

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

图书基本信息

书名：《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

13位ISBN编号：9787513029946

出版时间：2014-11-3

作者：马修霞

页数：288

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

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

内容概要

透过这平凡，遇见最真实的自己

这是一本“小书”，只记录了一个人一整年的生活轨迹;这是一本温暖的小书，温暖如春日阳光下的沐浴，舒适而宁静;这是一本“有营养”的温和小书，它出自一位生活“有营养”的心理咨询师之手，是她在表里如一的平凡生活中对生命的感悟与反思。只希望亲爱的你，透过这简单而质朴的生活，在感受“365天”的日子里，可以随意而思、随情而感、随心而融，拥有生活更高层次的愉悦和宁静，遇见最真实的自己。

生活是一种修行，我们每个人，都匍匐在修行的路上，或近或远。生活于每个人又都是真实而平等的。但每个人从生活中得到的幸福感却迥然不同，这很大程度上取决于个人对于万物的认知。《资深心理咨询师手记：巧玲的365天》娓娓道来幸福、焦虑、感动、满足、支持、成就、压力、困惑、哀伤、痛苦、迷茫等多种生命状态，有快乐也有悲伤的生活，才是真实完整的人生。资深女心理咨询师，带你一起触摸生活最本真的样子。推荐给浮躁社会的每个人，给浮躁的心情一剂静心丸，拥有真实可触摸有肉感丰盈而完整的生活!

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

作者简介

马修霞，国内著名的家庭教育和心理健康教育专家，孝道文化的传播者，“巧玲心理养生理念”的创始人，国内最高级别的心理咨询师。爱好国学，尤其喜欢“易经”，把国学精髓和心理学的相关理论整合到心理咨询中，被业内人士称为“中西合璧式的心理咨询专家”。出版个人专著《巧玲心理健康教育系列丛书》，该丛书获山东省教育科技成果一等奖，丛书中的《走近青春期》获山东省潍坊市第二十一届社会科学优秀成果评选第一名。

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

书籍目录

2013年1月

- 01 · 01 周二特殊的朝天锅调料..... 001
01 · 02 周三粗毛线女帽..... 002
01 · 03 周四鞋底哪去了..... 002
01 · 04 周五天好晴朗..... 003
01 · 05 周六挂十字绣..... 005
01 · 06 周日狗屎先生与笑靥如花..... 006
01 · 07 周一对幸福的诠释..... 008
01 · 08 周二对“神童现象”的思考... 009
01 · 09 周三听《琵琶语》..... 010
01 · 10 周四努力营造孩子成长的
场效应..... 011
01 · 11 周五标点符号没背过呢..... 012
01 · 12 周六父爱在右..... 012
01 · 13 周日为何会“输不起”..... 013
01 · 14 周一雪花与鲜花..... 014
01 · 15 周二酸菜冒泡了..... 014
01 · 16 周三锅盆子锅碗锅大缸啊..... 016
01 · 17 周四我要和爸爸一起..... 017
01 · 18 周五把愤怒的小孩子清除出去... 019
01 · 19 周六坍塌心灵的重建..... 020
01 · 20 周日她的女儿离家出走了..... 021
01 · 21 周一待我强大，
我给自己安全感..... 022
01 · 22 周二写给离家出走的女孩..... 023
01 · 23 周三植物都是有灵性的..... 024
01 · 24 周四知与不知一步之遥..... 024
01 · 25 周五中年的我们，要坚强..... 025
01 · 26 周六婆母的自由生活..... 026
01 · 27 周日窗明几净的感觉..... 026
01 · 28 周一超级月饼..... 027
01 · 29 周二为什么所有的鱼都臭了呢... 028
01 · 30 周三中毒悟到的..... 028
01 · 31 周四冰花的冥想..... 029

2013年2月

- 02 · 01 周五老者的风范..... 030
02 · 02 周六锅缘何破了呢..... 031
02 · 03 周日我的婆母..... 032
02 · 04 周一春天来了..... 032
02 · 05 周二眉眼盈盈处..... 033
02 · 06 周三体验司空见惯的幸福..... 034
02 · 07 周四发现与成长..... 036
02 · 08 周五儿子回来了..... 037
02 · 09 周六婶婆去世了..... 038
02 · 10 周日购物卡装满兜的感觉..... 040
02 · 11 周一二哥就是不服..... 041
02 · 12 周二怒斥之下的觉醒..... 042

