

多点耐心就能“赢”

晨会交班时，我经常说，在精神科病房，对待患者和家属，必须做到三点，绝对的尊重，真诚的关爱，耐心的沟通，只要做到了，就能“赢”，赢得他们的信任和配合。

女孩娟娟患精神分裂症，第一次住院治疗，母亲心疼她，觉得住院会受苦，她自己也哭闹着不肯住院。值班护士用温和的语言安慰她，为她介绍病房环境和年龄相仿的病友，接着又详细讲解首次住院治疗的重要性。很快，妈妈不再焦虑，娟娟也不再哭闹了，自己换上了病员服。看到这些，妈妈也放心了。住院的日子里，主管医生和责任护士每天查房，耐心与娟娟交流，从精神症状到吃喝拉撒睡，点点滴滴，详细询问，认真观察，精心诊疗。娟娟一天天好起来，出院时，她恳切地说，谢谢你们的爱！



家属与住院患者视频聊天

那天，我发现患者杜某武变了一个人，活动很少参加了，话也少了，关键是，饮食也差了，而且有空就从窗户向外面眺望。我感觉，可能他心里有事儿，于是，便抽空找他聊了会儿天。他说：“我家离这很远，而且父母都在外地打工，已经好长时间没有来看我了，我很想我爸我妈，还有我妹妹。”

见到护士长吴宇飞，我把杜某武的情况向他作了反映，很快，他组织在场医务人员开了个头脑风暴会，打算群策群力帮助患者缓解对亲人的思念之苦。

会上，大家积极发言，提出了好几种解决方案，而护士王龙的话引起了大家的兴趣。他说：“从现实情况考虑，许多患者都来自偏远地区，有的家人还在外打工，往返一趟不容易，虽然平时可以打电话报平安，但是只闻其声不见其人。怎么才能实现既能聊天又能见面呢？只有视频聊天，是不是可以将视频探视引入精神科病房呢？让那些没有陪床家属的患者，实行远程探视，与家属的‘面对面’亲情交流，满足双方心理和情感需求。”

经过院领导研究，认为视频探视的服务新举措很好，可以为各临床科室都配备了平板电脑，专门用于视频探视。

我第一时间将这个好消息告诉了杜某武，他反复确认了好几遍才说：“我从来没奢望过能与家人视频聊天。”

平板电脑进入病房后，吴宇飞申请了一个科室公用的微信账号，我高兴地喊过杜某武，他用这个账号加上他父亲的微信，然后给父亲打电话告诉了这件事。很快，父亲通过了好友申请，杜某武迅速摁下了视频通话按键，接通后，他大声喊了一声“爸爸”，爸爸那头也激动地“唉”了一声。杜某武流泪了，我看到，爸爸的眼眶中也泛着泪光。

视频结束后，杜某武露出了久未的笑容。他说：“真的太感谢你们了，对我来说像是做梦一样，因为，我已经有一个月没有见到父亲了，他身体不好，总是在外面打工，我很担心他，今天视频看到他，心里也踏实了。我一定听爸爸的话，好好配合治疗，争取早点出院。”（陈勇）

由于精神科病房的特殊性，很多物品不能带入病房。一次，抑郁症患者阿英来住院，带了一个30cm高的暖水瓶，家属说患者胃不好，喝水得喝很热的水，执意要把暖瓶带进病房。值班护士向阿英和家属耐心介绍了病房恒温的饮水处及水温，讲解饮水过烫的危害，以及暖水瓶在精神科病房的危险性，最终患者和家属都不再坚持。后来的日子里，护士也尽力给予特殊照顾，需要用开水时，及时提供，患者很满意。

（张金桥）

要性，又针对患者目前状况，建议其暂停陪护。其丈夫离开后，患者每天规律作息，按时起床、洗漱、服药，积极参加康复活动。二十多天过去了，患者的病情好转，情绪平稳。患者丈夫前来探视，两人有说有笑，十分开心。其丈夫对医务人员说，你们不仅治好了我爱人的病，也教会了我怎样与人沟通。

经过实践，再次证明，与患者和家属沟通时，耐心点，再耐心点，通俗、详细地把情况讲给他们听，他们听懂了，自然就会配合工作，自然就会按照医嘱进行治疗，既对患者病情有好处，又对医院工作不无裨益，可谓一举两得。

