
精医精术济民生，同心同梦共发展

——我院获授“多学科精神心理健康研究协作组协作单位”称号

近日，由广东省精准医学应用学会、广东省心理卫生协会联合主办，广东省心理卫生协会心理评估专业委员会等共同举办的2022年国家级继教项目——心理测量与心理评估新技术学习班暨广东省精准医学应用学会精神心理健康分会第二次学术会议暨广东省心理卫生协会心理评估专业委员会第八次学术会议在广州以线上线下相结合形式圆满举办。



广州白云心理医院儿少心理科副主任医师罗爱民带领带领医师团队参加会议，并做主题演讲。活动现场，广东省精准医学应用学会精神心理健康研究协作组正式成立，广州白云心理医院被授予协作单位。据了解，作为一个跨领域、多专科的精神心理健康精准医学交流、共享的协作平台，协作组由暨南大学附属第一医院牵头发起，吸纳协作单位共24家，遍布广东省14个城市。



此外，广州白云心理医院副院长罗爱民受聘为广东省精准医学应用学会精神心理健康分会第一届委员会副主任委员。对此，罗爱民副院长表示，未来，广州白云心理医院将根据分会的主要工作，开展高质量的学术研究、深化心理评估与心理测量培训与宣传工作，为广大患者带来更好的医学服务和体验，推动广东精神卫生事业发展再上新台阶。

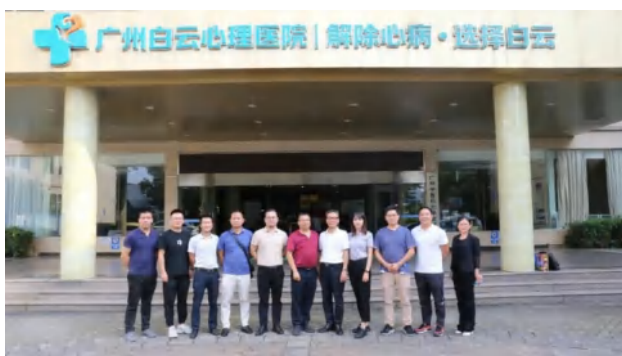


为贯彻落实社会心理服务体系建设的部署要求，提高心理健康服务质量，广州白云心理医院联合医院内外精神科和心理科专家组成心理/治疗/咨询实践带教导师团队，大力推进正规化、专业化、职业化心理咨询与心理治疗队伍培训。

广东省卫生经济学会社会办医分会 领导一行莅临我院参观交流！

为了积极应对疫情下，医疗行业发展环境变化带来的新问题、新挑战，探讨发展出路，更好的促进广东省社会办医建设，为国家大健康产业作贡献。9月1日下午，广东省卫生经济学会社会办医分会领导一行莅临我院参观交流。

来访领导在广州白云心理医院行政院长胡誉怀的陪同下对心理治疗中心、粤心安永平街社会心理服务站、功能检查室、职业功能训练室、各项心理诊疗及治疗设备进行了实地考察和深入了解。



参观结束后，广东省卫生经济学会社会办医分会与广州白云心理医院召开交流会议。行政院长胡誉怀对广东省卫生经济学会社会办医分会领导的莅临指导表示欢迎，并介绍了广州白云心理医院现状和发展历程、特色科室、医院技术、专家团队等情况，来访领导一行对广州白云心理医院的发展高度赞赏。

会上，行政院长胡誉怀讲话表示，希望通过此次交流，汲取经验，深化合作，借助学会的力量，将我院在专业技术、人才队伍等方面优势最大化，并通过社会办医平台赋能，助力医院更好地应对疫情挑战，承担更多社会责任，为市民精神心理健康保驾护航。

随后，来访领导针对后疫情时代，社会办医发展面临着政策、技术、人才等困难，提出医院要在困境中寻找生路，发挥医院优势，与行业各兄弟单位抱团取暖，对行业共同面临的难点、痛点进行深度研讨、合作。同时他们表示学会将充分发挥桥梁和纽带作用，为医院纾困解难，不遗余力的给予医院平台和资源上的支持与帮助，与院方共同携手、共同提高行业综合水平。



通过此次参观交流，广州白云心理医院与广东省卫生经济学会社会办医分会进一步建立沟通桥梁，为广州白云心理医院突围疫情影响，持续提高医疗质量与广大群众的就医体验水准带来更多可能。

仁心仁术显功效，让患者重获新生

——我院获授“多学科精神心理健康研究协作组协作单位”称号

前言：中国首次全国性成人精神障碍流行病学调查显示，焦虑症现在已成为我国患病率最高的一种精神障碍，成人终身患病率高达7.6%，其中，12月患病率最高，为4.98%，人数可达8000万人。

确实，现实生活中，焦虑症的患病人群在逐年上升，其中，包括各行各业的成年人，以及未成年人，他们都因各种因素而患有焦虑症，这严重的影响了自己的正常生活、工作和学习。

1、母亲带焦虑症患儿四处寻医

日前，22岁的阿健被母亲送来广州白云心理医院住院治疗。母亲说，阿健患有严重的焦虑症，病情反复发作，总也好不了，一发作起来，整个人坐立不安，手心大量出汗，胸闷气短，有时甚至连气都喘不过来。

母亲的语气中似乎有一丝抱怨。她说，自己经营着一家制鞋厂，原本生意不错，可阿健得病这些年，她带着阿健四处看病，厂里的生意都快荒废了。在母亲说话的间隙，阿健只闷声低着头，眉头紧锁。接诊的儿少心理科主任医师郭沈昌教授询问阿健病史，他眨眨眼示意医师让他母亲回避。等母亲离开后，阿健说了自己的“故事”。



2、家庭关系是“致病土壤”

阿健说，他的焦虑症从上高二那年就开始了。父母对他的学习要求十分严格，尤其是母亲，只要他哪次没考好，必定遭到母亲的一顿狠训。高二的一次考试他考砸了，因此不能在高三时进入尖子班。一想到母亲严厉的脸，阿健就不敢开口告诉母亲，他越想越紧张，全身冒汗，胸口憋得没法透气。听完阿健的诉说，医生大致了解了他的焦虑症久治不愈的原因——家庭关系是“致病土壤”！

随后，母亲为阿健办理了入院，经过和母亲深刻地交流，儿少心理科医护团队为阿健的病情制定了针对性的治疗方案：“中西医结合诊疗+物理治疗+心理治疗”三者相结合。治疗初期，阿健每天按时服药，同时进行物理康复治疗，失眠早醒、心慌胸闷、爱发脾气、寝食不安等症状得到了逐步缓解。