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

02·13 周三年轻媳妇缘何一脸青春痘... 043

CONTENTS 目录

001

天

巧玲的

资深心理咨询师手记

365

02·14 周四情人节的思考..... 044

02·15 周五那一定是黄金比例..... 044

02·16 周六蔷薇雪..... 045

02·17 周日雪融蔷薇芽..... 046

02·18 周一过年的感觉..... 046

02·19 周二狗狗的幸福..... 047

02·20 周三活着，就要做
自己生活的主角..... 048

02·21 周四美景怡心..... 048

02·22 周五放下与臣服..... 049

02·23 周六小叔叔病了..... 050

02·24 周日银龙鱼香消玉殒..... 050

02·25 周一通识的重要性..... 051

02·26 周二他爱上了自己的语文老师... 051

02·27 周三要跟孩子说的是恭喜..... 053

02·28 周四心不能病..... 054

2013年3月

03·01 周五他因朋友的自杀身亡
而陷入抑郁..... 056

03·02 周六她看到了自己不应
看到的東西..... 057

03·03 周日八十三岁的婆母
要学电脑..... 059

03·04 周一感悟周培功做事的境界... 060

03·05 周二人的痛苦多是因为拥有
所带来的失..... 061

03·06 周三一年家庭教育工作的
指导语..... 061

03·07 周四爱自己也即是爱别人..... 062

03·08 周五心陷入怅惘..... 063

03·09 周六对婚姻的感悟..... 063

03·10 周日找好各自的位..... 064

03·11 周一邂逅父亲的红颜知己..... 065

03·12 周二蔷薇有爱..... 066

03·13 周三藤萝在我家..... 066

03·14 周四《葬花吟》的共鸣..... 067

03·15 周五芬芳自己与怡悦他人..... 067

03·16 周六他的内心纯正了..... 068

03·17 周日闺女的感动..... 069

03·18 周一他知道婚前做咨询..... 069

03·19 周二情绪好了..... 070

03·20 周三太多的应该就会成

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

不应该.....	071
03·21周四儿子为什么不愿意吃面条.....	071
03·22周五疼痛是一种困扰.....	072
03·23周六玉兰花开.....	072
03·24周日长女的抑郁.....	074
03·25周一乾与坤难以融合.....	074
03·26周二书中奖了.....	075
03·27周三他用花钱找感觉.....	075
03·28周四芽和根谁先长.....	076
03·29周五想开了也就接受了.....	076
03·30周六众人拾薪火焰高.....	077
03·31周日他下定决心旧事重拾.....	077
2013年4月	
04·01周一由院门没锁想到的.....	079
04·02周二她为什么看玉兰花像花圈.....	080
04·03周三青云山上.....	080
04·04周四吃北京烤鸭.....	081
04·05周五全聚德的味就是不一样... ..	081
04·06周六货就是“祸”啊.....	082
04·07周日父母就是人的根.....	082
04·08周一藤萝是先开花还是先长叶.....	083
002	
目录	
04·09周二人生先得后失.....	083
04·10周三被人骂也有价值.....	084
04·11周四“婆母喜欢吃”.....	084
04·12周五妹妹来了.....	085
04·13周六花香可以隐喻为理想.....	085
04·14周日爸爸和儿子都处在青春期.....	085
04·15周一家长的生活满意度会影响到孩子什么.....	086
04·16周二人生也是春华秋实.....	087
04·17周三给生命足够的空间.....	087
04·18周四她为什么如此反常.....	088
04·19周五同样是爱为何反应不同... ..	088
04·20周六人间四月雪.....	090
04·21周日栽下唐菖蒲.....	092
04·22周一人有三度出生.....	092
04·23周二藤萝开花了.....	093
04·24周三花苞跟花蕾的不同.....	093
04·25周四一花藏有一爱字.....	094
04·26周五蔷薇绽出花苞.....	094
04·27周六蜕去也是一种保护.....	095
04·28周日藤萝花开.....	095
04·29周一同学聚会在我家.....	096