（张金桥）

不作陆地上的船

一位哲人说过，没有交际能力的人，就象陆地上的船，永远到不了人生的大海。作为医务人员，我们不能作陆地上的船，而是要作在大海中乘风破浪、自由航行舰艇。

在医疗护理工作中，通过沟通，让患者和家属解除困惑、消除担忧、充分信任是很重要的一项内容。

有一天，病房住进一名躁狂症患者，冲动，看谁都不顺眼，不承认有病，要求出院，对各项治疗都太不配合。一名护士拿着注射器就要给患者打针，病人说什么也不让打，过了一会儿，换了一个护士，很快成功了。这是为什么呢？原来，她第一次做治疗时，心里很害怕，不肯配合，那位护士给她详细讲了这项治疗的整个过程后，才忐忑着去了，一看那么多仪器，更害怕了，怎么说都不上去做，那位护士就拉着她的手说，别担心，整个过程都会在你身边，好吗？她试着一步步走上去，躺在那里，眼睛却一直注视着护士。俩人手拉着手，到最后，患者的眼睛湿润了。

这就是沟通的魔力。生活中，我们时刻都需要与人沟通，所以，我们每个人都应该作陆地上的船，那样会寸步难行的。

（焦红红）

不期而遇一场雪

晚上，一家人正在闲坐，我忽然发现，微信朋友圈被雪花刷屏了。突如其来的大雪，不期而遇的雪，让我非常惊喜。我呼喊爱人和儿子：“快来看，下雪了。”我们一同跑到阳台向窗外看去，他俩异口同声地喊：“哪有啊？”我有些不信：“再仔细看看。”爱人便举着台灯过来了，果然，透过灯光，我们看到了窗外飘飘洒洒的雪花。

这个冬天，还差两三天就腊八了，还未看到一场正经的雪，这对于从小到大生活在北方的人实在难以接受。不知是太期盼这场雪了，还是因为太久盼望后的失望太深了，虽然热切地盼望这场雪下得再大一点儿，再大一点儿，但是，内心深处对天公还是有着不大不小的怀疑，是不是蜻蜓点水般意思意思就得得了，明天早上，路还是那样的路，天还是那样的天。带着这样的思绪，我慢慢入睡了。

雪，终于来了。圣洁的你，洋洋得意地跳着最优美、最独特的舞步来了，尘世间的每一个人，都在张开双臂迎接你。你，总归没有辜负我只要阴天起床后第一件事就是看看窗外的渴望；总归没有抛弃我每年冬天都盼望与你相会的老朋友；总归没有嫌弃我这个凡夫俗子对你的各种心心念念。

也许，雪后，会有很多文人即兴发挥，会有很多画家挥毫泼墨，会有很多摄影师手持长枪短炮留下美景，但更多的是孩子们，和那些童心不死的成年人，与你亲密接触，与你嬉戏玩耍，而且乐此不疲。

我要感谢你，可爱的雪精灵，在这凌冽的冬日，欢畅地来到我身边，陪伴我度过一段美好时光。（王丽娜）

世界精神卫生日主题——心理健康社会和谐我行动



冀大医院报

河北省精神卫生中心 河北省第六人民医院 主办 医院官网：www.hbs6yy.com 投稿邮箱：jlyyb@126.com

栗克清应邀参加京津冀医疗卫生对口帮扶工作经验交流会

【本报讯】11月6日，院长栗克清应雄安新区管委会公共服务局邀请，参加京津冀医疗卫生对口帮扶工作经验交流会。雄安新区管委会公共服务局副局长党勇出席，雄县、容城、安新三县各级医疗机构相关人员与北京、天津及省内帮扶专家参加。

座谈中，栗克清说，雄安新区设立以来，我们始终关注着新区建设，特别是雄安新区人民群众的心理健康水平。在雄安新区建设中，必须重视当地

居民和建设者等人群的心理健康，要对重点人群、亚健康人群和严重心理障碍人群开展心理健康调查，通过健康宣教、心理干预等有效措施做到早期预防、早期发现、早期治疗，有效降低雄安新区心理疾病发病率。

他表示，作为雄安新区周边最大的精神卫生三甲医院，我院将不遗余力支持雄安新区建设与发展，不断探索帮扶雄安、加强精神卫生建设的新路径，

第12期
(总第164期)

2019年12月1日 星期日 己亥年11月初六 全国优秀院报



11月30日，院长栗克清与上海康程医院管理咨询有限公司市场推广部总经理刘文斌签订康程医管河北培训基地合作协议。当日，为推动河北省现代医疗人才培训工作，提升省内医疗卫生系统人才的管理能力，提供更多的人才培训渠道，强化医院的竞争能力与品牌影响力，我院与该公司组成了康程医管河北培训基地。