3、家庭成员共同参与治疗

但阿健的焦虑症是因“心”而起，所以心理治疗必不可少，郭沈昌教授为阿健安排了心理医生。心理医生深入了解了阿健的家庭情况。原来，阿健的父母一直非常努力打拼，从创业办厂之初就全身心投入事业中，因而极少顾及家庭。

而且，由于母亲性格开朗，常与邻里说说笑笑，父亲则认为母亲作风轻佻。两人常因为这些事爆发争吵，家庭气氛很紧张。心理医生建议，除了阿健接受治疗，他的父母也应该参与进来，一起接受家庭治疗。经过一段时间的家庭治疗，阿健的父母明白了自己的问题，进而家庭关系得到缓和，阿健的焦虑症也明显好转了。

4.家长要做好孩子的“帮手”

广州白云心理医院儿少心理科专家表示，对青少年焦虑症患者而言，家庭环境是使其陷入焦虑的首要因素。

据了解，63%的学生患者在家庭中感受到严苛、控制、忽视、缺乏关爱和冲突、家暴。与此同时，学业压力也成为压在青少年焦虑症患者身上的一座大山。

对此，他建议家长首先要多重视给孩子进行减压，不要总是逼迫孩子进行学习，学习起来要劳逸结合；其次孩子不管出现任何心理问题，家长都应该和孩子谈心，这样家长才明白孩子到底在与什么不良情绪做对抗，才能帮助到孩子；最后对于症状明显的焦虑症患者，家长一定要带其及时就医，切忌拖延，以免病情加重，影响青少年的生活和学习。

康复案例 | 多年失眠总是治不好？

原来“失眠”外衣下藏着抑郁症

今年57岁的曾大妈近期被确诊患有抑郁症。据曾大妈自己所述，她是因为睡不着，实在太煎熬了，才来医院看病的。广州白云心理医院主任医师祁富生第一次见到曾大妈时，她情绪低落，愁眉不展，在询问她病情时，有些注意力不集中。

经了解，曾大妈曾因“睡眠障碍”在东莞市的两家医院就诊过，但治疗效果都不明显。曾大妈说：“吃了医院开的药后一晚上能睡3—4小时，但是白天还是觉得全身没力气，心里也很不开心。”经过初期判断，祁富生主任觉得曾大妈的症状并不单是失眠引起的。为了更全面地了解曾大妈的病情，祁主任与她长谈了一次。

曾大妈说，她的失眠始于5年前的一场手术之后。2017年，她因左侧肢体麻木做了颈椎间盘手术，出院回家后就开始睡不着了。晚上明明觉得很困，可是一躺上床又无法入睡，睡不着心里急，过一会儿就看一次表，越急就越睡不着。睁眼到天亮后，白天又全身乏力，精神不济，吃不下饭，也干不了活，甚至有时连走路都走不动了。

家人看她身体状况不好，就让她好好在家休息。可总是一个人在家呆着，没有人陪伴，她觉得特别孤单，有种想哭的感觉，甚至觉得活着没什么意思。她还曾经想过跳楼自杀，后来家人发现了她病情的严重性，便立刻送她去东莞的医院治疗。了解病史后，祁主任为曾大妈做了全面的检查，诊断结果为抑郁症，而失眠只是抑郁症的症状之一。



祁主任建议曾大妈住院治疗，并制定了针对性的诊疗方案：药物治疗+心理治疗+物理治疗。药物治疗一周之后，曾大妈的睡眠得到了改善，抑郁症状也逐渐得到了控制。药物治疗取得初步成效后，心理治疗也开始进行了。

曾大妈对心理医生说自己在睡前还是焦虑，怕睡不着。心理医生就将治疗重点放在解决焦虑情绪上。心理医生还教了曾大妈几种睡前放松的方法，她试过后说特别管用。曾大妈住院30天后得以出院。她说自己“失眠”时最大的愿望就是吃得下、睡得着，现在不但吃得香、睡得好，心情也好了，整个人轻松了不少。

“要不是来广州白云心理医院治疗，我还以为我只是失眠，没想到根源竟然是抑郁症。”曾大妈对医护人员感谢再三，不断赞他们“医术精湛，护理周到”。



女孩患病8年，家人用迷信治病

获社会心理服务站救助送院治疗

没人知道小佳（化名）为什么会“中邪”，她就这样突然之间“变”了。家住白云区均禾街的小佳今年24岁，正当风华正茂之年，可她被精神疾病缠身8年。

2014年，小佳刚踏入高中的校门，厄运便在她的豆蔻年华降临。那时小佳开始出现精神异常的症状，时常胡言乱语，还自称是长白山的“狐仙”，被“妖魔鬼怪”控制。家人以为她“中了邪”，一直在用迷信的方法处理，甚至找“神婆术士”施法。

8年来，这么长的时间非但没有成功，小佳的病情反而越来越严重，尤其让家人捏把汗的是，虽然还可以交谈，但她神志模糊，出现幻觉幻听，最严重时走到楼上想要跳楼自杀。究竟是什么病？让乖巧文静的小佳突然变成这样了？面对冷漠木讷的女儿，全家人都不知所措，内心画了无数个问号……

今年9月8日，小佳再次出现幻觉妄想，想要自杀，所幸被家人发现后将其劝下。粤心安·均禾街社会心理服务站得知情况后，心理医生在综治办的指导下及时对小佳进行心理干预。13日，社会心理服务站和居委的工作人员一同再次上门面访，对小佳进行心理干预的同时帮助家属认识问题，消除疑虑。



小佳长达8年的精神异常搅得家人身心俱疲，父母决定将其送院治疗。9月15日，粤心安·均禾街社会心理服务站启动广州白云心理医院“绿色转诊”快捷通道，让小佳第一时间得到专业诊治。了解了小佳的病史后，广州白云心理医院病区主任陈江永医师为她做了详细检查，诊断为“精神分裂症”，并根据其病情典型、病程较长的情况联合多学科制定诊疗方案，通过药物治疗、心理治疗、物理治疗等帮助小佳更快更好地恢复。



七旬独居老人患精神疾病有人帮

永平街社会心理服务站暖心为其纾困救治

9月18日，永平街辖区独居老人曾叔（化名）试图自杀，幸好被邻居及时发现救起，综治中心、社区网格员得知情况后，永平街社会心理服务站工作人员、社工等联合紧急救助将老人送院治疗。

七旬的曾叔是白云区永平街的一位独居长者，身患严重糖尿病，十几年前离婚后妻女去了国外，没有再联系，在国内只有一个妹妹，奈何妹妹生病，无力照顾曾叔。独居在家的曾叔成了社区重点关注的对象，社工每天都必打电话或上门了解情况。