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

04 · 30 周二什么是幸福.....	096
2013年5月	
05 · 01 周三给儿子定亲去.....	097
05 · 02 周四梧桐与藤萝.....	098
05 · 03 周五下雨时的担心.....	098
05 · 04 周六先感动自己，再感动别人... ..	099
05 · 05 周日家有蔷薇为哪般.....	099
05 · 06 周一金黄的蔷薇叶片.....	100
05 · 07 周二蔷薇有感觉.....	101
05 · 08 周三唐菖蒲发芽了.....	101
05 · 09 周四婚姻需要情调.....	102
05 · 10 周五藤萝扁豆长出来了.....	102
05 · 11 周六蔷薇花魁.....	103
05 · 12 周日母亲节奇遇.....	105
05 · 13 周一蔷薇花开了.....	106
05 · 14 周二家里拥有了妩媚的笑.....	107
05 · 15 周三叶衬花美.....	107
05 · 16 周四晨思.....	108
05 · 17 周五葡萄发芽了.....	109
05 · 18 周六花鸟皆成景.....	109
05 · 19 周日天女散花的感觉.....	110
05 · 20 周一美哉.....	110
05 · 21 周二畅想小院的未来.....	110
05 · 22 周三心花随蔷薇绽放.....	111
05 · 23 周四智慧就是圆融的感觉.....	111
05 · 24 周五如花一样地接受自己.....	112
05 · 25 周六花间小憩.....	112
05 · 26 周日花缘何会怒放呢.....	113
05 · 27 周一落英缤纷.....	114
05 · 28 周二心怀阳光.....	114
05 · 29 周三植物也有感觉.....	115
05 · 30 周四雨也有情.....	116
05 · 31 周五花瓣的妙用.....	116
2013年6月	
06 · 01 周六正念疗法最好的工具.....	117
06 · 02 周日调整了一则高考焦虑.....	117
06 · 03 周一绿叶田田.....	118
06 · 04 周二雨中思.....	120
06 · 05 周三所有生命的呈现都是 最好的选择.....	121
06 · 06 周四接受自己.....	122
06 · 07 周五感慨妈妈的爱心.....	122
06 · 08 周六特殊的日子.....	123
003	
天	
巧玲的	
资深心理咨询师手记	
365	
06 · 09 周日有个家真好.....	123

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

06·10 周一包粽子的感觉.....	124
06·11 周二藤萝叶子的美感.....	124
06·12 周三端午节粽香缕缕.....	125
06·13 周四悠悠的感觉.....	126
06·14 周五我就是一朵蔷薇花.....	126
06·15 周六妈妈，这个人心理医生...	127
06·16 周日任何的失败也比不上 教育孩子的失败.....	128
06·17 周一娘的“葵花宝典”.....	128
06·18 周二什么叫长大.....	132
06·19 周三谈到马国友.....	133
06·20 周四精神贵族.....	133
06·21 周五第一次接触这些东西， 感觉真好.....	134
06·22 周六人生也需要轻轻地一拨...	135
06·23 周日丝瓜的长势.....	135
06·24 周一院子里的看点.....	136
06·25 周二目光的力量.....	136
06·26 周三旧时相识不再.....	137
06·27 周四要放也要收.....	138
06·28 周五迷途知返不容易.....	138
06·29 周六成长的风险.....	139
06·30 周日植物是我们的老师.....	140
2013年7月	
07·01 周一我就这样吃水果.....	141
07·02 周二读书到心痒.....	141
07·03 周三菊花茶.....	142
07·04 周四玩水的感觉.....	144
07·05 周五丝瓜长成了.....	144
07·06 周六花开次第.....	144
07·07 周日未来的亲家来我家.....	145
07·08 周一家里举行鲜鱼宴.....	146
07·09 周二理顺成长.....	147
07·10 周三青州的课程.....	147
07·11 周四游学在潍坊.....	148
07·12 周五雨中的情调.....	148
07·13 周六让当下如繁花盛开.....	149
07·14 周日盛夏的感觉.....	149
07·15 周一从可知开始.....	149
07·16 周二为学习鼓掌.....	150
07·17 周三归属与爱.....	151
07·18 周四大雨如注.....	152
07·19 周五用点正念疗法.....	152
07·20 周六做花瓣枕头.....	153
07·21 周日唐菖蒲开花了.....	153
07·22 周一别样的客厅在屋顶.....	154
07·23 周二学生家长的隐私.....	155
07·24 周三幸福和痛苦 是人生的两极.....	156

