



广州白云心理医院
广州市医疗保险定点医院



广州仁泰医院
广州市医疗保险定点医院

院刊

黄镇顺

封面人物

为无数患者铸就心灵铠甲

广州白云心理医院2022年度十大事件

广州白云心理医院召开2023年春季中层干部大会

第十二期《心理咨询与心理治疗临床进修班》开班！

第1-2月刊

2023年2月28日

— 更专业、更有效、更经济 —

广州白云心理医院2022年度十大事件

01业务工作取得新成就，医院进入高质量发展新阶段

2022年，面对疫情不断强化的防控要求，全院上下按照“疫情要防住、业务要稳住、发展要安全”的主旋律落实年度目标，加强学科建设和人才培养，强化质量管理，创造了良好的社会效益。这一年，医院各项工作稳中求进，多项指标创历史新高。

02开设特色专科门诊，专病施治更加精准

医院不断强化专科门诊建设，因地制宜地开设了学习困难门诊、抑郁门诊、焦虑门诊、睡眠专科门诊等新增专科门诊，完善了专业分科，更好地实现专病专治，全面提高各专业诊疗水平。

03医院规范化、标准化建设快速与行业接轨

2022年医院对仁泰精神科护士站、仁泰儿少科护士站、重症监护室进行改造；全面更换现代化医疗用床，提高患者就医体验及安全性；顺利推进心理医院电梯更换和仁泰医院门诊钢结构工程；院区停车场改造，有效缓解患者停车难问题，满足更多患者的就医需求。

04统筹疫情防控与业务发展“两不误”

2022年，医院作为疫情防控重点管控单位，门诊就诊和住院病人实行闭环管理，通过区域管理、流程优化、应急演练等系统化工作，确保业务平稳增长。同时，医院积极响应国家、政府的号召，组建核酸采样队伍，承担起白云区指定区域的核酸采集工作，诠释医者的责任与担当。

05加强学科技术建设，规范运营促进高质量发展

2022年是医院“质量建设年”，医院继续狠抓医疗安全与医疗质量，规范病历书写方面持续改进，每月召开质控会议，发布质量简报，对医疗质量管理、护理质量管理、门诊管理、院感管理等进行全面分析汇总，实行院、病区内全面质量管理体系，并以科研推动学科发展，形成学科特色。



06持续提升员工综合福利，强化员工认同感、凝聚力

注重文化的内展和外延，重视关心关爱员工，全力保障医院员工共享发展成果，不断丰富企业文化内涵，对员工获取、运用和创新知识的能力培养，对职业发展的学习给予支持，为员工创造更多外出学习和进修机会，系列人才培养硕果累累。

07优化教学设置、打造精品课程，共享发展机遇

2022年我们链接机构、链接社会、链接人才，通过教学相长，支持带教员工的专业能力提升，规范课程大纲，协助学员创业发展，协助学员参加考试，在成就学员的过程当中，成就自己。

08医疗服务进学校、社区，基层朋友圈不断壮大

医院充分发挥专业优势，探索各学校学生心理危机预防与干预新模式，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。2022年，先后与白云区6条街道达成心理服务合作，通过心理援助热线、网络辅导、心理讲座等形式，逐步建立健全社会心理服务体系，得到了各级领导部门的充分肯定。

09送药上门显担当，义诊活动暖民心

为保障广大患者持续用药需求，根据疫情防控需要，医院在不允许开放门诊的前提下，创造性开展工作，开通线上问诊、门诊邮寄药品、送药上门以及免费心理体检服务。

10公益援助践行社会责任，宣传矩阵传播医院力量

疫情期间，医院自觉承担企业社会责任，利用医院的心理特色，帮助市民摆脱心理困境，开通了公益心理服务咨询热线，为有需要的市民朋友开展健康指导、心理疏导以及情绪安抚，坚定了战胜疫情的信心。



固本强基，行稳致远

——广州白云心理医院2022年终总结表彰大会圆满举行！

实干笃行创佳绩，强基提质启新程！2023年1月16日下午，我院“2022’年终总结表彰暨迎新春文艺汇演”隆重举行。广州白云心理医院、广州仁泰医院董事长慕东泰、总院长单国心、名誉院长郑洪波等医院领导班子成员，专家教授，特邀嘉宾以及全院各岗位员工参加了盛会。

慕东泰董事长致辞对过去一年所取得的成绩给予充分的肯定，也向为医院发展做出贡献的全院员工和家属表示感谢。他指出，2023年全院员工在经营班子的领导下，继续走稳质量建设的道路，加强学科建设、内部整合、人才引进的能力，回应患者需求，探索新的治疗理念和方法，真切改善患者就医体验，同时希望全院员工永怀感恩社会之心，奋发向上，以更加强烈的事业心和责任感，朝着既定目标，踏实迈进，实现医院新的飞跃！



单国心总院长代表医院领导班子向全体员工致以新年的祝福，向一年来辛勤工作、默默付出和大力支持医院发展的全体员工、家属以及社会各界表示衷心的感谢。他表示，2022年在疫情防控的严峻形势下，医院克服困难，逆势而上，喜获抗疫与发展双胜利，这是全体员工价值观、能力和走正确道路的充分体现，为医院未来走质量建院、技术建院、创新建院的道路奠定了坚实的基础。他希望，新的一年，全院员工自信自强，相信行动和坚持的力量，奋力推动医院健康高质量发展再上新台阶。



胡誉怀院长回顾汇报了医院2022年十件大事，对我院2022年的主要工作和2023年工作计划做了详细汇报。胡誉怀表示，2022年全院上下同欲，以“两提升一改善”为目标，以质量建设为中心，在学科技术、规范诊疗、疫情防控、医院文化、社会公益等方面取得了一定的成绩，亮点纷呈。这些事件真实记录了医院成长的步伐，见证了医院专科实力的提升。2023年医院将坚持以学科建设为引领，夯基础、练技术、提质量、树品质、强体验、迎新突破，为实现医院跨越发展而努力奋斗！



“蓝图绘就，正当扬帆破浪；任重道远，更需策马扬鞭”。新的一年，白云人将继续秉承“更专业、更有效、更经济”的核心价值观，肩负着“构建心理健康世界，增进社会和谐发展”的使命，以高昂的斗志、最佳的状态投身到中国精神卫生事业发展的浪潮中。

步履铿锵绘蓝图，激越豪情再向前。大会最后在《明天会更好》的旋律中落下帷幕。新岁启封，再赴新程！全体白云人将在董事长和院领导的正确带领下，踔厉奋发，勇毅前行，开启医院高质量发展的新篇章！



广州白云心理医院2022年度光荣榜

【优秀员工】

时序更替，华章日新。2022年，在严峻的疫情面前，广州白云心理医院发挥优势，紧抓机遇，准确把握战略定位，走质量建设发展的道路，在做好疫情防控工作的同时，全面加强学科建设，改善就医环境和就医体验，提升医疗服务质量，实现了技术与品牌新跨越。成绩的取得，凝聚了全体员工的智慧和汗水，更离不开一群默默奋斗、无私奉献的白云人，他们始终坚守在岗位和疫情防控一线，舍小家、为大家，在医院建设与发展之路上留下了闪亮的足迹。

如下同志被评为2022年度“优秀员工”：



年度荣誉
Honors Of The Year



陈炳珏



陈玉嫻



邓秋燕



邓雪梅



冯健平



冯秋霞



高霞



郭佳彬



何开能



何云波



侯佳洵



胡志雄



黄智军



纪丽芬



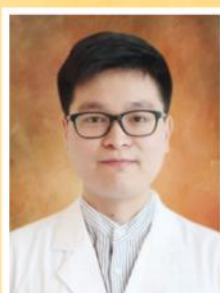
简思韵



敬伟



冷冰如



黎仕达



李国平



练庆超



梁俊凯



梁玉莲



刘春柳



刘海琳



彭韵婷



丘秋莲



孙梦瑶



王 珊



韦龙碟



吴翠玲



吴满光



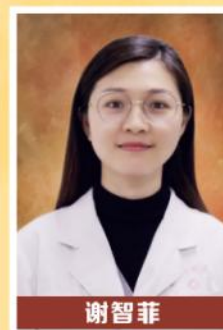
吴艺湧



谢华林



谢美婷



谢智菲



杨淑婷



杨晓晖



叶洁兰



张家国



张嘉欣

年度荣誉
Honors Of The Year



张晓琳



庄 晖



邹 峥



曾菊玲



朱云霞



杨海霞



刘丽超

【十佳员工】

在过去的一年，医院涌现出一批批杰出代表，他们热爱岗位、热爱集体，以高度的事业心、责任心，在平凡的岗位上恪尽职守、担当作为，出色地完成了各项工作任务。他们虽然没有豪言壮语，却以率先垂范的模范带头作用，奋进拼搏争当先锋。如下同志被评为2022年度“十佳员工”：





廖旭英



刘凤姣



陈诗敏



杨必清



吴洁娜



梁顺仪



陈炳珏



曾国书



李亚玲



王鲲鹏

【优秀带教老师】

为推进医教研一体化融合发展，医院不断深化医教协同育人的医学人才培养模式，承担着广州医科大学、安徽中医药、长治医学院、广州中医药大学、广东白云学院、南方医科大学、广东外语外贸大学等多所高校临床教学的重担。2022年，带教老师们共带教实习生47人，进修生77人。作为医生，他们肩负着治病救人的使命；作为老师，他们把教学当成是最幸福的一件事，寒来暑往、披星戴月，用实际行动践行着这份职业的责任与担当。希望他们今后能不断提升临床教学能力，培育更多的医学人才。如下同志被评为2022年度“优秀带教老师”：





李梦思



谢华林



詹佩儿



胡婷

【优秀科主任、优秀护士长】

一个企业、一个学科、一个团队的成长，离不开每一个不断进取的学科带头人，他们作为医院的中层干部，处处身先士卒，用创新引领发展，用胆识攻坚克难，带领学科同事在专业技术、学科协同、团队氛围、病人服务等方面取得了优秀的成绩。

如下同志被评为2022年度“优秀科主任、优秀护士长”：



陈江永



杜维豪



魏翠苹



葛丛翠



李立

【最具职业精神奖】

健康所系，性命相托。有这样一群人，他们秉持着神圣的职业理想、立场、态度和目的，用实际行动践行着“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业精神，用精湛的医术为每一位患者点亮希望之灯，用人格和执着诠释着希波克拉底的誓言。他们或在抗疫中逆行，坚定驻守在防控疫情的第一线，日夜坚守、分秒必争；他们或在医院病区中坚守，守护着每一位患者的生命安全与健康，以凡人之力，书写白云人的职业精神史诗。如下同志荣获2022年度“最具职业精神”：