9月16日社工上门探访，发现其精神症状越发严重。曾叔无法用钥匙打开家门，而且近期已经不是第一次因门锁问题进不去门了。“前几天才刚因为没带钥匙，管理处协助他叫来开锁公司帮忙开门回家。”物管向社工反映说。

作为永平街社会心理服务站的社工，接到辖区内突发的紧急个案，服务站专治工作人员江医生立即通过电话与广州白云心理医院取得联系，说明该个案的特殊情况，随后启动“绿色通道”快捷通道。

在告知需准备核酸等注意事项后，19日，曾叔被安全送到广州白云心理医院时，广州白云心理医院急性干预科绿色通道医生早已在医院等候，无缝衔接完成入院手续和诊疗救治流程，曾叔成功入院，获得专业救治。

医院吴翠玲医生为曾叔进行了详细问诊和检查，并根据其病程特点联合多学科制定诊疗方案，通过药物治疗、心理治疗、物理治疗等帮助曾叔更快更好地恢复。“曾叔顺利入院啦！那里有独立床位，每天一日三餐都有人安排妥当！”病人得到救治，社工小江松了一口气，并表示后续他们将经常进行回访，了解最新情况。

9月21日，经过社工、医护人员的悉心照顾和专业康复治疗，曾叔感觉心理和精神上轻松了许多，病症逐渐得到好转。



各大媒体争报道，仁者见仁解难题



大湾区卫视就学习困难相关话题采访我院儿少心理科副主任医师罗爱民



广州日报：13岁初一逃学女生每日写小说摆脱心理困境变“阳光少女”



广州电视台就孩子学习困难相关话题采访我院儿少心理科主任医师郭沈昌



广州电视台就相关心理话题采访我院慢性精神康复科女病区杜维豪主任



南方卫视：未成年人网络打赏可退回，孩子沉迷手游，家长监管缺位



南方日报：吃鸡成瘾怎么办？广州有了首家“青少年游戏成瘾”门诊

焦虑症也会导致老年痴呆吗？ 专家进行详解

中新网

2022.9.20 星期二

中新网广东新闻9月20日电 (记者 唐贵江)

最近广州白云心理医院中医精神康复门诊，迎来一对特殊的患者，是一对母女同时罹患焦虑症的案例。

王女士今年65岁，患有抑郁焦虑症已有2年多，虽有服中西药控制调理，可是老人家秉承“多吃药无益”的理念，也时有自行停药的情况，而最近出现了一些老年痴呆的典型症状，记忆力快速的衰退，例如早餐刚刚吃过不到20分钟，就一直追问女儿黎女士是不是吃过早餐了，为什么不给她吃早餐等啼笑皆非的事情。



发现母亲不对头，黎女士赶紧上网去查查是怎么回事，一看可能是老年痴呆症，也就是阿尔兹海默症。随着对疾病的不断深入了解，黎女士开始担心疾病所带来的家庭负担，渐渐地也出现了失眠等焦虑症状，所以这次带母亲复诊也赶紧给自己挂了个号。

那到底是怎么回事呢？抑郁焦虑也会引起老年痴呆吗？专家称，答案是肯定的。

9月21日是“世界老年性痴呆宣传日”，也有人将其简称为“世界老年痴呆日”。该院中医精神科副主任医师李利敏指出，中医学理论认为脑为元神之府，具有主宰精神、意识和思维活动的功能，是一身之宗，百神之会。头者精明之府，精神、意识功能正常，则人精神饱满、意识清楚、思维敏捷、语言清晰。

专家表示，精神焦虑症与老年痴呆在中医治疗上，病位其实相似，不同患者，辩证施治，从体质上来扶正却邪，通督养元，自会有不错的效果。不过也同时指出，老年性痴呆，是极难治疗的一种退行性疾病，早发现早干预才是对的，同时预防和康复也十分重要。

老年人的家人也应根据老人的个性、爱好等情况，提前鼓励其多参加文娱活动，如打牌、打麻将、练书法、画画、做游戏、讲故事等，可以陶冶情操，也可以多“动动脑”，有助于智力的保持及预防痴呆的发生。(完)

责任编辑：黄强

学习困难门诊解决不了的事： 整个社会的压力都往教育上走



2022.8.22 星期一

这是2022年8月4日，广州市白云心理医院学习困难门诊。开设专门学习困难门诊之前，儿童少年心理门诊每天的接诊量仅有10个左右。现在，每天光“学习困难”儿童，就有30个以上。

叫到那对中年夫妻了。他们进入诊室，在副主任医师罗爱民跟前，开始叙说孩子的变化。他们的儿子曾经名列前茅，初二时却急转直下。第一次中考失利，第二次中考前两天，又放弃了考试。

学习成绩，孩子往往在这个指标上显示出异常，才会引起父母的警觉。罗爱民最遗憾的，是那些生病的孩子其实早有种种预兆。比如眼前这对中年父母，他们的孩子称，自己在五年级时，就已经发觉“情绪上有问题”。

而当学习成绩的问题被发现时，可能已经错过了最佳干预时间。“学习困难”症除了与神经系统发育有关，如注意力缺陷多动障碍、孤独谱系障碍（自闭症），也包括情绪和精神心理障碍。罗爱民接诊的儿童，有九成多存在精神心理问题。

诊断结束后，罗爱民安慰这对中年父母，“如果病情稳定，和普通孩子没什么区别”。男孩妈妈的反应是，“那是不是就可以正常学习了？”

1. 最被重视的指标

来到这个门诊的家长，或多或少都抱着让“学渣”孩子逆袭的期待。在罗爱民的门诊中，父母对疾病的判断，呈现出对成绩的执念。“经常碰到家属过分关注学习成绩，而忽视了孩子本身存在的疾病。”

不久前接诊的一名高二女生，到门诊时已患上重度抑郁。女孩自小被父母送回四川老家，由爷爷奶奶代为抚养。到了十六七岁，没有零花钱，她就偷奶奶的钱，一次一两百，给自己买好看的衣服。被发现后，原本就粗鲁管教的爷爷奶奶，责骂更加严厉。

女孩的成绩从五百分直线掉落到一百五十分后，父亲注意到了，用“小偷”“不上进”“学习不努力”责骂她，女孩开始有自残表现。

在门诊，罗爱民注意到女孩手腕的疤痕，“肉都外露出来了”。但父亲喋喋不休在说的，依旧是成绩。



2.“治疗难度比成人大得多”