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

07·25 周四学生来访.....	157
07·26 周五雨中的思考.....	158
07·27 周六植物各自的特长.....	159
07·28 周日感觉如山涧溪流.....	159
07·29 周一测测我的潜意识.....	160
07·30 周二对潜意识的分析.....	161
07·31 周三我家像公园.....	162

2013年8月

08·01 周四悠闲时光.....	163
08·02 周五成长卡住的时候怎么办... 164	164
08·03 周六自信的人有何不同.....	165
08·04 周日老公的同学来访.....	165
08·05 周一谁是狗啊.....	166
08·06 周二佛手瓜的长势.....	167
08·07 周三豁然开朗的感觉.....	167
08·08 周四水啊水.....	170

004

目录

08·09 周五领会禅的意味.....	171
08·10 周六自制小湖泊.....	171
08·11 周日经历会成就什么.....	172
08·12 周一河边的演唱会.....	172
08·13 周二扶持就是给予力量.....	173
08·14 周三如何才是保护.....	174
08·15 周四爱自己也需要力量.....	174
08·16 周五如此的说课形式.....	175
08·17 周六痛苦就是一种历练.....	176
08·18 周日办法总比困难多.....	177
08·19 周一上初中的孩子为什么会吃 指头.....	179
08·20 周二什么都好看.....	179
08·21 周三遇到老虎怎么办.....	180
08·22 周四秋爽的感觉.....	181
08·23 周五孩子不听话，其实是家长的 一种感觉.....	181
08·24 周六身也饱，心也饱.....	182
08·25 周日享受小暇的感觉.....	183
08·26 周一懂得，远比爱重要.....	183
08·27 周二让你的心田里开出花来... 184	184
08·28 周三让美景与心相伴.....	187
08·29 周四花是美神，而孩子是天使187	187
08·30 周五父母是人，不是神.....	188
08·31 周六蜕变需要超大的能量.....	189

2013年9月

09·01 周日诠释责任的含义.....	191
09·02 周一孩子会用生病的方式挽救 父母的婚姻.....	192
09·03 周二生活大多取决于如何看待192	192
09·04 周三悟到灵性人生.....	194

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

09·05 周四球兰花开放了.....	194
09·06 周五悟到原生家庭的影响.....	195
09·07 周六疗愈的作用.....	196
09·08 周日对视会产生能量.....	196
09·09 周一爱自己所爱.....	197
09·10 周二看着妈妈的眼睛说话.....	198
09·11 周三与植物共欣喜.....	199
09·12 周四偶见公公年轻时的照片...	200
09·13 周五花开一样的心情.....	201
09·14 周六承受最大的成功.....	202
09·15 周日粉色的感觉.....	203
09·16 周一轻松的付出， 欣然的接受.....	203
09·17 周二走在树下的感觉.....	204
09·18 周三做父母是一门科学，而不是 本能.....	205
09·19 周四中秋节.....	206
09·20 周五生命总在更新.....	206
09·21 周六照见自己.....	207
09·22 周日谁说落叶是失意的蝴蝶...	207
09·23 周一佛手瓜开花了.....	208
09·24 周二他的能量不足.....	209
09·25 周三佛手瓜结瓜了.....	210
09·26 周四输入与输出.....	210
09·27 周五性情小谈.....	212
09·28 周六三次撞击.....	213
09·29 周日看《面包大王》的感动...	213
09·30 周一角色混乱与癌症.....	214
2013年10月	
10·01 周二感激拥有.....	216
10·02 周三心情也咕嘟.....	216
10·03 周四希望相连.....	217
10·04 周五欢欢喜喜做准备.....	217
10·05 周六沂山小住.....	218
10·06 周日叶子的剪纸.....	218
005	
天	
巧玲的	
资深心理咨询师手记	
365	
10·07 周一沟通时就能解决问题.....	219
10·08 周二只有秋才会为叶子生上 斑斓的色彩.....	219
10·09 周三平凡也是境界.....	220
10·10 周四为儿子的婚事忙碌.....	221
10·11 周五东方泛起了鱼肚白.....	221
10·12 周六去淄博的感悟.....	222
10·13 周日老师的讲话.....	222
10·14 周一让诸神归位.....	223

