

《隐性繁荣》

图书基本信息

书名：《隐性繁荣》

13位ISBN编号：9787111527496

出版时间：2016-3

作者：[英]理查德·莱亚德,戴维·克拉克

页数：245

译者：曹理达

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《隐性繁荣》

内容概要

精神疾病就好比"内心的敌人", 会攻击患者的自我, 比绝大部分身体疾病更为痛苦。

世界卫生组织 (WHO) 统计, 在高收入国家, 精神疾病在健康欠佳的总人数中占到38%, 而心脏病、中风、癌症、肺病和糖尿病加在一起, 才占总数的22%。

约90%的自杀者都患有精神疾病, 自杀是一种无声的瘟疫。

世界上死于自杀的人数相当于他杀和战争身亡人数的总和。

在过去50年中, 很多社会领域都发生了重大的进步。但是, 由于我们没能够找出人们痛苦的内在心理源头, 很多悲剧仍在继续上演。这是21世纪人类面临的核心挑战之一。本书阐释了心理疾病不能得到充分治疗的原因和严重性、应对行动的案例, 以及解决方案的框架。

联合国倡导以"国民幸福指数 (NHI)"来代替"国内生产总值 (GDP)", 莱亚德是这项提议的主要发起人和推动者。他将心理学、脑科学和社会学的研究成果引入到经济政策领域中, 让幸福的科学成为各国政府和人民提升幸福感的指导方针。本书是对这项提议的全面解读, 相信会给转型中的国人以启迪和开悟。

《隐性繁荣》

作者简介

理查德·莱亚德 (Richard Layard)

英国社会改革的推动者，英国前首相布莱尔的顾问团成员，工党"终身贵族"，被授予爵士称号。莱亚德是英国"首席幸福经济学家"，提出并推动政府践行"幸福无疑是社会唯一值得努力的目标"这一理念。

戴维·克拉克 (David M. Clark)

英国伦敦大学国王学院精神病学研究所临床心理学教授、Maudsley医院焦虑障碍和创伤中心主任。他也是英国科学院和医学科学院会员，美国认知治疗研究院杰出的创始会员，曾任英国行为和认知治疗协会与国际认知治疗协会主席等职。

克拉克是美国心理学会公认的焦虑障碍认知行为治疗领域的顶级专家。由于其在焦虑障碍认知行为疗法方面的杰出贡献多次获得英国和美国心理学界的荣誉和奖励。

书籍目录

前言	
第一部分 问题	
第一章 问题所在/2	
多少人在经受痛苦/4	
他们会求助吗/6	
他们能够被有效地治疗吗/6	
这些治疗贵吗/9	
早期干预/10	
现在是更好的社会吗/11	
第二章 什么是心理疾病/13	
焦虑/16	
抑郁/18	
精神分裂症/24	
人格障碍/25	
酗酒和毒品成瘾/25	
问题儿童/26	
心理和身体的痛苦/28	
第三章 多少人在承受痛苦/31	
情况在恶化吗/33	
心理疾病的负担/34	
自杀/36	
第四章 他们得到帮助了吗/40	
治疗不足的丑闻/40	
配给不足/42	
污名/44	
英雄们/46	
第五章 心理疾病如何影响人们的生活/50	
痛苦/51	
疾病和死亡/53	
不能工作/57	
更低的收入和更差的考试成绩/59	
混乱行为和反社会行为/59	
生命周期/61	
第六章 经济损失/65	
就业人口减少，依赖福利人口增加/65	
更多犯罪/66	
更多的医疗支出/67	
心理疾病治疗/69	
第七章 心理疾病产生的原因/72	
我们的基因/73	
基因和经历如何相互作用/76	
我们的个人经历/80	
童年/81	
成年生活事件/82	
身体疾病/83	
工作/83	
社会阶层和收入/84	

统计学的教训/86
什么让心理疾病持续存在/88
社会状况/89
健康不平等/90
第二部分 我们可以做什么
第八章 心理疗法有用吗/94
科学路径/95
药物/97
认知行为疗法/99
临床有效性/103
疗法还是治疗师/103
第九章 心理疗法如何发展起来/107
行为疗法革命/108
贝克和认知疗法/109
认知行为疗法/111
恐惧症/111
监测我的心脏 /117
CBT的分类/118
社交恐惧症/118
结论/122
第十章 哪种疗法对谁有效/124
抑郁症/125
加速痊愈/126
减少抑郁复发的风险/129
焦虑症/130
饮食失调/134
结合疗法和药物/135
实施疗法的新路径/135
低强度治疗和阶梯式护理/137
精神分裂症/138
人格障碍/140
酗酒和药物成瘾/141
患者的选择/143
接受正确培训的治疗师/144
第十一章 我们负担得起更多的治疗吗/146
节省社会福利开支/147
节省身体疾病花费/150
一些例子/151
节省的总开支/153
生活质量/155
第十二章 提高心理疗法可及性/157
IAPT的故事/158
患者的改善/162
IAPT模式/165
对IAPT的批评/169
下一步是什么/171
第十三章 如何帮助青少年患者/175
焦虑症和抑郁症/176
行为障碍/177

适用于年轻人的IAPT/180
第十四章 我们能够预防心理疾病吗/183
早期干预/184
社会情感学习/186
一项实验/189
心理弹性/189
内观/190
学校纪律/192
结论/193
第十五章 更好的文化能够起作用吗/196
目标是什么/197
父母/198
学校/199
企业/200
媒体和广告/201
政府/202
精神运动/205
第十六章 结束这痛苦/208
平等尊重/210
预防/212
剥夺的新定义/214
附录列表/215
注释/216

《隐性繁荣》

精彩短评

1、看看

2、书的内容很一般，观点都是之前知道的。第二章什么是心理疾病讲的很乱，很容易误导非专业的人认为自己有心理疾病。其中很多都是专业名词缩写，看起来比较困难，但对专业的人来说又是隔靴搔痒，没什么意思

《隐性繁荣》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com