不同于普通门诊，每次看诊，罗爱民都要为每位患者预留出30分钟，甚至60分钟以上的时间。

在学习困难门诊，诊断是一个精细活儿。医生要评估孩子的智商，再从病史、情绪特征、注意力集中情况、家庭环境、成绩起伏等多个方面判断孩子的基本情况。再根据症状严重程度，选择心理治疗、药物干预或住院治疗。遇到一些受文化教育环境影响的患者，还需要详细了解家庭情况，对家庭成员的认知行为、沟通方式进行调整，以此缓和家庭气氛。

罗爱民问那个患了重度抑郁的高二女孩，是否想和父母再亲近一点。女孩对他说想，但是做不到。“这种改变就不单需要孩子本身改变，父母、爷爷奶奶也要改变行为方式和言语方式，彼此才能走近一些。”之后，他通过家庭治疗，引导女孩家人采用更温情的沟通方式，“意识到下次应该怎么做，不要给孩子贴标签”。

对一些不愿交流的孩子，郭沈昌则习惯通过“房树人”图画的形式入手，从颜色搭配、树干形状、人物表情等推测孩子的心情。

在罗爱民看来，学习困难的症状多呈隐性，成因复杂，“治疗难度比成人大得多”。

而针对不同症状有不同的治疗方式，仅有少部分人能够随年龄增长自愈，多数则需要长期治疗。常见治疗方式有心理干预、药物干预、行为干预及专业的康复训练。朱大倩对媒体表示，经过正规治疗，孩子的情况往往可以得到改善，如神经发育存在障碍的学习困难儿童，70%能受益于药物治疗。



3.接诊过智力值超过140的孩子

学习困难门诊的设置，学习成绩当然不是最重要的事情。医生们希望通过这个特定的门诊，让家长和孩子消除病耻感，及早进行干预。

据《科技日报》报道，我国17岁以下儿童青少年中，约有三千万人受到情绪障碍及行为问题困扰，而就诊率不到三分之一。

如何提高就诊率？罗爱民记得，他刚就业时，来看精神心理科门诊的基本是成年人，但近几年，尤其在疫情后，青少年患者越来越多。2022年暑假，医院住院部的60个床位已经满员。

他有时觉得，现在社会给学生的压力太大了。成立学习困难门诊不仅在于减少大众对精神心理疾病的羞耻，更重要的是希望引起人们对教育压力的反思。“整个社会的压力都往教育上走，最后的落脚点还是学生。”

文 | 南方周末实习生 庄泽铃、南方周末记者 苏有鹏 责任编辑 | 吴筱羽

写作业1小时只写了5个字？ 医生：警惕孩子有学习困难问题

廣州日報

2022.8.27 星期六

“孩子写作业时不断地啃手指甲、脚指甲，一个小时过去只写了五个字，甚至连期中考和期末考试家长都被老师要求前去陪考……”开学在即，陈女士（化名）又在为女儿的学习情况而焦虑。

事实上，孩子注意力难以集中，做作业拖拉的情况并不少见，有这些情况的孩子一般被认为是学习习惯仍未养成，但需警惕的是，情况严重者有可能是患有心理问题或疾病。

少儿心理科医生提醒，当发现孩子出现学习困难相关症状时，应尽快向老师和专科医生求助，诊断孩子是否患有学习障碍或影响学习的相关疾病，再进一步通过心理、药物、行为干预等综合干预手段，让孩子克服学习困难，收获身心健康。

一写作业就“鸡飞狗跳”原来是学习困难在“作祟”

“再不看医生的话，我也要崩溃了。”在少儿心理科诊室里，陈女士细数着读初一的女儿的各种“异常”：写作业时，不断地啃手指甲、脚指甲；1个小时过去只写了5个字；语文、数学只有20、30分；期中、期末考试老师都要求家长去陪考……



陈女士说，女儿在读六年级时，就曾被学校老师建议就医，但遭到女儿的爷爷反对。但随着女儿的在校表现和学习成绩越来越差，她也越来越焦虑不安。

“上课注意力不集中，讨厌上学，不喜欢阅读，考试题目经常做不完……这些情况，有可能是孩子患病或是心理问题造成的。”广州白云心理医院少儿心理科副主任医师罗爱民说，面对孩子在学习上的种种异样，若家长感到力不从心，需及时寻找老师和专科医生的帮助。

孩子学习困难可克服，家长需及时调整期望值

如何诊断孩子有学习困难问题？罗爱民介绍，医生会通过详细的问诊、专业量表结果和相关实验室检查进行综合评估和诊断。

“从孩子的学习成绩、会不会拼音、会不会正确书写、能否正确计算，到孩子本身性格特点、是否冲动易怒、社交情况如何，再到上课注意力如何以及出现异常症状的时间、时长等等。”罗爱民说，从家长和孩子琐碎的回答中，医生会判断出基本情况，然后结合家长和孩子填写的专业量表的结果，以及相关实验室检查，才能最终下诊断。

“‘学习困难’门诊将患有学习障碍或患有影响学习疾病的孩子筛查出来后，再通过专业的康复指导和个性化训练，包括采取心理、药物、行为干预等综合干预手段，帮助孩子克服学习困难，收获身心健康。”罗爱民说。

此外，少儿心理科医生提醒，孩子的学习成绩固然重要，但身心健康也不容忽视。对于可能存在学习困难问题的孩子，家长应适当调整对孩子的期待值，根据孩子的具体情况设立阶段性的学习目标，共同分享学习的乐趣与意义，以增加孩子的自信心。

文、图/广州日报·新花城记者：苏赞 通讯员：谢智菲

广州日报·新花城编辑：林静

三社联动护心康，健康服务零距离

——我院医护团队深入均禾街禁毒办走访慰问

9月6日，粤心安·均禾街社会心理服务站的李敏敏和刘创明两位医生到均禾街禁毒办走访。禁毒社工陈晓琳详细介绍均禾街吸毒人员的情况，表示在党和政府的正确领导下，现在吸毒人员的数量已经逐步下降，尤其是新冠疫情爆发以来，很多吸毒人员表示政府的相关防疫措施管控很严格，自己想吸毒也找不到购买途径，一旦外出就会有被发现的风险，因此慢慢地通过各种方法戒掉了毒品。



此外，以前很多不配合验尿、面访工作的吸毒人员，现在大多自觉定时过来检查。虽然很多吸毒人员戒掉了毒品，但是他们经常出现心情烦躁、焦虑不安、失眠等症状，非常需要心理医生的帮助。刘创明和李敏敏两位医生表示，服务站会尽全力帮助辖区居民解决精神心理问题，如遇需要就诊的会联系广州白云心理医院启动绿色转诊通道，以更好地帮助均禾街居民。