马克谨 摄

我院与两所高校签订大学生心理危机干预“绿色通道”合作协议

【本报讯】为建立快速、便捷的心理救助通道，确保大学生出现心理疾患或紧急情况时，第一时间得到诊查和救助，同时切实防止和妥善处置突发的学生心理危机等意外情况，我院与两所高校签订《大学生心理危机干预“绿色通道”合作协议》。

11月22日，党委书记王淑玲与保定贺阳教育投资有限公司所属保定理工学院、河北科技学院负责人张伟、刘保相分别签署协议。

协议规定，救助范围为疑似有心理问题需要进一步专业诊断的学生和紧急情况需要心理危机干预的学生。

签约仪式上，保定贺阳教育投资有限公司学生管理总监臧卫东向我院普通精神二科主任于雪竹颁发了“大学生心理健康教育客座教授”聘书。

我院根据学校需要，对大学生进行心理知识、精神卫生知识培训，同时提供如下绿色通道便捷服务：学生需要进一步确诊心理问题时，在事先联系预约的情况下，可先行进行诊治；医院为学生建立就诊档案，及时向学生监护人或者本人告知治疗及康复的进展情况；如遇突发或危急情况，为保证学生人身安全和心理健康，在主管部门支持、本人或者监护人同意的情况下，医院安排心理专家到现场向学生提供心理危机干预服务。

副院长赵素银与帮扶专家一起，到各帮扶医院商定了具体工作方案及工作方向。帮扶专家进驻雄安新区各医院后，马上投入了工作。刘卉兰主动与容城征迁部门对接，面向征迁群众开展心理咨询与辅导。安新、雄县专门成立了心理门诊，每天接诊患者。

（李建峰 马克谨）

我院向雄安新区派驻4名心理医生

【本报讯】“大夫，吃了你开的药，我这几天晚上睡得甭提多好了，听了你的话，心里的疙瘩也解开了。”安新县农民王二哥（化名）特意来到诊室向心理医生刘洋表达谢意。

11月19日，应河北雄安新区管委会公共服务局派驻心理医生要求，我院选派普通精神二科李媛媛、普通精神三科（儿少精神科）刘卉兰、临床心理二科贺方、神志病二科刘洋分别到雄县医院、容城县人民医院、安新县医院、安新县中医院开展帮扶工作。

从雄安新区设立至今，院长栗克清始终关注着新区心理疾病发病状况，多次带队调研，并与当地医疗机构开展相关合作。栗克清对帮扶专家说：“建设雄安，首先要健康雄安。各位一定要发挥技术专长，为当地群众心理健康多做工作。同时，要发挥传帮带作用，将专业所长毫无保留地传授给当地医务人员，为当地建设一支留得住、用得上的精神障碍防治队伍。”

副院长赵素银与帮扶专家一起，到各帮扶医院商定了具体工作方案及工作方向。

帮扶专家进驻雄安新区各医院后，马上投入了工作。刘卉兰主动与容城征迁部门对接，面向征迁群众开展心理咨询与辅导。安新、雄县专门成立了心理门诊，每天接诊患者。

（李建峰 马克谨）

全省精神科质控中心工作会议暨医院质量管理持续改进专题研讨班在保定举办

【本报讯】为保障患者安全，全面落实《医疗质量管理办法》和《医院评审暂行办法》的基本要求，促进各医疗机构持续改进医疗质量，提高医疗管理科学化、规范化、精细化水平，11月29日至12月1日，河北省精神科质量管理与控制中心主办，我院承办了医院质量管理持续改进专题研讨班。

我院承办全国医院场所暴力管理技能与技巧培训班

【本报讯】为帮助医院管理者及门诊、临床一线医务人员掌握科学的医院场所暴力管理理念、方法与技能，提高医护人员的防范意识和医院场所暴力应对能力，预防医院场所暴力事件的发生，减轻暴力事件的严重后果，更大程度地保证医务人员职业安全，11月21—23日，河北省护理学会主办、我院承办的国家级继续教育项目——医院场所暴力管理技能与技巧培训班开班。

来自河北、辽宁、西藏等16个省、自治区和直辖市的130余位同道参加培训。我院党委书记王淑玲、中华护理学会精神卫生护理专业委员会主任委员马莉、河北省护理学会理事长赵莉先后讲话。马莉在讲话中说，希望大家通过理论和实操培训，掌握相关的知识和技能，提升对医院场所暴力的防范意识和应对能力。