欧瑶莹



伊洛克



江金苗



肖华



牛文杰



王雨春



唐远财



余鹏



黄斐然



李大卫



高霞



雷学良

【最佳业绩奖】

他们是众多科室中的佼佼者，是医院发展壮大的主力军。面对疫情与医改的挑战，他们坚持医疗质量与成本控制两手齐抓，不断提升服务效能；坚持科室管理与学科建设双轮驱动，不断完善人才梯队建设；坚持学科协作与医患和谐齐头并进，努力提高患者满意度。过去的一年，这些科室团结协作，打造专科优势，把优质服务融化在诊疗环节，扎根临床一线，将业绩一次次冲刺迈向高点，向医院交出了一份喜人的答卷。如下科室荣获2022年度“最佳业绩奖”：







【业绩进步奖】

寒辞去冬雪，暖带入春风。2022年面对疫情反复冲击、医院封控困境，他们立足当前，保质量；他们迎接挑战，控成本；他们着眼未来，提效益。对待患者，他们耐心细致，悉心护理，不断改善医疗环境，提升医疗服务水平，赢得了广大患者及家属的赞誉。他们用兢兢业业、踏实苦干，在医疗质量、技术创新、医德医风建设、患者服务体系建设等方面做了大量工作，取得了优异的成绩，谱写了医院发展的新篇章。如下科室荣获2022年度“业绩进步奖”：



中医康复科



【学术推广贡献奖】

近年来，我院一直致力于建设高水平学术交流平台，通过举办、参与一系列学术交流活动，分享临床各学科领域取得的新进展、新经验，为健康中国建设贡献了智慧和力量。其中，《心理临床实践进修班》荣获此次“学术推广贡献奖”，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，其中2022年完成进修的学员77人。五年来进修班始终维持权威品质，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。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，有力加强了医院品牌的塑造与传播，提升了医院的学术影响力。

【项目特别贡献奖】

对外交流与合作是促进医院持续发展的重要工作内容，是迈向综合医院不可或缺的重要部分。多年来，我院积极承担社会责任，结合社会发展的需求，发挥专业优势，创新服务方式，与政府机构，学校，企业携手共建，在提高医院品牌竞争力的同时，为不同人群筑起心理健康的重要防线，为维护社会和谐稳定作出了重要贡献。**荣获2022年度项目特别贡献奖的是：越秀禁毒社工督导项目、“粤心安”社会心理服务体系建设项目、精神评估进社区项目、乡镇精神卫生帮扶项目、心理健康进校园项目、设备自行维修保障项目、拖欠款追缴项目。**



【老专家贡献奖】

一袭白衣，一生钟情！他们用一辈子的光阴，证明了白衣天使鲜亮的底色。他们，守住誓言，俯瞰新生，是患者信赖的砥柱。从青丝岁月，到满头华发，他们用对时间的坚守，铭刻出了大写的仁医。他们就是医院的老专家、老教授，带领着青年才俊们研习最精准的技术，攻克最疑难的疾病。他们不安于循章守旧，不囿于道阻且长。用一方窄窄的小诊桌，挑起广大患者的健康。数十载风霜，斑驳了他们的皱纹。正是有了他们，医院才能不断焕发活力，书写新的篇章。

如下同志荣获2022年度“老专家贡献奖”：



郭沈昌



梁细苏



花德周



肖国椿



郑洪波



黄镇顺



康维礼



祁富生



林建葵



贾燕

【最佳协作机构】

在医院的发展过程中，有不可或缺的协同力量。他们为医院的发展源源不断地注入了新鲜的血液和力量，给予了我们更多学习的平台 and 发展的机会，他们就是医院长期信赖的合作伙伴。近年来，为了整合医疗及社会资源，更好地造福广大人民群众，医院联合各社会单位不断加强“企社融合”，互助互爱，优势互补。在他们的鼎力支持下，医院实现了高质量高效益发展，充分发挥了基层机构的主体作用，为建设和谐的精神心理健康社会贡献了巨大力量。

如下单位荣获2022年度“最佳协作机构”：

赵广军生命热线协会、广东永泰混凝土有限公司党支部、晟康护理服务有限公司、广州数影医疗科技有限公司、广东省让爱回家公益促进会、永平街社会心理服务站、广州市医药职业学校、广州市交通运输职业学校、广东省轻工业技师学院。



【感动人物】

技不在高而在德，术不在巧而在仁，在我们身边，有着有梦想、有力量、有情怀、有温度的员工，他们以传统的美德与时代精神感动、感染着我们，他们用最真挚的情怀，在平凡的岗位，日复一日地辛勤耕耘，他们是感动的支点，以凡人之力，书写白云的年度精神史诗。今天让我们共同见证温暖，致敬向上的力量！如下同志荣获2022年度“感动人物”：



郭沈昌



李国平



吴翠玲



丁济菊



丘东胜



董文娟

强化学习，规范服务

——广州白云心理医院开展医保新政策培训会

为进一步规范广州白云心理医院医保服务行为，强化医务人员对医保新政策的理解和落实，保障医保政策与临床应用紧密结合，更好地为参保患者服务，2月16日下午，广州白云心理医院医保办组织开展了医保新政策培训会。

会上，执行院长胡誉怀讲话表示，要高度重视医保工作，全院医务人员要加强医保政策的学习，全面、准确理解并掌握医保新政策、新规定，把医保的各项政策贯穿到日常诊疗工作中，更好地保障患者的医保权益，合理合规为患者提供优质服务。

医保办主任孙云红对《广州市医疗保险新政策》和《门诊常见问题分析》进行培训，详细解读了广州职工医保新的待遇变化等各项医保政策内容，结合广州白云心理医院实际情况进行了具有针对性和实用性的说明，并与参训人员就日常经办业务问题进行探讨交流、答疑解惑。孙主任在会上重点强调，要做好医保新政策的推广解释，更好地履行告知义务工作。

本次培训的开展，进一步提高了广州白云心理医院医务人员对医保新政策的知晓率，加深了对医保新政策的认识和理解，为广州白云心理医院的医保管理工作夯实了基础。

今后，广州白云心理医院将持续不断地加强医保政策的培训学习，确保医保政策在医疗服务各环节有效执行，提升医保服务能力，提高为民服务质效。



外学内享，共促成长

——2022年“专科及进修护士培训成果”分享会

为加大人才培养，更好地了解学习精神专科护理新动态、更新专科护理知识、提高我院的护理服务质量及护理服务能力，2022年广州白云心理医院护理部陆续选派了多名护理人员到北大六院、中南大学湘雅二院、广州医科大学附属脑科医院等国内知名专科医院学习进修。

1月12日下午，护理部召开了“专科及进修护士培训成果汇报”会议，以分享护士外出学习的收获，搭建交流学习平台，促进医院护理水平整体提高。医院院领导、各学科负责人、护士长及护理骨干共100余人参加会议。

会上，我院首先向各病区发放了最新完善和修订的《健康宣教指导手册》和《精神科护士应知应会手册》，手册针对各病区不同病种，从患者入院开始，直到患者出院均提供了相应的健康指导，给患者提供全程优质的护理服务，提升患者的就医体验。



随后，参加进修的护士长葛从翠、护士冯镇益、胡晓雯、蒋俊梅、汤唯录、范文婷将学习成果进行了传递分享，实现拓展眼界，经验共享。六位进修人员就学习亮点、各家医院的特色护理技术、先进的护理理念、心得体会、返院后开展工作情况及今后工作方向等内容与大家分享。

院长助理唐丽辉对护理团队多年来能去到行业内最知名的医院学习表示欣慰，并希望他们学以致用，将所学知识和理念灵活运用到护理工作中，成为优秀的带教老师，最终开创护理特色品牌，提升学科影响力，成为其他医院的学习标杆。



护理专家林建葵主任护师对每位进修人员的汇报均做了详细点评，指出每个人的分享和工作都有值得他人学习的亮点，希望通过分享会的形式在全院范围内形成一种持续向好的学习、工作氛围，携手前行，继续进步。

护理部主任何华美对进修人员的学习成果给予了肯定和鼓励，希望大家珍惜每次学习的机会，将所学到的新知识、新理念紧密联系自身工作实际，提炼推广，提高专科护理水平，为患者提供更加全面、优质、专业的护理服务。

此次分享既是护理骨干进修培训成果的交流，也是一次总结和规划。今后，护理部将持续结合医院及各专科发展需求，加大护理专科型人才培养，为医院实现高质量发展奠定坚实的基础，为促进患者康复保驾护航！



第十二期《心理咨询与心理治疗临床进修班》开班!

2月6日上午9点, 临床心理咨询与治疗(第十二期)进修班开班仪式于广州白云心理医院顺利举行, 本届共迎来全国共计24位学员参与到临床心理实践的学习中。

广州白云心理医院执行院长胡誉怀, 名誉院长郑洪波教授, 副院长李建平、曾莞勇、罗爱民, 精神科专家郭沈昌教授, 首席心理专家郁辉辉, 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。



胡誉怀院长到会并致辞, 对第十二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, 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, 共建共享心理健康服务。同时他希望学员们在本次进修班中能够继续努力, 培养自己的实践能力, 积极运用实践, 为病人提供最佳的心理治疗服务。



首席心理专家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。



来自器质性精神障碍科、儿少心理科、仁泰精神科、物质成瘾科、急性干预科、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。

简短的开班仪式气氛热烈，教师和学员们都精神饱满，共同开启心理咨询与治疗的专业成长新征程！随后，正式进入课程的第一讲，广州白云心理医院名誉院长郑洪波教授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。



门诊开通免费公益心理咨询服务

——无需预约，来了就咨询！

“我总是觉得我丈夫好得不够彻底，听说精神类疾病药物加上心理咨询效果会更好，我也想让他来做做心理咨询。但听说心理咨询按小时收费，对于我这样的家庭来说属实有点压力，所以一直不敢看。今天我帮他来拿药，看到医院有免费公益心理咨询，所以我来咨询一下。”

2月7日，免费公益心理咨询服务处开设的第一天，吴女士这样说。吴女士的丈夫自7岁患上精神类疾病以来到现在已经43年了。这些年丈夫在外院治疗时多次反复发作，因家庭经济困难，已申领了残联救助，目前在广州白云心理医院门诊拿药治疗，症状控制得很不错。