均禾街心理个案帮扶

9月13日，粤心安·均禾街社会心理服务站的李敏敏和江金苗两位医生联合富力城居委会一起上门给案主做心理评估，据案主的妈妈介绍，案主今年24岁，刚大学毕业，今年2-3月份开始出现行为异常，家属开始不以为然，后来觉得问题严重但又觉得不是精神疾病，于是求助神佛，希望她可以得到神佛的庇佑转而康复，可是效果不见好转。

今年6月她病情加重，于是家人在6月底的时候送她到南方医院住院治疗，医生诊断是“精神分裂症”，但家属并不认同。住院治疗的10多天里，案主出现流口水、嘴巴倾斜等症状，怀疑是精神药物副作用，于是办理出院手续。案主在家也不配合服药，不过幸好有亲戚开诊所，定期来家给案主做针灸，案主状态好多了。

李医生、江医生和居委会综治专员李继朗耐心倾听案主妈妈的陈述，表示案主现在的精神症状比较明显，例如焦虑抑郁、来回走动、意志活动减退、情感淡漠、睡眠欠佳等，之前服用的西药（具体药名不详）估计不是很适合，一般这种情况下需要在医生的监督指导下调整治疗方案，而不是直接拒绝治疗。此外，中医康复对于精神心理的治疗也能起到很好的作用，不过目前应该以控制症状为主，可以考虑中西医结合与心理治疗。



9月15日晚上，在街道综治办、居委会、精防医生和心理服务站共同努力下，终于消除家属疑虑，同意送案主到广州白云心理医院接受进一步诊治，心理服务站连同心理医院启动绿色转诊通道，免费派车将案主接入院治疗。

大源街社工服务站工作交流会

9月12日，粤心安·大源街社会心理服务站刘宇翱和江金苗两位医生联合大源街综治办和大源街精防医生于大源街社工服务站开展工作交流会，社工副主任杨宇平热情接待。杨主任表示大源街社工服务站成立于2019年8月，由广州市白云区大源街道办事处出资购买，广州市法泽社会工作服务中心承接。社工站秉承“以人为本，助人自助”的理念，以坚持党建引领，聚焦脱贫攻坚，聚焦特殊群体，聚焦群众关切为指导思想，运用社会工作专业手法，为



居民提供精细化、专业化的社工服务。社工是服务于基层人民，很多时候会遇到精神心理方面求助的居民，但是由于缺乏这方面的专业知识，所以很多时候不知道如何跟进，现在有心理服务站提供精神心理的技术支持，例如个案督导、精神心理知识讲座、宣传等，相信以后能更好地服务辖区居民。

大源街心理个案帮扶

9月28日，粤心安·大源街社会心理服务站的刘宇翱和江金苗两位医生来到石湖村委会，在民政部门韦小华的陪同下给村民谢女士进行心理疏导。谢女士今年40多岁，是石湖村村民，丈夫是新丰人，家里有四个小孩（两个女儿两个儿子）。女儿一个初三一个初一，两个儿子才读小学，自己在帽峰山附近打散工，包吃住每个月只有一千多元收入。丈夫在石湖村里面开个小士多店，平时不管孩子不管家庭，每天都召集一帮朋友在小店里面抽烟喝酒聊天，夫妻两人经常吵架，四个月前谢女士离开家，但是每次孩子有什么事情都只会找谢女士，孩子需要钱也是找她，谢女士感觉压力很大，没钱去看医生，又得不到丈夫的谅解，经常偷偷哭泣，甚至还有过死的想法。



心理服务站详细了解谢女士情况，提出想跟其丈夫面谈沟通，谢女士说丈夫不会管的，嘴巴只会说说啥也不做，最后双方相互留下联系方式，方便下一次预约面谈。

永平街情绪管理培训总结

8月26日，受永平司法所邀约，粤心安·永平街社会心理服务站的王彦红和江金苗两位医生到永平司法所开展“情绪管理”线上线下结合讲座，受疫情影响原因影响，司法所现场只是组织了7名社矫人员培训，其余的97人均以腾讯会议的形式线上参加，王彦红老师从情绪、压力、自律等方面深入浅出的剖析，结合视频案例教学，最后以西游记的人物角色分析性格，线上线下互动频繁，最后还给永平街104名社矫对象进行了一次团体心理测评，得到社矫人员和司法所的肯定与赞扬。培训结束后现场有两名社矫对象心理问题严重，王医生和江医生分别与他们单独咨询，详细了解情况，从心理学的角度提供帮助，最后双方都留下微信，日后有需要随时联系。



永平街心理个案帮扶

案主和案主姐姐诉：2018年开始出现精神异常，当时表现为行为紊乱，到处乱走，感觉心情很差、不想活、悲观哭泣。家人发现其异常后将其送到广州三九脑科医院住院治疗，诊断为“双相情感障碍，目前为伴有精神病性症状的“重度抑郁发作”、“脑萎缩”，具体用药不详，病情好转后出院，在家不规律服药，只是感觉状态不好时才服用药物，状态好时就停药，而且还经常喝酒。最近两个月情绪波动大，但感觉整体情况自己还能控制算稳定。



8月10日晚上，因与外卖员发生争执最后还动手打了外卖员，之后外卖员报警处理，双方被带到永平派出所处理。8月11日下午在精防医生的协助下从派出所出来，之后在姐姐陪同下来到永平街社会心理服务站求助，服务站安排了陈江永主任与江金苗医生联合对案主进行精神心理评估。

案主意识清晰，接触配合对答切题，暂未引出明显幻觉、妄想等精神病性症状。情绪低落，诉心情不好，谈及昨晚遭遇时落泪，当前否认有自杀、自残的想法，无明显紊乱行为，自知力存在。陈江永主任建议案主住院治疗，但案主本人表示强烈拒绝，家中还有读小学的儿子甚是担忧，两位医生也向案主及家属详细交代清楚院外注意事项，案主及家属表示知情，并愿意承担院外一切后果。

最后案主接受了心理测评和心理治疗，开了些药物回家服用。

医患同乐真善美，共建平安幸福家

广州白云心理医院有这样一群“休养员”，他们虽然生病了，但在这里得到了专业的治疗和悉心的护理。职业功能训练室开设作业治疗，目的在于让“休养员”通过艺术创作表达内心世界，抒发情绪、陶冶情操、凝神静气，从而达到自我疗愈。悠然的时光里，他们在这里留下了一件件清新雅致、栩栩如生的作品，这些作品有彩绘书画、花鸟手工、珍珠绣品、山水拼图等等，传递着他们对生活的热爱，对生命的独特解读。