培训班采用理论知识讲解和动作实操训练相结合的授课模式，理论知识授课方面，香港理工大学客座教授，医院场所暴力管理专家胡子正、马莉、北京安定医院护理部主任安凤荣等分别讲解了冲动行为干预技术、控制与约束的法律伦理、医院场所暴力管理新进展等内容。动作实操训练方面，课程分为学员班（初级班）和教练班（高级班），由胡子正和我院防暴教练团队担当师资。学员班对学员进行了脱身法和控制法的实操培训和考核，注重防暴理论知识的灵活运用和技能的实际操作；教练班从如何成为一名合格教练的角度出发进行训练，涵盖了教授技巧、组织培训、考核、常见问题及应对等多个方面。（刘帆）



11月2日，第七届全国品管大赛在河南郑州举行，共有600多个品管圈申报，400多个品管圈进入决赛，我院代表队同心圈的《缩短精神科躁动患者约束保护平均时间》进入决赛，质安办主任刘杰进行现场PPT演示，神志病一科护士长刘立英、成瘾医学科护士长吴宇飞、普通精神一科护士长赵涛、护士俞婧、魏书宁进行现场汇报及展示，经过评比，荣获三等奖。

（马克谨）

11月6日，儿少精神科护士马宁，应景安幼儿园邀请，为大一班40余小朋友上了一堂主题班课。应组织者要求，马宁身着护士服，介绍了自己的职业和医院整体环境，讲了一些简单的急救常识，主要内容是心理知识辅导，教孩子们善于合理表达自己的情绪，和孩子们一起做了“六种情绪脸谱”小游戏。活动结束后，班主任牛红洁说：“没想到这么精彩，多数孩子都在聚精会神听和做，比枯燥讲课受欢迎多了，希望今后多来帮我们给孩子和家长普及心理知识。”（范晔）

特写 加班 救人

11月15日12时许，情感障碍二科首席医师刘增龙门诊收治一名48岁男患者，家人介绍，三天前，患者与家人闹矛盾后一直生气，出现发呆、自言自语、自笑等症状，觉得自己什么都干不了，还拖累家人，活着很没意思。入院前一天晚上，偷着服下100片氯氮平，被发现后紧急送来医院。刘增龙经过评估并请示科主任桑文华，开出氯氮平血药浓度监测单，紧急收住院治疗。

12时30分，患者进入病房，因为血药浓度监测需要两个多小时以后才能出结果，主治医生王琳彦请示桑文华，向患者父亲交代了病情，解释了严重性，征得同意后，本着救人优先的原则，不等化验结果，先行开列医嘱，进行心电监护、补液，监测生命体征，促进代谢。

桑文华说：“我们有能力救治，一定要全力以赴，就是加班也要抢救患者，尽最大努力，争取救治、治好。”

15时左右，检验科报来化验结果，患者体内氯氮平血药浓度高达3530ng/ml，属于中毒指标。说明先行进行的心电监测和补液是正确的。

11月16日7时30分，桑文华到病房查房，发现患者病情依然严重，需要检验科、功能科等辅助科室配合，最主要的是检验科，最近几天需要不定期监测氯氮平血药浓度。

于是，桑文华就与检验科主任陈冬沟通，请求配合。陈冬及时联系专业检验师赵旺宁和李杨，两人二话没说就答应了加班，周六日两个休息日，每

个人进行了脱身法和控制法的实操培训和考核，注重防暴理论知识的灵活运用和技能的实际操作；教练班从如何成为一名合格教练的角度出发进行训练，涵盖了教授技巧、组织培训、考核、常见问题及应对等多个方面。

11月7日，我院男护士工作组6名组员，特邀儿少精神科医生赵英欣，一起来到易县白马乡南白小学，给小学生讲解心理知识，教他们学会表达自己的情绪。男护士工作组自筹资金，给孩子们带去了笔、本、毛巾、雨伞等学习和生活用品。（秉少宝）

每年11月第三周是世界卫生组织确定的世界提高抗菌药物认识周，今年的主题为“着眼未来，停止过度使用和误用抗菌药物”。医务处组织开展了相应的知识普及和宣传活动，举办了抗菌药物专题讲座，药械科主任徐娜结合我院实际，为医生介绍了抗菌药物医嘱点评、抗菌药物与我院药物相互作用等五方面内容；宣传处配合制作了主题宣传展架，在LED电子屏滚动播出了宣传标语，电梯旁内部电视插播了抗菌药物合理使用小视频。（段梦霜）

为巩固“不忘初心、牢记使命”主题教育成果，不断加强医院党的建设水平，根据省卫生健康委党组《加强和改进新时代委直属机关党的建设的实施意见》要求，11月29—30日，院党委组织开展了2019年党务干部培训活动，各党支部书记、委员20