庄医生围绕吴女士对心理咨询的困惑一一进行了解答，让吴女士充分认识了心理咨询与精神科治疗并非是完全割裂的两个部分，针对精神疾病患者，在进行药物治疗的同时，辅助给予适宜的心理治疗，对于患者的一些情感、行为等方面的问题改善具有良好的效果。认识到心理咨询的独特价值后，吴女士表示下次有空会带丈夫来试试看。

很快，“公益心理咨询服务处”便吸引了一个又一个患者及家属，他们在桌前诉说着自己近日的烦恼和困惑，例如：生活压力、人际沟通、职业发展与规划、恋爱问题、婚姻咨询以及子女教育等等，或者借助心灵图卡OH卡，在心理咨询师引导下，亲近自己的潜意识，从自己的想法里探究到真实的心理，最终找到了解决困惑的途径和方法。心理咨询师用专业受训的知识和技能协助咨询者一起自我探索，讨论困扰，陪伴他们积极应对各种负面情绪。



心理服务站公益心理咨询专场服务

公益心理咨询服务处由具备专业心理咨询服务资质的心理咨询师组成，为排队等候的患者及家属免费提供一对一的心理咨询，包括情绪疏导、家庭关系、压力等各类心理咨询服务。

无论你是情绪低落、人际关系紧张、生活迷茫、育儿困惑还是无人理解，欢迎你的来访！我们都愿意跟你在一起，找到那个充满能量的自己。





广州白云心理医院召开2023年春季中层干部大会

春回大地，万象更新。2月10日至12日，广州白云心理医院，广州仁泰医院“以深刻感悟医院健康发展，加速推进专业技术进步”为主题，召开了为期3天的“2023'春季中层干部大会”。医院董事长慕东泰、总院长单国心、名誉院长郑洪波等医院领导班子成员以及全院近80名中层干部及科室骨干参加会议。

会上就我院目前在质量建设、服务建设、人才队伍建设、企业文化建设、技术建设等方面存在的问题，进行了全方面的总结和系统性的分析，为医院发展明确了新方向！



广州白云心理医院、广州仁泰医院董事长慕东泰在会议上讲话表示，过去一年医院整体呈现良性发展态势，对所取得的成绩给予充分的肯定，他希望2023年全体中层干部在经营班子的领导下，走稳质量建设的道路，以更好地服务更多患者、造福人类身心健康为驱动力，强化协同，提高传播力，不断探索新的治疗理念和方法，真切改善患者就医体验，同时希望全院中层干部以利他的思想，永怀感恩社会之心，奋发向上，以更加强烈的事业心和责任感，朝着既定目标，踏实迈进，实现医院新的飞跃。



单国心总院长直击问题要害提出中层干部要相信行动和坚持的力量，不断增强学习力、执行力、总结力、坚持力、分享力，做到保质量、求突破、创特色、树品牌。他强调思维方式决定行为方式，只有在正确的方向上不懈努力才能实现正确的自我价值，并希望团队在2023年取得比以往更加跨越式、突破式的发展，不辜负岁月，不辜负全体员工的共同努力，在质量建院、技术建院、服务建院的道路上再上新台阶，再创新辉煌。

行政院长胡誉怀在会上对医院2022年整体运营情况以及2023年举措进行了汇报，要求大家强化标准、强化执行、强化协同、强化结果，坚持以学科建设为引领，大力实施人才强院，质量兴院战略，超越目标、超越自我的决心为实现医院跨越发展而努力奋斗！



会上各学科带头人、科室负责人从不同角度各抒己见、畅所欲言，全面、系统地分析了医院和本科室当前面临的问题和改善措施。同时结合医院发展实际，以他山之石讲授了学科建设，传递和鼓舞了大家对医院高质量发展的信心和决心。

与会人员也就医院的现存问题与解决方式、中层干部的职责与作用、如何做好学科建设、如何加强科室合作等问题进行了激烈的讨论，为医院的建设和发展广开言路，献计献策。

中干会后，各学科、部门组织会议传达2023年春季中层干部会的主要会议内容，讨论具体行动方案，每个学科部门定目标抓落实，立足本职工作扎实履职尽责，把此次学习成果以最快的速度落实到行动中，提升医院服务质量全力推进学科建设，坚定信念共促医院美好发展。

追梦恰逢新时代，凝心聚力谋发展。通过本次大会，我院全体职工更坚定了感恩之心，未来将继续以强烈的责任感、使命感和荣誉感，承载广大患者身心康复的重任，坚持高质量发展的总基调，重点从“八个意识”和“八个做到”提质增效，全力以赴，以相信的力量、行动的力量、团队的力量、示范的力量、坚持的力量，共同铸就属于白云人自己更加美好灿烂的幸福明天。

丰富多彩，快乐无限

——一位儿少心理科患者的住院感言

广州白云心理医院儿少心理科自开设以来，全体医护人员在工作中一直秉承着“更专业、更有效、更经济”的核心价值观，以实际行动用“心”、“爱”、“情”服务于儿童青少年患者和家属，不断提升服务内涵，增强患者的就医体验，多次收到锦旗和表扬信，受到患者和家属的一致好评。

以下是近日一位儿少心理科住院患者撰写的日记，日记里以亲身经历抒发了真实情感，记录了丰富多彩的住院生活，对全体医护人员专业精湛的技术和温暖无私的帮助表示了由衷的感谢。日记内容如下：

《我的住院感言》

我们每天只能玩一个小时手机，其余时间没收手机。但是这里不是普通的医院，是广州白云心理医院。这里很好玩，刚来几天巨无聊，超级他妈想出院，后来越待越不无聊。有个大公园可以锻炼跑步，打羽毛球、篮球、乒乓球，还有一个娱乐室有书法、画画、象棋、飞行棋、KTV、橡皮泥、阅览区、缝纫机区、插花区，还有得涂指甲油还有小卖部，还有得自己点餐不一定要吃盒饭，伙食也很好。



现在我每天都过得非常充实快乐，早上7点准时被护士叫起床吃早餐，护士派药，医生查房，规律作息、规律生活，早睡早起，改掉了在家日夜颠倒的习惯。每天医生查房期间都有医生来和我做心理咨询，身体其他地方不舒服还能看中医。

我每天不是看自己带来的书和kindle，就是去玩，上午大公园体育运动，中午午餐午休，下午上述娱乐室的娱乐活动，晚上晚饭+限制1个小时玩手机和家人朋友聊天打电话+自己安排，晚上10点左右睡觉。呆得久了和医生护士都熟了，还交到了几个同龄人好朋友，认识了很多同伴。说到这都有点不想出院了，在这里还是挺好玩的，专业的心理治疗出院后我要继续保持我在这里培养的习惯跟爱好。



我竟然在这里挖掘出了自己的体育潜能和书法潜能，还发现了世界上有很多好玩的东西。我觉得出院后我真的可以多去跟朋友打打球、篮球、羽毛球、网球之类，然后学点新的兴趣爱好，比如写写书法什么的，现在还年轻学这些还不晚，哈哈哈哈哈哈哈哈哈，笑死我了，住院都能那么开心，我真够乐观开朗爱玩的~

——乐观的儿少心理科患者

被误诊多年的双相障碍患者重获新生

在临床治疗过程中，有很多双相情感障碍患者常常会被误诊为抑郁症，不仅延误治疗时机，而且会加重病情治疗难度！为了帮助更多患者走出双相情感障碍，今天给大家分享一则案例，希望可以帮助到您！

被误诊“抑郁症”，走了很多弯路

王先生（化名），男，62岁，初中学历，已婚。1年前，王先生在家属的陪伴下第一次来到广州白云心理医院，当时兴奋话多、对医生十分热情，行为冲动。家属反映王先生平时性格比较内向敏感，没有什么朋友。41年前无明显诱因下出现精神异常，心情非常兴奋，整天忙碌不停，话多，一说话就说个不停。



而且较挥霍，身上一有钱就要花光光，买很多烟发给别人。对自己的评价很高，称自己很厉害。也容易因为一点小事就暴跳如雷，骂人打架。这种情况持续两个星期后又变得沉默少语，心情低落，不爱理睬别人，反应迟钝，无法外出正常工作。

数十年来，家属带着王先生四处求医，由于刚开始在小诊所误诊“抑郁症”，加上不按时服药，王先生延误了最佳的治疗时间，康复之旅也走了很多弯路。2021年7月，王先生因琐事争吵竟打了小区的保安，事情闹到了派出所，眼看王先生病情越来越严重，家属便在朋友的推荐下，将王先生送到了广州白云心理医院住院治疗。

明确疾病，医护团队对症施治

入院后，王先生完善相关检查后，经详细问诊结合仪器检测，患者HAMD:9分，可能有抑郁。HAMA:8分，可能有焦虑。BRMS:7分，有明显躁狂症状。患者明确诊断为“双相情感障碍”，并伴有“脑萎缩”、“2型糖尿病”。

住院初期，患者言语夸大，自诉“出门报我老王名号到哪里都走得通”，时有秽言秽语，多次跟病友打架。一整夜都不睡觉，精力旺盛。期间偶有心情差，沉默少语，发呆，甚至不肯吃饭。

针对患者的特殊情况，专家联合会诊指出，患者慢性病程已41年余，以情绪高涨与低落交替发作为主要临床表现，存在思维奔逸、情绪高涨、易激惹、意志活动病理性增强，病程中时有情绪低落表现。且自知力缺失，并有社会功能受损。

依据患者既往病情及诊疗史，医护团队对症施治，采用“中西医结合治疗+物理治疗+心理治疗”的治疗方式，控制精神症状，改善睡眠及脑神经功能。再辅助心理治疗，创造良好的心理环境，多管齐下，以求达到身心同治，加强疗效的作用。

经过一年多的治疗，目前患者与病区其他人相处良好，还会主动帮病友折被子，整体情绪、行为、记忆力以及睡眠质量都得到了明显的改善。



综合治疗，点亮患者康复新希望

器质性精神障碍科李大卫医师作为患者的主治医师，他表示，从病理上分析，这是一例非常典型的双相情感性障碍病例，也叫躁狂抑郁症。双相障碍是一种常见的精神疾病，其特点是情绪高涨(躁狂)和情绪低落(抑郁)反复交替发作，通常起病于青春期或成年早期。

双相障碍的两种症状交替发作，躁狂发作通常突然起病，一般持续2周到5个月；抑郁发作持续时间更长，平均6个月。多数患者发作间隙期基本正常。本病的发作通常有应激性生活事件或其他精神创伤的诱因。而患者王先生出现躁狂抑郁症症状，与年轻时患者和他人出现工作纠纷或家庭不和睦有很大的关系。