走近他们的心灵世界





患者心语

徐先生：

徐先生是一名双相情感障碍患者，目前病情已经稳定，却坚持出院后定期来院接受康复治疗，是医院的日间康复患者。“每个休息日早上8点到中午12点，我都会来这里报到，参与康复治疗，这里的康复治疗包含运动治疗、音乐之旅、绘画和书法治疗等，也可以来这里阅读或制作手工，一天的活动都很丰富，我觉得非常快乐，也认识了很多朋友。”

张女士：

张女士来自湖南，是一位抑郁症患者。从初来的害怕、焦虑到现在的乐观开朗，她让“战友”和医务人员见证了她的重生。“每次自己亲手制作的作品得到大家的认可和表扬，我都感到非常的开心和自豪，虽然我的生活很不如意，甚至糟糕，但是在这里，医务人员的专业和贴心都让我感受到了前所未有的关爱。经过这一段时间的治疗，我已经具备了自我照料和独立生活的能力，请医生和护士们放心，未来的日子，我会为自己而活，快乐、洒脱，做一个美美的开心果！”

心灵关爱入校园，守护青春促成长

——『开学不焦虑』心理工作坊：家长学生如何适应新学期？

新的开学季已经到来，同学们迈入了新的课堂，然而面对新学期、新环境，不少学生出现“较难适应”的问题，产生了焦虑、恐惧的心理。为了帮助父母与孩子做好适应新环境、学习新知识心理准备，以饱满的精神和健康的心态投入新的学习和生活。

9月18日，永平街社会心理服务站组织开展了以“开学不焦虑”为主题的开学适应心理工作坊，活动由广州白云心理医院创始人、家庭系统治疗师慕东泰和特聘心理专家张立波主讲，活动吸引了30余名青少年和家长共同参与。



活动伊始，心理老师引导孩子们在轻松愉悦的氛围下，畅所欲言，分享自己开学以来的心情和想法。随后，心理老师结合自己丰富的咨询、诊疗经验，从开学阶段孩子们可能出现的心理问题，如焦虑、厌学等与在场家长和同学们进行探讨，进而指导家长如何帮助孩子做好开学后的心理调整、缓解消极情绪、处理好亲子关系等。

心理老师通过典型案例分析，与家长积极探讨、分享经验，使家长们更全面地了解未成年人心理发展特点，懂得孩子在青春期成长阶段需要被到看见、被接纳和被允许。



慕东泰老师指出：每个孩子都是独一无二的，面对孩子的不完美，家长需要转化为自我评判和自我要求，不断的以身作则，现身说法，潜移默化地去引导孩子，用正确的方法给孩子赋能，从而帮助孩子从心理上对新学期充满信心。

同时，心理老师也针对大家的提问，给出了很好的意见或建议，家长们纷纷表示收获良多。“这样的活动不仅收获了解决开学焦虑的有效途径，也能让我们家长知道如何跟孩子相处。”一位妈妈听完建议后说道。



据了解，永平街社会心理服务站长期扎根社区，围绕新生校园适应、朋辈社交、家庭关系、青春期知识等与广州白云心理医院等单位合作，为社区居民提供心理咨询服务，开展形式多样的心理健康讲座和团体辅导，收到了良好的效果，得到家长和青少年的支持和积极参与。

学会情绪管理 | 白云区心灵关爱青年

志愿服务队开展专题讲座进校园活动

我总是胡思乱想、我动不动就发脾气、我不喜欢遇事总是哭泣的自己、我每天总是反复出现这样的情绪.....面对这一问题系列的问题，孩子们不知所措，家长老师也不知该怎么处理？

为了帮助学生了解情绪、关注情绪，提高管理和调节情绪的能力，近日，由永平街社会心理服务站、永平街社区卫生服务中心、永平街综治办联合举办的“情绪管理”心理健康讲座与反诈反诈教育走进白云区育贤小学。白云区心灵关爱青年志愿服务队成员、广州白云心理医院心理咨询师王彦红给孩子们带去了一堂生动的情绪管理课。



王彦红老师从“什么是情绪”、“为什么进行情绪管理”、“如何进行情绪管理”三方面展开，讲座贴近学生实际，在场每一位学生都能充分认识到学会调控情绪、稳定情绪的重要性。

还为同学们提供了调节情绪的方法：比如玩游戏、参加户外活动、听音乐唱歌、和朋友父母聊天等，帮助学生们能够拥有积极健康的情绪，成为管理情绪的小主人。



此外，王老师通过与学生的互动小游戏，让学生知道在自己的成长道路上，要坚定目标理想，增强抗挫能力，克服困难，尽全力实现自己的目标。

王老师用生动幽默的语言为学生带来的精彩讲座，让学生收获满满。现场气氛活跃，互动积极，学生们听讲认真。

此次讲座，让学生们对心理健康教育有了更深刻的认识，帮助学生树立正确的心理健康观念，同时也学会了自我调节情绪的方法。

下一步，白云区心灵关爱青年志愿服务队将以推进完善白云区青年志愿服务体系，打造青少年心理健康专业志愿服务阵地为目标，继续组织青年志愿者深入学校、社区、乡镇、街道开展青少年心理健康宣传活动，不断营造全社会关注关心青少年心理健康的良好氛围，进一步推动全区青少年心理健康服务工作，帮助青少年更好的管理情绪，正确排解心理困惑，促进青少年健康成长成才。

助力校园心理健康工作

学校心理评估与筛查服务进学校

近年来，我国儿童青少年心理、行为问题发生率和精神障碍患病率逐渐上升，已成为重要公共卫生问题。统计资料显示，我国约3.4亿17岁以下未成年人中，至少有3000万人存在各种学习、情绪、行为等方面的心理障碍，中小学生学习心理障碍发生率为21.6%至32%，儿童青少年心理健康状况不容乐观。

为了加强和改善学校学生心理健康水平，增强学生的心理健康意识，建立学生心理健康档案，及时发现学生心理问题并进行干预，近日，受广东省轻工业技师学院邀请，广州白云心理医院专家团队分别前往学校，为重点学生开展长达一整天的一对一心理评估系列工作。



为了加强和改善学校学生心理健康水平，增强学生的心理健康意识，建立学生心理健康档案，及时发现学生心理问题并进行干预，近日，受广东省轻工业技师学院邀请，广州白云心理医院专家团队分别前往学校，为重点学生开展长达一整天的一对一心理评估系列工作。

学校对本次评估高度重视，工作开展前，相关负责人就评估相关注意事项进行了细化分工和强调说明，同时，广州白云心理医院专家团队积极筹备，多次详细与学校、老师沟通了解学生近况，选择与适龄学生相匹配的心理筛查量表，最大程度保障评估结果的客观、科学。