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

10·15 周二实践中国梦.....	223
10·16 周三感慨时光.....	224
10·17 周四冷月更清亮.....	224
10·18 周五心花开放.....	225
10·19 周六心安如泰.....	226
10·20 周日落红有情.....	226
10·21 周一月亮圆缺.....	226
10·22 周二做事因回馈而调整.....	227
10·23 周三喜事连连.....	227
10·24 周四心理学真的很好.....	228
10·25 周五日月同辉.....	229
10·26 周六师者如兰.....	229
10·27 周日残月在哪边.....	230
10·28 周一不好意思其实是不对的... 230	
10·29 周二月亮如钩，往事悠悠.....	231
10·30 周三美感在寻常.....	232
10·31 周四默默的关注.....	232

2013年11月

11·01 周五每一个人都是一处风景... 233	
11·02 周六感慨秧歌的形式.....	233
11·03 周日不能吓唬.....	234
11·04 周一彩旗飘飘.....	234
11·05 周二世界很小.....	235
11·06 周三爱的能量在传递.....	235
11·07 周四忙碌.....	236
11·08 周五化解怨恨.....	236
11·09 周六下雨也是帮忙.....	237
11·10 周日今天是儿子结婚的日子... 238	
11·11 周一上喜坟.....	238
11·12 周二宴请儿子的同事.....	239
11·13 周三自私还是盲点.....	240
11·14 周四婚后的打点.....	240
11·15 周五与儿媳的交流.....	241
11·16 周六岁月会把一切镀上色彩... 241	
11·17 周日健康就是最高级的美丽... 242	
11·18 周一四时之景相伴.....	242
11·19 周二她的选择很明智.....	243
11·20 周三最大的不幸是婚姻的不幸244	
11·21 周四我也写锅.....	245
11·22 周五任泪水悄悄流淌.....	245
11·23 周六生命要用多长时间等待... 246	
11·24 周日珍珠翡翠衫.....	247
11·25 周一轻松的感觉.....	247
11·26 周二阳光满怀的日子.....	247
11·27 周三我复苏了.....	248
11·28 周四早落的叶子因为啥.....	249
11·29 周五享受生活.....	250
11·30 周六对鱼的感念.....	250

2013年12月

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

12·01 周日相互成了财富.....	252
12·02 周一关系是相互的.....	253
12·03 周二鲜明的对比.....	254
12·04 周三自制泡菜.....	254
12·05 周四柳树的“情商”.....	255
12·06 周五父爱如山.....	255
12·07 周六大雪时的感悟.....	256
12·08 周日一心向善，即善不奖.....	256

006

目录

12·09 周一亦如繁花飘零.....	257
12·10 周二共鸣就是生活的色彩.....	257
12·11 周三不用过多担心.....	258
12·12 周四给生命一个扎根的机会... ..	259
12·13 周五冬日早晨的感觉.....	260
12·14 周六接受失去父亲的痛苦.....	260
12·15 周日生命过程中的“结”.....	262
12·16 周一让书也扎上蝴蝶结.....	262
12·17 周二面鱼也是艺术品.....	263
12·18 周三冬天的点缀.....	263
12·19 周四孩子纯美的心灵.....	264
12·20 周五侄儿结婚的感触.....	264
12·21 周六自由与幸福.....	264
12·22 周日如何做到人性的升华.....	265
12·23 周一如何让心灵自由.....	266
12·24 周二感悟做事的境界.....	266
12·25 周三静候花的绽放.....	267
12·26 周四雪花飘落.....	268
12·27 周五什么才是影响孩子成长的首要因素.....	269
12·28 周六阳光在自己身上.....	269
12·29 周日什么是真境界.....	271
12·30 周一赌气会毁掉自己.....	272
12·31 周二亲子关系失衡的重要原因.....	273
后记.....	275

《资深心理咨询师手记----巧玲的365天》

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