患者王先生目前病情稳定、社会功能良好充分说明了双相情感障碍药物治疗的重要性。在药物治疗的基础上，综合心理治疗也可提高患者对自己疾病的认识，了解药物治疗的必要性，加强医患之间的合作，从而提高患者的治疗依从性，使治疗取得更好的疗效。

幻觉兴奋下，她超量服用药物中毒命悬一线！

2022年12月22日，广州白云心理医院急性干预科接诊到一位超量服用抗精神病药物氯氮平中毒的患者。入院时患者多器官功能损害、意识不清，病情十分危急，经过治疗，目前该患者已脱离危险，并转入普通病房。

01患者情况

原来56岁的兰女士（化名）被家人发现躺在床上时，嘴巴内发出“哼哼”声音，而且还有明显的神志不清症状，怎么叫都叫不醒。家人发现床旁有“氯氮平”空药瓶，猜测兰女士前1天应该是服用了大剂量的氯氮平导致中毒，家人便立即将兰女士送至广州白云心理医院进行救治。

入院时兰女士意识不清，呼之不应，心动过速，四肢无力瘫坐在轮椅上面。医生给她急查了氯氮平血药浓度，处于危机值，院领导及急性干预科主任陈江永、主管医生等高度重视，立即联合会诊制定治疗方案。



02全力救治

为人所不为，能人所不能。面对生命，急性干预科全体医护人员都进入了紧张状态，每一分每一秒，每一个环节，每一个细微之处，都一丝不苟。各项操作都在有条不紊、细致周到地进行。

治疗过程中主管医生郭佳彬医师发现患者肝肾功能出现损害，考虑患者服药有一段时间了，无法进行洗胃导泻或催吐处理，因此给予大量吸氧、补液、利尿等相关治疗。

第二天，患者的神志恢复清醒，经过连续几天的治疗，患者多器官功能损害逐渐恢复，脱离生命危险。经过了解才得知兰女士39年前便发病确诊“精神分裂症”，主要表现为幻听疑人害。

兰女士总认为有人要害自己，每天都紧张担心。这些年一直未住院，在门诊定期取药，规律服用药物治疗。近两年病情加重，脾气增大，性子急躁，稍有不顺就拿刀拍在桌子上和家人理论。

每到月底她就担心下个月不发工资，还担心母亲会去世。服药前一天患者因怀疑卖粉的人在粉里下了毒，让她吃坏了肚子，于是便自行吞服若干氯氮平药物想治病，不料超量服药后才导致中毒。

03转危为安

每天郭佳彬医师只要有空闲时间就找兰女士谈心，嘱咐科室医护人员多关心她，让她感受到生活的希望。

经过全体医护人员的全力救治和精心护理，现在的兰女士意识清晰、对答流畅、能够自己吃饭洗澡，行走自如，恢复得很好。

患者一恢复，彻夜陪护的家属们便先回家了，放心地把兰女士交给医护人员照料，接受精神分裂症系统治疗。

恢复后的兰女士找到郭佳彬医师说：“郭医生，感谢您的鼓励，还有其他医生、护士都很好，都很关心我！我以后会好好接受治疗，不会再走极端了！”看着兰女士满面笑容，科室全体医生和护士的努力没有白费。



04专家点评

急性干预科郭佳彬医师表示，近年来，随着临床应用的逐渐增加，氯氮平中毒时有发生。一旦发现有人过量服用氯氮平，关键就是要早期洗胃，及时清除胃内未被吸收、溶解的药物，同时应早期血液灌流，将已吸收入血的药物清除出去，彻底清除体内药物残留。

在患者意识转清后，要对其进行心理治疗，防止“抑郁式自杀现象”再次发生。患者家属在平时要注意加强看护，保管好抗精神类药物，督促患者定时定量服用，不得超量服用。

同时，本病例也充分体现出广州白云心理医院在急性中毒综合抢救工作上又迈进了一个新台阶，今后全体医护人员将不断提高救治水平，为广大患者健康保驾护航！



05延伸阅读

氯氮平是一种新型治疗精神分裂症的药物，作用是控制精神病的幻觉、妄想和兴奋躁动，适用于急慢性精神分裂症，临床使用较广泛。常用治疗量一日200~400mg(8~16片)，最高量可达一日600mg(24片)，维持量为一日100~200mg(4~8片)。

目前氯氮平中毒无特效解毒药物，最常见中毒症状谵妄、昏迷、心动过速、低血压、呼吸抑制或衰竭、唾液分泌过多并伴有高血糖、吸入性肺炎。中毒后副作用大、死亡率高。

男子突发精神异常 民警、精防医生、社会心理服务站等合力救助

近日，粤心安三元里街社会心理服务站工作人员前往医院救助帮扶了一名特殊患者。患者名叫阿国（化名），今年42岁，云南人，行为异常，思维紊乱，被发现时身上受伤，连日来，警察、三元里街道公服办、精防医生和心理服务站工作人员对其展开联合救助，为其提供医疗救治，并持续关注，跟踪服务。

这源于一场暖心的救急难。患者阿国于2月1日坐车来到广州后言行紊乱，在路上撞得头破血流，疑似有精神障碍病发迹象，路人发现其异常情况报警求助，三元里辖区警察遂将其送至广州中医药大学附属第一医院进行治疗。治疗期间，阿国情绪激动，拒不配合治疗，警察立即求助社区精防医生和心理服务站，请求医生前往现场评估。



2月2日，三元里街道公服办、精防医生和心理服务站接到求助后立即前往广中医附属第一医院进行评估。为了可以了解阿国的疾病史，警察、心理服务站心理医生江金苗曾多次联系阿国的哥哥，但哥哥表示自己不在广州，也不会过来广州接弟弟回家。

最后，精防医生陈冠炜和社会心理服务站心理咨询师江金苗、欧瑶莹联合对阿国进行问诊，发现其思维紊乱，被害妄想严重，睡眠欠佳，初步判断属于“精神障碍”。



鉴于阿国当前的状况，如不及时进行专科救治，有可能会越发严重或带来其他安全隐患，经过沟通协商，决定交由派出所根据相关流程将阿国尽快送往精神专科医院进行救治，同时，多方工作人员将持续跟进救治情况。

据了解，这次救助是粤心安三元里街社会心理服务站救助工作的一个缩影。精神疾病让不少患者和家属都背负着沉重的包袱，给他们的身心健康造成了严重影响，他们非常需要社会的关心、关爱和理解。



近年来，为进一步做好白云区社会心理服务并满足辖区居民的心理服务需求，作为华南地区唯一心理专科医院广州白云心理医院承担起三元里街社会心理服务站的工作。服务站面向全街道群众开放，为居民群众提供心理健康宣传教育和心理咨询服务，开展普惠性、基础性的心理健康服务和宣传工作。

为全面落实特殊人群救治救助政策措施，服务站联合街道、公安、精防医生、村（社区）干部、社工和心理医生等组成关爱帮扶小组，强化治疗、随访、关爱、防护，通过健全社会心理服务体系和危机干预机制，评估筛查出一批焦虑症、抑郁症、有明显自杀倾向等重点人员，对他们开展持续性心理咨询，必要时及时转诊、配合药物治疗，做到早发现、早干预、早转介、早治疗。



年轻女子患焦虑抑郁，全程跟踪帮其解心病

——永平街社会心理服务站入户走访

为深入开展贴心服务工作，为精神障碍患者及家属提供适宜的心理支持和心理健康服务，做到对康复患者真实状况深入了解，真正让患者回归家庭、回归社会。

近日，永平街综治办、永平街社会心理服务站、社区医院组织精防医生、心理医生，走进患者家中，开展对救助帮扶患者的回访工作。

2023年1月，来自汕头的小瑶（化名）精神疾病复发，永平街社会心理服务站得知情况后，立即联动医院，为患者提供“一站式”诊疗服务。

经过广州白云心理医院门诊专家黄镇顺主任的专业治疗，小瑶病情恢复良好。2023年1月15日，服务站工作人员对小瑶进行了上门回访。



受访患者小瑶对服务站的回访工作非常欢迎，她高兴地说：

“我病情已经得到了好转，没想到你们又到我家里来看我，这么关心我，太感谢你们了，非常感谢政府对我的关心。”

小瑶亲切地跟医生打着招呼，交谈中透露着精气神。

年轻女子因工作压力大被焦虑抑郁缠上

小瑶，今年22岁，一直在广州从事短视频剪辑工作，经常熬夜加班，在紧张的压力下精神状态也逐渐出现了异常。

2021年10月，小瑶不仅仅出现失眠的症状，同时还伴随着难以感觉到快乐、情绪越来越低落、持续时间也长，对任何事情都提不起兴趣，一开始她并没有当回事，觉得过段时间就好了。

但是，随之症状越来越严重，思维开始变得缓慢、迟钝、很容易就疲累、工作效率也变低了，姐姐看到她的状态，才猛然觉得问题的严重性。

后经朋友推荐，小瑶在姐姐的陪同下来到广州白云心理医院接受药物和心理治疗并得到康复。

没有定期复诊，年初病情复发

但由于没有定期复诊，长期被心理问题困扰，小瑶再次出现情绪低落、失眠的症状，病情复发。

“那段时间心里感到特别的焦虑，心里经常想一些没有发生的事，越想越严重，整天心慌慌的，也觉得自己好像掉进了一个很深的洞里，一直往下沉，甚至出现了不想活下去的念头！”

1月2日，坐在黄镇顺主任对面的小瑶回忆起发病时的感觉，仍然心有余悸。



根据面诊和心理测查，小瑶被诊断患有“混合性焦虑和抑郁障碍”。黄镇顺主任结合中医和西医的优点，给予小瑶具有针对性的药物治疗，并嘱咐需遵医嘱服药，定期复诊。

社会心理服务站全程跟踪守护患者健康

回访当天，永平街社会心理服务站的江金苗医生、社区医院的陈炜杰和陈瑞贞医生通过观察和了解发现，经过半个月的治疗，小瑶康复状况不错，精神状态稳定。

小瑶说，自己现在感觉很好，睡眠好了，胃口也好了能吃进饭去了，情绪很稳定。医生还询问了小瑶的用药情况，并对小瑶遇到的问题给予解决，对生活方面的注意事项进行叮嘱。

接下来，心理服务站持续跟进小瑶的情况，给予提供及时的帮助。

1月30日，刚过完春节的小瑶再次如约来到广州白云心理医院复诊，小瑶表示，感觉比之前好多了，不过睡眠还是有点问题，门诊专家黄镇顺主任给她开了相关药物，心理咨询师江金苗也为其进行了免费的心理测评。