在当前疫情的特殊情况下，开展心理评估工作尤为重要，是加强学生心理健康教育，预防学生心理危机的重要内容，此项活动已成为该校心理健康教育的一项常规工作，通过“医校合作”的工作模式，定期组织学生和邀请专家团队进校园开展心理评估工作，对重点学生进行个案访谈，对学生建立健康档案并录入，定期进行随访和监测，进一步加强心理危机预防和干预工作。

5步开展学校心理健康工作

近年来，广州白云心理医院充分发挥优势，着力探索各学校学生心理危机预防与干预的新模式，构建了学校心理服务体系，全学段、全覆盖的为学生开展“心理评估/普查——筛查预警名单——学生心理访谈评估——心理干预工作——完善学生心理档案”工作，并坚持及时干预的原则，建立危机处置应急通道，保障心理危机学生及时有效转介、诊疗，为学生心理健康竖起一道坚实的屏障。



青少年时期是人生成长的重要阶段，也是心理健康发展的关键时期，在此，心理专家倡导同学们要关注自身心理健康，争做积极、健康、阳光的学生。同学们要学会调节情绪，找到适合自己的情绪调节方法，积极培养兴趣爱好，帮助调节紧张的学习生活，如果出现心理不适感，要学会主动向老师和同学求助。

防校园欺凌 为成长护航

白云心理受邀开展防欺凌心理健康专题讲座

近年来，时有校园欺凌的危机事件发生，引起了学校、社会的高度关注，根据中国教育追踪调查(CEPS)的数据显示，有50.1%的学生受到过至少一种形式的校园欺凌，32.3%的学生曾受到过不止一种形式的欺凌。

为预防校园欺凌事件的发生，促进学生身心健康成长，9月27日，广州白云心理医院院长助理、心理咨询师唐丽辉受广州市社会服务发展促进会邀请，参加“善德萃沙龙第10期：关爱儿童青少年，共创友好型社区”交流分享活动，并在圆桌沙龙上与其他受邀嘉宾共同探索校园欺凌成因和对策。



在发言环节，唐丽辉围绕“什么是校园欺凌、为什么要拒绝校园欺凌、如何积极应对校园欺凌”与各位嘉宾进行面对面地探讨。唐丽辉提出，杜绝校园欺凌事件发生的根本之策在于要提高全社会的防校园欺凌共识，这就需要学校、家庭、社会机构三方凝聚合力，进一步构建平安社会、和谐校园，才能保护好学生的身心健康。

随后，唐丽辉老师以互动问答的形式，指引孩子们该如何预防校园欺凌，遇到校园欺凌该怎么办，并结合近年来我院关于校园欺凌案例进行总结：受欺凌者大多都会出现一些情绪上的困扰，例如抑郁、焦虑、孤独、低自尊等。超过一半的受欺凌者曾出现创伤后应激障碍症状，严重者甚至会有自伤、自杀的观念和行为。

对此，唐丽辉郑重呼吁大家要及时发现校园欺凌事件，并引起足够的重视、给予充分的支持，必要时给予心理干预治疗，把伤害降到最低，减少这些伤害对学生心理健康的影响。

5步开展学校心理健康工作

近年来，广州白云心理医院充分发挥优势，着力探索各学校学生心理危机预防与干预的新模式，构建了学校心理服务体系，全学段、全覆盖的为学生开展“心理评估/普查——筛查预警名单——学生心理访谈评估——心理干预工作——完善学生心理档案”工作，并坚持及时干预的原则，建立危机处置应急通道，保障心理危机学生及时有效转介、诊疗，为学生心理健康竖起一道坚实的屏障。

第十一期《心理咨询与心理治疗临床进修班》开班！

广州白云心理医院心理咨询与心理治疗临床进修班侧重在理论与实践相结合，脱产进修3个月，面向全国招生。自2017发布招生简章以来，受到了社会各界特别是教育和卫生系统人员的关注和支持，许多心理咨询师、教师、医生及心理学爱好者纷纷咨询并积极报名参加。目前已经举办了11届，共完成进修的全国学员达220多位，培养了一批临床心理咨询和心理治疗方面的实用型人才，同时促进了医院与社会各界在医疗、科研、教学和社会服务等广阔领域的深入合作，更为提升群众心理健康服务水平做出了积极贡献。

8月29日，第十一期《心理咨询与心理治疗临床进修班》正式开班，迎来了本届来自全国共计26位学员参与到临床心理实践的学习中。



广州白云心理医院行政院长胡誉怀，副院长李建平、张治华，主任医师、教授郭沈昌，首席咨询师郁辉辉，临床心理学博士伊洛克等专家领导和各学科主任、带教医生、学员出席了本次开班仪式，仪式由我院心理专家叶坚主持。

来自院感科的董文娟老师，在表达了对各位学员的欢迎后，进入了主题——入班宣教，传达了如今背景下的重中之重——“防疫”，对目前的防疫要求做了介绍。随后，对病房的管理规定以及工作制度的整体要求进行阐述，并要求所有人签署“知情同意书”和“疫情防控责任书”。

开班当天，根据学员的自身意愿，选出一位同学作为本届进修班的班长，两位副班长。随后班委“述职”，表达了愿意为大家服务的热情，同时对接接下来近三个月的进修学习生活提出了向往。

广州白云心理医院行政院长胡誉怀到会并致辞，对第十一期进修班学员的到来表示热烈的欢迎，与学员们畅谈了我国心理学发展历程以及心理咨询的现状等相关话题，同时他表示，医院除了为学员提供学习交流的平台外，还将进一步为学员提供深造和工作的机会，为学员的专业技能提升持续注入专家的力量，共建共享心理健康服务。他希望在接下来的学习中，学员们能怀抱着为生命开辟新大路的信心和决心，在心理咨询与心理治疗的道路上越走越远。



首席咨询师郁辉辉以丰富的治疗经验和深厚的学术底蕴向学员们传达了学习的目标和意义，她强调，心理咨询师要强化咨询过程中“听和说”的技巧，不仅要站在求助者的角度理解其内心感受，了解其内心世界，还要洞察辨别求助者所要掩饰的问题，找准切入点与其沟通展开分析，让求助者自己去发现问题，达到助人者自助的目的。



往期学员代表与新学员代表分别上台发言，表示医院为学员创造了一个具有“临床”学习的广阔平台，这个平台有着来自一线的经验丰富的临床老师和病例，使得难以理解的理论知识，能通过鲜活的案例分析得到快速掌握和领悟，同时还对院领导和老师的关爱与支持表示由衷的感谢，他们期待在接下来的学习中能收获同学情、师生情，收获更多的专业知识。