对比1月2日做的测评结果，这次复诊小瑶的情况已有所好转，不过医生建议仍需要继续遵医嘱治疗。

2月4日，小瑶再次来院接受心理治疗，随着治疗的开展，在心理咨询师刘宇翱的引导下，小瑶对自身情况的认识一步步加深剖析，慢慢正视自己的情况，对自我也有了新的认识。治疗结束时，小瑶表示自己会调整心态，积极乐观，配合治疗。

小瑶病情的逐步康复，心理问题得到及时解决，得益于“粤心安”永平街社会心理服务站的建设。据了解，为全面落实特殊人群救治救助政策措施，永平街社会心理服务站联合街道、公安、精防医生、村（社区）干部、社工和心理医生等组成关爱帮扶小组，强化治疗、随访、关爱、防护。

通过定期“入户回访”对辖区内精神疾病患者开展走访评估工作，真实地了解患者的康复情况，现场解决患者在康复中遇到的问题，让患者及时得到医疗指导和咨询，真正做到服务贴心、治疗用心、回访温心。

同时还通过健全社会心理服务体系和危机干预机制，评估筛查出一批焦虑症、抑郁症、有明显自杀倾向等重点人员，对他们开展持续性心理咨询，必要时及时转诊、配合药物治疗，做到早发现、早干预、早转介、早治疗。



精神分裂症患者不规律服药，导致病情反反复复

——永平街社会心理服务站个案心理评估

社区居民何**，男，44岁，未婚，2010年起出现精神异常，家人当时送去医院治疗，诊断“精神分裂症”，因不规律服药，症状反反复复，时好时坏，系统查询到2022年7月24日最后一次在广州白云心理医院门诊进行医保门特拿药，之后暂无发现其有到医院的就诊记录。

2023年2月15日，永平街社会心理服务站联合社区精防医生和居委会一起上门走访，关心问候他的近况，其母亲见到医生之后不断落泪，诉说自己和老伴年事已高，身体又不好，无法照顾孩子，而且家里很多事情现在都是需要儿子做才行（例如做饭），何**现在不肯遵医嘱服药，说之前吃了药头不舒服，现在是他想吃就吃，不想吃就不吃，也不肯去医院看医生，家里经济条件不好，真的不知道该怎么办。



医生与何**面谈沟通，发现其思维混乱，意志减退，不能工作，精神症状较明显，问其有没有吃药，回答说有吃药的，说不用去医院家里还有很多药。其母亲跟江医生反映，广州白云心理医院的梁细苏医生挺好的，江医生根据何**的情况表示，首先还是需要规律服药，之前服药之后出现头不舒服，可能是那个药物对他不是很适合，需要到医院和医生面谈详细沟通看看如何调整药物才行，而不是直接停药，江医生回去医院之后会把相关情况反映给医院领导，请求安排梁细苏医生上门给何**看诊，大家尽最大努力帮助何**一家。

3月2日上午，何**的妈妈来到广州白云心理医院为何**在门特开药，因为何**不愿意来医院，所以其妈妈老人家一个人过来医院的，心理服务站的江金苗医生全程协助其挂号咨询医生，登记缴费拿药，并嘱咐妈妈回去要监督何**遵医嘱服药，不能随意增减药物或者停药，最后指引老人家坐车回家，得到老人家的感激，说非常感谢政府、感谢医生。

精神异常患者病情加重难以管理，多方协助紧急入院

——大源街社会心理服务站心理个案帮扶

案主陈**，男，43岁，广西藤县人，据家属反映，案主1997年开始出现精神异常，在当地住院治疗好后转出院，具体诊疗不详，出院后未规律服药，病情反反复复。

2017年舅舅自杀后受到很大刺激，病情加重，加上妻子连续生了4个女儿，一直没有生到儿子，情绪时常低落，做生意又失败，2022年底侄子车祸昏迷，对案主打击很大。

爱人带他去算命，算命先生说他会个儿子，之后案主很开心，天天说自己马上有儿子了，说话明显增多，说毛泽东上了他的身，在脑袋里和他说话，指挥他做事，行为紊乱，天天像个领导一样走来走去。

抱着公仔说是他儿子，说儿子饿了，要老婆去看孩子，家人在家难以管理，求助警察，警察联系大源街社会心理服务站刘创明医生，刘医生详细了解情况之后联系广州白云心理医院开通绿色通道，将案主紧急送入院治疗。后续心理服务站将会持续跟进个案。



花龄少女因压力大躁狂发作，亲子关系面临危机

——均禾街社会心理服务站心理个案评估

1月4日，社区居民蔡**，女，17岁，高二在读学生，2021年3月开始出现情绪不稳定，可能是学习压力大导致，不愿出门，不愿与人交流，睡眠不好，易激惹，自言自语，说老师同学针对她。

家属多次送去“广州天使儿童医院”住院治疗，诊断不详，因不规律服药症状反反复复，时好时坏。2023年1月1日再次出现精神异常，甚至有冲动欲打妈妈的行为，常说自己是天才，要引导世界，不配合到院治疗，家属报警求助，警察联系均禾街社会心理服务站刘创明医生，刘医生详细了解情况之后联系广州白云心理医院开通绿色转诊通道，紧急送案主入院，进行详细的检查治疗，医生初步诊断“躁狂发作”，心理服务站将会持续跟进个案。



男子憔悴消瘦，总封闭在家，其阿姨焦急求助

——三元里街社会心理服务站战心理个案帮扶

2月13日上午，三元里街社会心理服务站联合公服办、精防医生、派出所、社区网格员和松柏岗居委会一起到居民钟*家中走访，据钟*小姨反映，钟*长期把自己封闭在家，不外出不与人见面，其父母均已去世，自己也基本是一年才见他3-4次面，很担心他在屋里不知道会发生什么事情，希望政府相关部门可以提供帮助。

居委会黄永恒主任接到求助后立即联系相关部门上门走访，希望与钟*见面沟通，了解更多信息以提供相关帮助。但是大家一行人来到钟*家中敲门一直不见有任何回应，不知其是否在家，据管理处反映，钟*应该是在家的，不过他一般不出门，不与人沟通，自己已经过来这里工作几个月了，很少见到他，他最多也就是拿个外卖丢个垃圾，都是独来独往，没有亲戚朋友来往，偶尔见他阿姨过来看他，都是不让阿姨进屋的，基本是跟阿姨在楼下或者外面见面。

心理服务站的江金苗医生当天晚上致电钟*阿姨许女士，据许女士反映，钟*以前在新西兰读书，大概10年前回来中国，没有吸毒史没有精神病史，他妈妈也是大概10年前去世，爸爸大概4年前去世，他从小性格自闭，不怎么喜欢跟人沟通，以前爸爸妈妈在的时候还好些，自从父母去世了，感觉他的情况是越发严重。

之前也有跟他提过去找医生看看，但是他一直都是不同意看医生，觉得自己没有问题，父母去世之后他就独自生活，平时大家很少联系，就是中秋、春节和他生日会见个面吃饭之类的，一年也就见面3-4次，感觉他以前还挺好的，就是今年年三十晚上大家一起吃饭，他连菜都吃不下了，走路也没力，之前带他去惠州龙门老家住了一个晚上，看见他自己在“唠唠叨叨”说个不停，也不知道他说的是什么，问他就说没事。

因为他一直不肯去看医生，家属不想强制，所以就一直拖着，现在看到他面容憔悴消瘦，生活不修边幅，邋遢，比街边的“乞丐”还不如，家属真的很担心，希望政府可以帮助他。

江金苗医生耐心倾听许女士的描述，不排除钟*是“精神分裂症”，建议许女士先预约时间到松柏岗居委会面谈，大家坐下来详细沟通钟*的情况，商量一个较好的方法送他到医院接受专业的诊治，实在不行，可能需要派出所的帮助强行送医治疗，许女士表示先跟家属沟通，到时候有需要会联系江医生预约时间面谈。心理服务站将会持续跟进个案。



禁毒宣传进校园，护航青春不“毒”行

——均禾街清湖小学开学第一课

2月6日，为进一步提升青少年防毒拒毒、安全意识和能力，营造青少年健康成长良好环境，近日，均禾街社会心理服务站积极深入各中小学校开展“禁毒安全教育”活动，有效提高了广大师生的安全意识和防护能力，筑牢校园安全防线。

活动中，心理咨询师黎仕达在白云区均禾清湖小学开学典礼上宣讲禁毒法律法规，详细介绍了毒品的种类、形状以及毒品的危害性，开展行之有效的禁毒宣传教育活动，引导学生养成健康的生活习惯，树立正确的人生观，价值观，无论处于何种境地，都要穿上“防毒衣”，争做阳光少年。

同时鼓励同学们要争当小小禁毒宣传员，形成“教育一个孩子，影响一个家庭，带动整个社会”的全民参与禁毒的浓厚氛围。



外出走访开眼界，交流学习拓思路

——三元里街社会心理服务站走访学习

2月8日下午，三元里街社会心理服务站的欧瑶莹和江金苗两位医生到三元里社工站走访，社工站由“阳光社工”承接相关服务，站点的负责人古倩倩首先向医生们详细介绍了阳光社工。

阳光社工成立于2009年2月，是在越秀区民政局登记备案的具有独立法人资格的社会服务机构，由广东工业大学社会工作专业资深教师联合创办。阳光在社区服务、社区研究、公共问题介入、社区培育、社区倡导等方面积累了较丰富的专业经验，具备了良好的专业优势。

阳光自成立以来一直坚持向社群提供优质及多元化服务，先后承接了多元服务项目，包括社工站(家庭综合服务中心)项目、司法社工项目、专职人民调解员项目、社区戒毒康复项目、社区居家养老项目、婚姻辅导项目、读写障碍项目、社会组织培育、专业督导及培训输出等服务项目，以及李嘉诚基金会、广州市社会组织公益创投、广州市妇联玫瑰公益创投等公益项目。

参加民政部百名机构牵手项目，牵手江西赣州社工机构，提供三年督导支持服务，开展为期三年的支持鄂尔多斯社会工作发展项目以及2018-2019年内蒙古自治区新时代文明实践业务指导项目等。

对于心理服务站的加入，古社工非常欢迎，表示社工们平时工作压力大，任务重，容易出现心理问题，希望心理服务站可以先给社工们进行压力管理之类的团辅，让大家都可以减减压。心理服务站两位医生表示，三元里街社会心理服务站会尽全力配合社工工作，可以用个体、团体、讲座、宣传等等的形式，联合起来进学校、进企业、进社区，尽最大可能帮助社区居民。



医路有你，共迎新春

——儿少心理科为患儿举办“新年游园会”

一年一度的元旦佳节即将到来，为让本院儿少心理科患者小朋友和家属能在医院度过一个快乐而难忘的节日，12月29日下午，儿少心理科医心护联合举办了丰富多彩的元旦游园会，为患儿带来了节日的问候和新年的祝福，营造了欢快的氛围，让患儿得到治疗的同时感受到医院的温暖。

伴随着欢快的音乐，心理医生刘凤姣带领患儿玩起了《水果蹲》游戏，“苹果蹲，苹果蹲，苹果蹲完香蕉蹲。”“香蕉蹲，香蕉蹲，香蕉蹲完梨子蹲。”青少年按口令做相应动作，现场欢声笑语不断。

开心的时刻总少不了游戏的参与，科室为孩子们准备了多个游戏。医护人员积极讲解与示范每项活动的游戏方法，在医护人员的帮助下，小朋友们迅速掌握了游戏的要领。



每当完成一项挑战时，小朋友的脸上都会流露出满足和快乐，大家迫不及待攒积分兑换喜欢的奖品~

这些看似简单的趣味游戏不仅有效地增强了青少年的动手能力、协调能力和创造能力，更提升了在院青少年人际交往能力，促进亲子关系，激发孩子们的主动性及参与性。现场，患儿及家属的热情高涨，气氛热烈，元旦佳节即将到来的喜庆气息分外浓郁。

庆新年、迎元旦，广州白云心理医院儿少心理科举办此次游园活动带来的不仅是欢乐，还有“家”的归属感，切实增强了患者及家属的获得感和安全感，全方位守护服务对象的身心健康。希望在新的一年里，病区里的孩子都能早日康复，早日回归学校、回归社会。



拜年啦！ | 大年初一派红包，医患同乐过新年！

寅虎欢腾辞旧岁，卯兔跳跃迎新春！对于大多数人来说，春节意味着回家团圆、是走亲访友的日子，而对医护人员来说，春节则意味着忙碌、责任、奉献，他们把一年中最珍贵的时光献给病人，为前来就诊的患者提供最温暖的服务。今年也不例外，春节期间，我院值班医护人员舍小家，顾大家，以满腔的热情和优质的服务奋战在临床一线，坚守在各自的工作岗位上。

“新年好！大家辛苦了！我给大家拜年了”除夕夜、大年初一，心理医院执行院长胡誉怀，名誉院长郑洪波，副院长曾莞勇等先后来到全院各科室，向节日期间坚守岗位，默默奉献的医务工作者拜年，为大家送上新春祝福和节日的问候，感谢他们为医院做出的贡献。



每到一科室，院领导都与医护人员亲切交流，对大家的坚守表示感谢，嘱咐大家在繁忙的工作中保重身体，同时详细询问春节期间医疗、护理、后勤保障等工作安排，要求各科室高度重视春节期间医疗安全，确保患者的身心健康。

新年的祝福让每一位医务人员感受到浓浓的暖意和深深的关爱，大家表示，一定坚守岗位，用严谨的态度和踏实的工作，用更加饱满的工作热情为全年的工作起好头开好局。

春节期间，最需要关怀的莫过于不能回家又生病住院的患者，而医院开展的“迎新春·促康复”系列工娱活动，让患者们依然感受到新春的快乐与喜庆。



除夕之夜，大家一起看春晚吃团年夜饭，和乐融融。同样，年初一也准备了丰富多彩的娱乐活动，一大早医护人员就组织大家玩游戏，拿奖品，而医院领导向他们送上的新春祝福，更让他们感受到白云之家满满的关爱，让他们更有信心战胜疾病。新春第一天，整个住院病区都散发着医患之间暖暖的情意。



医者仁心，精诚大爱，在此由衷地对所有的医务人员道一声：“新春快乐！你们辛苦了！”新年意味着新的起点、新的希望、新的征程。广州白云心理医院、广州仁泰医院将满怀信心，昂扬奋进，更好地为百姓精神心理健康保驾护航！



义诊送健康，服务暖人心

——百场心理公益活动 ③ 三元里街

为关注居民群众的身心健康，2月19日，三元里街社会心理服务站联合广州中医药大学附属第一医院在松柏岗社区开展义诊活动。

当天上午，在松柏岗社区零距离党群驿站，活动如火如荼地进行，不少居民在党群驿站门口有序地排起了队。

三元里街社会心理服务站工作人员、心理咨询师江金苗说，服务站组织了心理医生、全科医生、中医医生等专家在现场开展义诊活动，免费为居民群众提供常见病、多发病以及精神和心理行为障碍等疾病的咨询服务，并现场派发了宣传手册和纪念品。

义诊专家认真倾听、耐心解答居民们的疑惑，细心地为居民进行检查评估，介绍科学的心理健康保健知识，为居民们提供专业的指导与建议。

“活动非常好，在家门口就能看病，接受专业的医疗诊治，很方便老人家。”一位刚做完咨询的阿姨一边说，一边竖起了大拇指。

此次义诊活动让前来参与的居民享受到优质的专家诊疗服务，受到大家的一致好评。接下来，三元里街社会心理服务站将持续进社区开展义诊活动，为辖区内的居民群众提供主动、连续、综合、个性化服务的健康管理，切实做好居民群众身心健康的守护者，建设和谐幸福社区。



永平司法所集中教育心理辅导活动

——百场心理公益活动 ⑨ 永平街

为进一步加强社区矫正对象的监督管理和提升在矫期间的心理健康，2月21日，永平司法所结合本月“我为家乡添光彩”地方特色主题教育，联合广州白云心理医院、永平街社会心理服务站组织辖区在册124名社区矫正对象开展集中教育心理辅导活动。

本次活动采取“线上+线下”方式同步开展，20名社矫对象到达白云心理医院现场参加，余下社矫对象通过线上方式参加。驻区司法警察肖庚庆、谭剑林、白云心理医院心理咨询师庄晖、社会心理服务站心理咨询师江金苗参加了本次活动，司法所张斌所长主持本次活动。



活动中，张斌所长、谭剑林警官分别发表讲话，通报了近期社区矫正对象违规、训诫的情况，重申了日常报到、监管，教育学习活动等相关规定，对社区矫正对象进行了警示教育。

法治教育结束后，针对自我认知、情绪管理等方面影响社区矫正对象正常融入社会的问题，邀请白云心理医院心理咨询师庄晖为社区矫正对象开展了以“EMDR创伤团体——面对、加工、再出发”为主题的心理辅导活动。

活动现场，庄晖医生表示人会遭遇到不幸的事件，但人们也有一种内在的本能去冲淡和平衡不幸事件带来的冲击，并从中学习使得自己成长和茁壮。随后，庄晖医生运用“EMDR——眼动脱敏再加工治疗”帮助矫正对象降低焦虑，并且诱导积极情感、唤起矫正对象对内的洞察、观念转变和行为改变，同时引导大家进行了呼吸练习、集中注意力练习和蝴蝶拍放松练习，为大家讲授了心理健康知识以及心理疏导、情绪管理的基本方法和技巧，帮助大家释放压力，树立心理健康理念，同时让社区矫正对象从心理真正热爱其所居住的这片土地，为家乡发展和祖国建设作贡献。

最后，现场20名社矫对象在江金苗医生的带领下实地参观了永平街社会心理服务站、心理医院治疗中心与中医康复科，中医康复科医生当场提供问诊服务。

通过本次活动，永平司法所与白云心理医院就进一步加强合作达成共识。座谈会上，广州白云心理医院执行院长胡誉怀表示，社区矫正对象的安全稳定和心理健康，是维护社会和谐稳定、实现国家长治久安的需要，为此心理医院将充分发挥专业特色优势，同创共建，积极合作，对有心理异常的社区矫正对象及时进行心理危机干预，针对性地开展心理健康专题讲座、心理测评、心理咨询、心理矫治等心理帮扶服务，切实帮助社区矫正对象调整心理状态，增强社会适应力，乐观面对生活、积极融入社会，顺利度过矫正期。



做智慧父母，助孩子成长

——百场公益心理巡讲 ⑨ 培英中学、东平学校

人们常说：孩子是家长的影子，家长是孩子的镜子。父母是孩子最好的老师，父母的言传身教、一举一动都影响着孩子成长，家庭教育在孩子健康成长阶段起着举足轻重的作用。

为了提高家长对家庭教育的认知，帮助家长掌握高效的教育理念与方法，提升家庭教育质量，助力学生健康成长，近日，粤心安·永平街社会心理服务站联合永平社工站、永平社区医院前往培英中学、东平学校为广大学生家长开展家庭教育专题讲座。本次活动特邀广州白云心理医院心理咨询师王彦红主讲，共计400多名学生家长到场认真聆听了讲座。



讲座开始后，王老师从情绪的分类、疏导情绪的四部曲、如何提升幸福的能力、六大人格读心术等四个方面进行了深入浅出的讲解，并结合分析西游记的典型人物性格特点，邀请家长上台互动表演，让家长们更直观地看到自己孩子个性的一面和自己性格的一面，理解不同的性格如何和谐相处。从心理学的角度，传授了家长一些巧妙有效的家教小妙招，同时引导家长思考问题解决的方法，号召每一位家长从改变自己做起，从改变生活态度做起，重新建立亲子沟通方式，做智慧父母！

部分家长提出了自己与孩子难以沟通，孩子成绩越来越差等问题，针对这些家庭教育中普遍存在的问题，王老师提出以下四点：家庭教育第一主体责任人是父母；家庭教育遵循规律性；家庭教育强调因材施教；家庭教育强调有效性。关于如何做智慧型的父母，王老师认为：一是父母要引领孩子树立正确的价值观。二是父母要做孩子生活的榜样。三是父母要想方设法改变孩子的不良习惯。

现场气氛热烈，互动频繁，王老师风趣幽默的精彩讲解，迎来了家长们的阵阵掌声，多位家长在讲座结束后仍迟迟不肯离去，围着王老师倾诉着自己的家庭教育困惑，王老师耐心地一一进行了解答。

此次家庭教育讲座的开展，为提高家长对家庭教育的重视、帮助和引导家长树立正确的家庭教育观念、掌握科学的家庭教育方法奠定了基础。家长们深刻认识到了家庭教育的重要性，只有做智慧型父母，才能更好的引领孩子健康成长！



广州白云心理医院开展公益健康讲座

为提高家属对精神疾病的了解，提高家属护理患者以及帮助患者康复的技能。2月23日下午，由广州白云心理医院主办、永平街社会心理服务站协办的第一期《公益大讲堂》成功举办。本次讲座采取“线上+线下”方式同步开展，由器质性精神障碍科李大卫医生为来我院治疗的患者及家属进行主讲。