来自儿少心理科、心身医学科、急性干预科、物质成瘾科、慢性精神康复科等学科的病区主任和医生与学员们见面，纷纷送上寄语。希望来参与进修的学员在未来3个月时间里，能够互相学习，对精神科的诊断标准及临床运用有更多的提升，同时希望学员更加了解精神科的治疗理念和工作模式，在未来与精神科医生、护士相互合作，帮助患者心身康复。

学员们郑重穿上白大褂上台领取书籍，行政院长胡誉怀、副院长李建平向各位学员分发，希望大家“搭乘书籍方舟，遨游知识海洋”。

开班仪式结束后，在大家热烈的掌声中，精彩的课程正式开讲，广州白云心理医院副院长张治华向大家讲授了精神病学相关内容。下午，在心理专家叶坚的带领下，学员们通过沉浸式的破冰互动小游戏快速熟络起来，一系列的热身活动，促进了学员们彼此相互了解，也增强了学员的团体意识。怀着热情与憧憬，学员们正式开启了收获知识与技能的临床见习之旅。

“点解甘有瘾” | 广州白云心理医院

进校园开展毒品预防安全教育讲座

为进一步加强校园禁毒宣传教育工作，提高青少年禁毒意识，正确引导青少年健康成长，7月5日上午，光塔街禁毒办联合越秀北斗星禁毒社工邀请了广州白云心理医院儿少心理科心理治疗师黎仕达前往广州市贸易职业高级中学开展主题为——和心理医生一起看看“点解甘有瘾”毒品预防安全教育讲座活动。现场约200名师生参加了宣讲活动，其他班级的同学在课室收看现场直播。



讲座中，黎仕达医生围绕“毒品是什么、如何识别、为何会上瘾、我们如何对待”四方面详细讲解了毒品的种类和特性，特别是新型伪装毒品，如咔哇潮饮、开心水、邮票、彩虹烟等，教育同学们认识毒品的危害。

黎仕达医生介绍了青少年吸毒的常见原因，例如不良习惯、不良交友、找感觉、寻求快乐、讲义气、醒酒提神、不知情下吸毒、被陷害、没有防范意识；并列举了多种防毒拒毒的方法，如不能放任好奇心，拒绝不良行为、远离易染毒的场所、看管好自己的饮料和食物、绝对不吸第一口毒品等。



黎仕达医生还结合自身接触的临床案例，生动形象地让同学们深刻地认识到毒品的危害性。

讲座最后，黎仕达医生让同学们掌握了“动、静、聊、想”的情绪稳定小窍门，从而正确应对青春期出现的情绪、恋爱、人际问题等，并告诫同学们珍爱生命，远离毒品。

通过此次禁毒宣传进校园活动，广州白云心理医院进一步扩大了禁毒宣传的覆盖面，提高了青少年学生对毒品危害的认识，增强了同学们识毒、防毒、拒毒的意识，为创建无毒校园打下了坚实基础。

拥抱梦想，助力成长 | 广州白云心理医院

进校园开展心理健康知识讲座

为不断促进学生的心理健康发展，让处在青春期的女生更加了解自己，更好地走出青春期困惑，提高自我保护意识，形成正确的人生观。

5月19日下午，广州白云心理医院“心理健康课堂”受邀再次走进广州市交通运输职业学校，我院心理咨询师刘凤姣特为该校100多名女学生进行了“拥抱梦想，助力成长”专题讲座。



讲座伊始，心理咨询师刘凤姣以“收快递”的趣味心理游戏为互动，充分调动了学生的积极性，点燃了课堂的气氛。

在寓教于乐的氛围中，讲座主要围绕青春期对自我的认知、如何调节负面情绪、青春与性、职场与未来等方面展开。



刘凤姣医生以幽默风趣的语言、生动形象的案例，帮助女生了解成长过程中生理、心理和对社会环境的困惑，并就其产生的原因作出了详细分析和有效疏导，让同学们掌握了“动、静、聊、想”的情绪稳定小窍门，如何以成长型的思维模式面对人生挑战，从而正确应对青春期出现的情绪、恋爱、人际问题，以及对性心理和正确的人生观有了一个更加全面的认识，最后，刘医生祝愿同学们都能拥有自己的梦想，踏上精彩的人生旅程。

活动在学生们的热烈掌声中圆满结束。一场趣味横生、干货满满的心理健康讲座，为青少年的心灵播撒了阳光，对培养学生健康心理、乐观情绪、促进身心健康成长起到了积极作用。接下来，广州白云心理医院将陆续开展心理健康进校园系列活动，切实为学生提供有针对性和实效性的心理健康服务。

《心理咨询与心理治疗临床进修班》

第十二期招生通知

广州白云心理医院《心理咨询与心理治疗临床进修班》从2017年开设以来，至今已举办了11期，完成进修的全国学员230余位，五年来始终维持权威品质，为国内培养了一大批心理咨询和心理治疗方面的实战型人才。授课讲师大咖云集，精心设计课程，将理论与实践充分结合，为学员提供专业的督导、示教。学员们通过3个月的沉浸式学习实践，在多流派心理治疗的饕餮盛宴中收获丰富的实战体会和经验，全面提升了心理咨询和心理治疗水平。

进修班第十二期即将火热开班，特面向全省招募学员。作为专业的进修平台，课程内容丰富多彩，涵盖精神医学系列理论、心理咨询与治疗部分、精神科实践部分、心理科实践部分等，干货满满，欢迎大家咨询报名~

■ **开班时间：**2022年12月20日 ■ **进修时间：**2022年12月20日-2023年3月20日

■ **进修费用：**16800元/人（不含食宿费用）

■ **【招生对象及要求】**

- 1.进修者能遵守医院的管理，工作责任心强；
- 2.已取得国家心理咨询师二级或三级证书或社工师证书（优先考虑）；
- 3.心理学相关专业或社工专业毕业（优先考虑）；
- 4.具备卫生部颁发的心理治疗师证书（优先考虑）；
- 5.进行过心理学某一流派的系统专业的培训并取得培训证书（优先考虑）；
- 6.脱产进修要求为至少3个月；
- 7.我院合作机构推荐的优先考虑；
- 8.结业考核合格颁发广州白云心理医院《心理咨询与心理治疗临床进修班结业证书》；
- 9.优秀学员可申请广州白云心理医院临床心理师或兼职心理师，优选就业。

■ **【报名方式】**

- 1.电话报名：
 - (1) 医院座机号：020-22252225/22252226
 - (2) 课程助理手机号：18928838005(微信同号)



扫码咨询报名

— 更专业、更有效、更经济 —



热线电话：
020-**2225-2225**

地址：广州市白云大道北1722号

网址：www.gzbyyy.com



医院订阅号



医院服务号



医院小程序