李大卫医生从事精神科临床治疗工作多年，对精神疾病的治疗有着非常丰富的经验。他以“春季如何识别及预防精神障碍复发”为主题，围绕为什么春季是精神类疾病的高发季节、精神疾病复发常见表现、预防精神疾病复发的方法、家属如何协助做好疾病管理等四个内容进行详细解说。



李大卫医生特别向家属讲解了服药的重要性，“对于不按时服药的患者，家属应该耐心讲解药物的作用及必要性，督促患者遵循医嘱，按时按量服药，养成良好的服药习惯，特别谨记切不可因为病情得到暂时缓解便私自减药停药，这将对患者而言会使病情复发甚至更严重，家属要做好监督作用。”同时，我们也要注意观察患者的情况，注意识别复发先兆。”李大卫医生说。

针对精神疾病患者，在进行药物治疗的同时，辅助给予适宜的心理治疗也是非常重要的。现场，不少家属针对如何与精神疾病患者相处和缓解心理压力等问题进行互动提问，来自心理咨询与治疗中心的庄晖医生解释称，心理因素是精神疾病致病的原因之一，而心理治疗对于患者的一些情感、行为等方面的问题改善具有良好的效果，只有找到“心病”的根源，才能帮助引导患者如何正确的面对或解决问题。

通过本次讲座，患者和家属纷纷表示对精神、心理疾病有了更深的认识，能够在早期识别精神病复发的迹象，并采取及时、有效的预防措施，显著改善疾病的预后。

为了让更多的患者在接受我院系统治疗后，更好地巩固疗效，减少复发，回归社会，广州白云心理医院特在门诊大厅开展《公益大讲堂》，让患者家属学习了解精神疾病知识外，还为患者家属建立起信心，教会他们给予患者全面的护理和相处技巧，由此改善家庭成员原有的互动模式，从而帮助患者更好地康复。接下来，根据家属的需求，我院还将继续开展更多主题的讲座，进行疾病宣教，促进医患沟通，提高家属治疗的依从性，为精神疾病患者的康复创建支持性环境。

跳出误区，正确认识

——关于精神心理疾病的常见困惑解答

春天是心理疾病的高发季。据统计，每年3 - 5月份精神疾病复发率占全年的70%以上。尤其是患有精神分裂症、双相情感障碍、抑郁症的患者，更容易受季节的影响。最近几年以来，随着精神心理疾病不断被提及和科普，使得人们都渐渐接受了心理问题的存在。

但是，其中也不乏有很多人只是一知半解，甚至把部分疾病归类为性格标签：

“我强迫症可严重了，玩游戏有一点操作失误就想重新开始。”

“这有什么可焦虑的，你就是抗压能力太差。”

“这个人总是临时变卦，我怀疑他有精神分裂。”

“强迫”“精神分裂”这样的词最初来源于对心理疾病的描述。事实上，真正意义上的心理疾病也并不是大家口中所说的那样简单。在此，广州白云心理医院邀请院内各位精神、心理专家针对大家常存在的困惑进行解答，看看大家有哪些对心理疾病的典型误读~



急性干预科主任陈江永解答：强迫症

“我很爱收拾东西，肯定有强迫症”强迫症曾一度被当做调侃的对象，用它开玩笑似乎总是特别有意思。“我的强迫症特别严重，吃炸鸡的时候一定要配上可乐。”强迫症就像一个有趣的自我介绍，给自己添了那么一点小个性，让人印象深刻。因此，在真正的强迫症患者找人倾诉时，得到的回答可能是“我从小就有强迫症，哈哈，你也有强迫症啊？习惯就好。”

这种时候，强迫症患者内心一定是崩溃的。因为这个被调侃、被当作玩笑的“强迫症”，和那个



陈江永 副主任医师

将患者折磨得生不如死的“强迫症”完全不同。

那么，真正的强迫症到底是什么样？强迫症是一种慢性、难治性疾病，主要症状是强迫思维及强迫行为，患者因此非常痛苦却无法摆脱。

之前我们曾接待过一位典型的强迫症案例，来访者怕出错，怕脏，怕受伤，怕倒出的水溅回脸盆了，就要接水后重倒，反复好多次。哪怕自己也知道没有必要，哪怕自己也不想这样，可就是控制不住。

后来她的症状逐渐加重，不敢用手碰袜子，冬天温度只有七八度时也不穿袜子，怕真菌会染到手上；怕听到人咳嗽、吐痰，看到这些就必须闭紧嘴巴，到后来尽量避免出门。患者感觉非常痛苦，她想上班，但因病情无法上班。

慢性精神康复科女病区主任杜维豪解答：焦虑障碍

“你是不是最近压力太大了？”焦虑障碍往往是另外一个容易被人们“忽视”的心理问题。生活这么累，每个人的肩上都有一堆担子，谁还没焦虑过？



杜维豪 副主任医师

确实，焦虑在我们当前的生活中非常常见，它甚至对我们有些“好处”，比如明天要考试，今天感到的焦虑就可以帮我们更加努力地复习。正常的焦虑是一种有用的情绪，它是一种情感表现，一种当人们面对潜在的危险时，都会产生的情感反应。可一旦谈起焦虑障碍，我们可能就不能对它这么轻视了。

常见的病理性焦虑包括：广泛性焦虑障碍、恐惧症、社交焦虑症、广场恐惧症、特殊恐惧症以及惊恐障碍。所谓的病理性焦虑包括这些特点：无明确致焦虑因素，致焦虑因素和反应不相称，程度严重，持续时间过长。这已经和正常的焦虑完全不同了。

焦虑障碍不仅是慢性疾病，而且容易复发，也容易和抑郁症等其他心理疾病共病。如果你感觉自己的焦虑无法调节，就请及时寻求专业医师的帮助。

器质性精神障碍科门诊专家黄镇顺解答：精神分裂症

“分裂？分裂成了几个人格啊？”一提到“分裂”两个字，大家最容易联想到的往往是人格分裂。

这概念大家太熟悉了。毕竟这类精神疾病戏剧性很强，从电影到小说到电视剧，这种题材非常常见。



黄镇顺 副主任医师

但是，精神分裂症却和分裂的人格一点关系都没有。精神分裂症属于精神病的范畴，是所有精神疾病中最严重的一类。在精神分裂症这里，“分裂”是指人的主观感觉，思维，意志，情感，行为等心理功能与客观现实之间的分离与不一致，而非指任何器质性的分裂样病变。

精神分裂症的主要症状与“多重人格”是非常不一样的，它的主要症状包括思维联想散漫、妄想、异己体验、幻听、情感淡漠、紧张症等。具体来说就是，患者会言语紊乱，思维奔逸，有各种妄想，也会幻听，听见别人在议论自己，命令自己等等，甚至有时会产生视幻觉。

心理咨询与治疗中心首席咨询师郁辉辉解答：心理咨询

现如今，有一部分人觉得心理咨询太贵了。心理咨询服务确实需要一定的费用，一些人觉得“贵”的背后，也反映出对于心理咨询服务价值的不确定，不确定是否付出了金钱，就能带来收获；不确定仅靠聊天，就能帮自己解决烦恼。美国心理协会（APA）官网报告的多项研究表明，心理咨询从长期来看，是非常划算的投资，谈话式的心理咨询对于多类心理议题均有疗愈效果，它可以帮助缓解情绪压力、提升工作状态、甚至减少心理类躯体疾病等。

但许多人仍然不敢轻易预约心理咨询，认为除非问题非常严重，否则自己不需要就诊求医。实际上，心理咨询可用于调适严重的心理问题，也可用于调适情绪压力、个人成长等许多日常生活中常出现的问题。对心理健康问题而言，预防跟治疗其实一样重要。即使感觉自己没有任何“问题”，也可通过心理咨询加深对自己的探索，心理咨询更像是一种对心灵的“健身”。



慢性精神康复科副主任医师叶敏书解答：抑郁症

其实抑郁症离我们并不遥远，每个人都可能被它困扰。但与此同时，因为人们对抑郁症的认识不足，有很多抑郁者并没有得到有效的帮助。再者，很多抑郁者会对自己患了抑郁症而持有一种羞耻感，认为它见不得人；或者认为这是懦弱的人才会得上的病，对此怀有抵触的心理并采取回避的态度；或者认为自己咬咬牙坚持过去就会好转。



叶敏书 副主任医师

总而言之，他们都不愿正视抑郁的现实，这也导致了很多时候他们错失了治疗抑郁症的良机。

实际上抑郁的起因并不这么简单，它是生理、心理、社会等多种因素长期合力的结果。它的发展是分阶段的：最开始只是一种情绪，但如果不加以有效调节，就会日益加重，最后发展为抑郁症。随着程度日益加重，抑郁者的大脑中会发生生物化学改变。此时虽然当事人心里尚如明镜，但是已经身不由己，意志力很难起到作用了。

在现实中，抑郁与一个人的性格并没有必然的联系。有这样一部分抑郁者，他们平时在人前笑意盈盈，一副乐天派的样子。但是这种笑的背后隐藏着内心真实的苦涩或伤痛。他们的笑，是为了工作、礼仪等原因而表现出来的，这种抑郁又叫作“微笑抑郁症”。

此外，还有些人拒绝用药物来治疗抑郁症，认为这些药物类似于兴奋剂，服用后会上瘾，会降低智力、伤害大脑。其实抗抑郁药与兴奋剂没有关系，也并没有依赖性，很难上瘾。相反，倒是有一些抗抑郁药起效后带来的不适会让人有停药的冲动。而且现在已经研发出了许多新型抗抑郁药，它们很安全，副作用也很小，甚至也适用于老年和青少年群体。

因此，我们不妨正视抑郁症，认识到它的产生很自然，并且抓住治疗的最佳时机，以免拖延时日反而加重病情。



深入生活，扎根人民



广东电视台：《法案追踪》对我院物质成瘾科救治患者的专题报道



广东电视台：《法案追踪》对我院越秀禁毒项目救治患者的专题报道



广东电视台：应帮尽帮，加大对困难病残戒毒康复人员帮扶



广州电视台：心理障碍较难“自愈”，家长应重视观察介入



广州电视台：应对节后综合征，提前过渡是关键



新华社：青少年心理困境现状分析

心理热线和诊疗中的困境少年

广州日报

2023.02.05 星期日

连日来，江西中学生胡某宇事件引起社会强烈关注。记者从相关医院和志愿服务机构了解到，胡某宇的情况虽是个案，但存在心理问题的青少年并非个例。我们应如何面对像他一样遇到心理问题的孩子？如何为学生的心理健康筑起“防火墙”？

在广州白云心理医院，每天来接受心理咨询的青少年不少，大都是13岁~18岁的中学生。“孩子的很多情绪问题被忽视，这是最大的风险。”该院儿少心理科副主任医师罗爱民说。

罗爱民医生常作为专家组成员到市内不少中学为孩子们上心理辅导课，他表示，任何心理问题都会有苗头，只不过这些苗头被家长忽视了，或是有的家长不愿相信孩子有心理问题而刻意忽视。“有时我们去和学生深入谈心后才发现，有些学生的心理问题已经很严重，达到中、重度抑郁的程度，早就该接受心理支持了。据我多年的经验，进入高二之后，因为学业和人际关系压力出现心理困境的学生占比尤其高。”



罗爱民说，虽然青少年出现心理问题的原因看上去各不相同，但实际上是有共性的。比如说有些青少年的一些合理的要求长期得不到满足。“多数遇到心理问题的青少年中都有家庭不和睦的因素，孩子的情感需求长期被忽视。”

而一些出现心理困境的孩子会出现自残行为，这也是青少年心理问题被发现的直接线索。“通常选择自残的孩子是为了缓解情绪压力，通过伤害自己来释放情绪，就像毒品成瘾一样不能自控。”

除了一些显性的极端案例，还有一些孩子受困于隐性的心理问题。“只有找到症结才能‘对症下药’。”张治华说，“有的孩子不想去上学，可能是因为父母之间的关系破裂让他感到不安全，也有可能是他的某个感受长期被忽视了，他想通过这种方式向父母‘示威’。如果家长‘懂行’，很多悲剧原本可以避免。”

罗爱民表示，14岁~18岁的青少年处于青春期，相对更容易出现心理问题，因为他们的体内激素分泌变化快，情绪更敏感，家长们对这个年龄段孩子的心理问题更要提防。

罗爱民建议，高中和高职高专在学生入校时都应该进行心理健康测评，中学生每学期也都必须进行心理健康测评。“对于那些测评分比较高的学生，学校要重点关注，并由专门的心理咨询师进行干预。一旦发现学生的心理问题比较严重，则需要入院治疗。”

“超长寒假”后开学 助孩子们尽快心理“复位”



2023.02.12 星期日

“超长寒假”结束，终于迎来“神兽归笼”。记者了解到，自2月6日起，广州市中小学开学，萌娃们回校开启新学期。然而经历了长假，学生的学习方式、作息时间都有所改变，难以快速调节，更好地进入学习状态。

专家建议：一定要具体分析，才能针对性解决问题

广州白云心理医院心理咨询师庄晖表示，排除躯体不适、心理精神疾病原因，学生“厌学”、不愿上学的成因常见有4种，家长们要具体分析，针对性地帮助孩子解决问题：



1. 学业上有确切困难

有些学生在某科目的学习上感到吃力，就容易选择放弃。家长可以协助孩子获得外部支持，进行专科辅导，同时帮助孩子升华意识，一起制定学习目标，达到目标后给予精神奖励，激发孩子对学习的积极性。

2. 学校人际关系不佳

孩子与老师、同学相处过程中得不到支持，感觉校园环境不友好，可能会产生一种想法：自己在家学习也可以，为什么要到学校呢？这种想法尤为容易出现在低年级、学习难度不大的学生身上。家长要与老师互动，了解孩子的在校表现，及时疏导，帮助孩子提高人际交往能力。

3. 与父母有矛盾

孩子可能与父母存在矛盾，如穿衣、学业规划等方面。孩子因为年纪较小、在学习阶段除了学习以外，没有和父母抗衡的条件，那么他们可能会以“学习”“上课”为条件，通过不去学校和父母抗衡。这时候需要父母与孩子沟通化解真正的矛盾，不再通过“厌学”来与父母抗衡。

4. 因“厌学”而获益

孩子察言观色，发现父母之间有矛盾，唯独在孩子“学习”“上课”这些事上是口径一致的，这时候孩子可能会通过不去上学来维护家庭平衡。因为他发现生病、厌学等情况是有“好处”的，父母不再吵架，而是对他嘘寒问暖。这时需要父母和孩子一起面对面进行家庭治疗，也能解决孩子“厌学”问题。

偏内向or偏外向 改变孩子性格有必要吗？



2023.02.19 星期日

随着时代的变迁，开朗活泼、擅长社交的偏外向型孩子似乎更有优势，一部分家有偏内向型孩子的家长不由得担心起来，于是他们做出各种尝试去鼓励孩子锻炼孩子走向活泼，但也有一部分家长会质疑，改变孩子的性格有必要吗？

专家说：偏内向和偏外向两种性格各有优势

广州白云心理医院心理咨询师张晓表示，沉默内向型孩子的家长不必过于忧心孩子将来在社会上“吃不开”，偏内向和偏外向两种性格各有优势。

偏外向的孩子热情、自信，他们能从团队合作、外界信息中获取能量，擅长表演、演讲、指挥等；偏内向的孩子不需要太多外界刺激，他们擅长独立思考、阅读、写作、绘画创作、发明设计等。

当需要偏外向型孩子持续、专注、独立地完成一件事，他们表现可能不如偏内向型的孩子；而要求偏内向型孩子在陌生又大型的环境中进行演讲，他们也往往逊色于偏外向型的孩子。

适合的后天环境比生硬改变性格更有效

一个人的性格除了先天的因素，也受后天环境影响。如果说偏外向型孩子像向日葵种子，那么偏内向型孩子则像蔷薇种子，在适合他们各自生长的环境下培育，才会长得更好；用不恰当甚至相反的方式培养，只会令这两种性格的孩子内心发生冲突，他们可能会迷失自我，也难以长成家长想象中的模样。刻意、生硬地改变孩子的性格，只怕会得到南辕北辙的效果。

心理咨询师张晓建议，家长应多倾听孩子的真实需求，了解孩子对自己的期待，尊重孩子个性发展。家长要看到孩子性格的特点，尝试理解他们的感受和行为，建立积极的家庭气氛，让孩子感受到家中的安全感，和父母更好地沟通、更多地表达自己，父母和孩子间的矛盾减少，家庭关系也会更融洽。



个人督导与体验项目

心理咨询与心理治疗临床进修班

心理咨询与治疗是一门高度注重临床实践的应用性学科。在我国，心理咨询与治疗的从业者缺乏必要的精神病学知识与临床实践训练，欠缺对精神疾病的临床表现、鉴别诊断和诊疗等知识，无法明确判断心理咨询与治疗服务的对象范围及适用方法，有可能损害来访者的福祉甚至酿成悲剧，由于缺乏临床实习经验及必要的督导和个人体验，导致在新手咨询师与成熟从业者之间出现明显的断层。

为解决上述困境，帮助咨询师更好地成长。广州白云心理医院“心理咨询与心理治疗临床进修班”开展了个人督导与体验项目，着重提升心理健康服务人员的临床工作能力，成为既有扎实理论基础、兼具良好职业素养的优秀心理咨询师/治疗师。

【项目特色】

- **资深专家团队：**以广州白云心理医院的雄厚教学及临床实力为基础，以资深心理治疗专家团队为支撑，包含精神分析、认知行为治疗、家庭治疗、叙事疗法、精神动力等多种流派，着力为学员打造全面而专业的督导体验，帮助学员快速成长为一名优秀的心理咨询师/治疗师。
- **咨询技术训练：**为学员开展心理咨询与治疗的基本功训练，包括咨询关系的建立、倾听、共情、面质、澄清、移情等。
- **增强自我体验：**在提升专业素养的同时，关照咨询师的个人成长与发展。预防职业倦怠，帮助咨询师提供更质量、可持续的心理健康服务。
- **持续反馈评估：**在整个学习过程中，定期对学员的专业胜任力进行综合反馈与评估，结合学员实际情况有针对性地加强训练，确保学员的咨询与治疗技能得到显著提高，做好行业的守门人。

【督导对象】

- 1. 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）；
- 2. 心理学相关专业或社工专业毕业（优先考虑）；
- 3. 具备卫生部颁发的心理治疗师证书（优先考虑）；
- 4. 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）；
- 5. 心理学爱好者。

【预约方式】

- 电话预约：广州白云心理医院心理科：020-22252225/22252226，
手机18022381759心理助理（手机号微信同号）。
- 扫码咨询小助理，直接预约。 → → →



广州白云心理医院进修班 个人督导预体验项目收费明细

专家姓名:	郁辉辉	专家姓名:	曾艳芬	专家姓名:	庄 晖
流派取向:	精神分析	流派取向:	心理分析	流派取向:	精神动力 (梦的工作)
个人督导优惠价:	800元/50分钟	个人督导优惠价:	300元/50分钟	个人督导优惠价:	不接
个人体验优惠价:	1000元/50分钟	个人体验优惠价:	300元/50分钟	个人体验优惠价:	200元/50分钟
原门诊挂牌价:	1500元/50分钟	原门诊挂牌价:	800元/50分钟	原门诊挂牌价:	500元/50分钟

专家姓名:	伊洛克	专家姓名:	李梦思	专家姓名:	陈 佳
流派取向:	整合与人本	流派取向:	认知行为 叙事疗法	流派取向:	精神分析
个人督导优惠价:	400元/50分钟	个人督导优惠价:	300元/50分钟	个人督导优惠价:	不接
个人体验优惠价:	400元/50分钟	个人体验优惠价:	300元/50分钟	个人体验优惠价:	200元/50分钟
原门诊挂牌价:	1500元/50分钟	原门诊挂牌价:	800元/50分钟	原门诊挂牌价:	500元/50分钟

专家姓名:	叶 坚	专家姓名:	黎仕达	专家姓名:	欧阳俊
流派取向:	认知行为 家庭治疗	流派取向:	Mi与认知行为	流派取向:	家排和意象对话
个人督导优惠价:	400元/50分钟	个人督导优惠价:	300元/50分钟	个人督导优惠价:	不接
个人体验优惠价:	400元/50分钟	个人体验优惠价:	300元/50分钟	个人体验优惠价:	200元/50分钟
原门诊挂牌价:	1000元/50分钟	原门诊挂牌价:	500元/50分钟	原门诊挂牌价:	500元/50分钟

以上公布优惠价格，仅对广州白云心理医院进修生有效，非进修生按照原门诊价格，有个人督导和体验需求的进修生或其他学员可以联系我们，**医助微信：(18022381759)**，预约专家。优惠价格是从第一次咨询开始后的本年内有效。