全省各精神专科医疗卫生机构领导、医疗、药事、护理、院感、行政后勤管理人员，河北省精神科质控中心专家库成员200余人参加。河北省第六人民医院院长栗克清、河北省皮肤病防治院副院长李佳勋、上海康程医院管理咨询有限公司市场推广部总经理刘文斌等管理专家分别就医疗质量管理追踪路径的设计策略



预约诊疗
业务咨询
友情联络
信息交流

请扫描二维码
关注医院微信
公众账号：
河北省精神卫生中心

开心工程免费
心理咨询站点

第一站：
保钞职工医院一楼
“开心工程”进社
区示范点
时间：每周四下午。

第二站：
秀兰尚城小区物业
公司二楼“开心工
程”进社区示范点
时间：每周三下午。

第三站：暂停。

第四站：
兴华苑社区三楼会
议室“开心工程”
进社区示范点
时间：每月的5日、
15日、25日，如遇
节假日，则顺延至
下一个工作日。

第五站：
博鑫社区二楼心语
室“开心工程”进
社区示范点
时间：每周五下午。

第六站：
康泽园社区居委会
活动室“开心工程”
进社区示范点，
时间：每周二下午。

第七站：
阳光佳苑B区院内
江东社区居委会二
楼“开心工程”进
社区示范点
时间：每周二下午。

第八站：
长城家园社区卫生
服务中心二楼“开
心工程”进社区示
范点
时间：每周五下午。

第九站：
城市美地社区服务
中心二楼心理辅导
站进社区示范点
时间：每周四下午
工作时间。

一版责任编辑：
崔彦龙
二版责任编辑：
王宝军
三版责任编辑：
赵向辉 宋和平
四版责任编辑：
马克谨

毛 嵘

孩子有颗“玻璃心”

儿少精神科主任、副主任医师 张旭静

一个14岁女孩的妈妈介绍，孩子为一点小事就不开心，比如女同桌和一个男同学换座位，女孩让男同学去其他位置坐，一个女同学说，你怎么这么多事啊？孩子为此不开心，不愿意去上学，见人就低着头，不愿抬头和别人交流，说自己觉得为此很烦，心情不好，用小刀割伤自己的手臂才觉得好

太少，也可以称为妈妈的过度保护，每次遇到困难，都是孩子还没有想出办法自己处理时，妈妈就开始帮助孩子，替孩子干这干那。过度保护孩子，会剥夺孩子自我成长的机会，所谓培养出温室里的花朵，经不起风雨打。

家长往往无意识地过度保护孩子，原因有很多，主要是从抱起一个完全无能的婴儿开始，带着

一种孩子没有能力处理任何事情的念头把孩子一天天养大，家长没完成角色转变，长时间积累下来，孩子也会对自己的能力产生怀疑，面对生活中的困难，觉得自己没办法处理。

生活中，对这样的孩子，我们戏称有一颗“玻

璃心”。“玻璃心”是一种网络用语，意指自己

的心像玻璃一样易碎，用来形容敏感脆弱的心理状

态，经不起批评指责或者嘲讽。孩子是家庭的核心，

孩子的“玻璃心”往往是个体心理特质基础上，家

庭互动的结果，由心理社会因素引发。所以，我们

从家庭的角度讨论如何面对孩子的玻璃心？

看过上面的案例，大家想到的是什么，是不是

这些，嗯，确实是个玻璃心的孩子，妈妈为什么会为孩子着急，孩子为什么会成为这样。这样的孩子我们怎么帮啊，孩子爸爸怎么看？孩子面对的挫

折太少了，应该进行挫折教育。可能还有N多想法。

让我们看看这个过程，首先是孩子的妈妈带孩

子来心理咨询门诊。在妈妈看来，一个同学说“你

怎么这么多事啊”是一件小事，妈妈不停给孩子出

主意，让孩子不要在意，让孩子继续去上学，而不需

要用去管别人怎么说做。但是，妈妈的建议孩子

没有接受，妈妈没有办法帮到孩子，所以带孩子来

找心理医生求助。

我们看到的是，母女的关系很好，一个努力帮

孩子的妈妈，妈妈看知道孩子的难过，不能克服与

同学相处的困难，就有些着急。妈妈极力想帮孩子，

但是又很难用自己的办法帮到孩子。

我给妈妈分析，孩子这种敏感的、经受不起任

何批评指责的性格，恰恰是母亲给予的支持和信任

。一个有着“玻璃心”的孩子，他不仅面临着自

己生命中的各种困难挫折，各种情绪，还要背负父母的情绪，本来就一直在超负荷生活着，所以，那看起来很小的指责和困难就变得十分沉重了。

很多在外人看来十分被溺爱的孩子，事实上都是父母的假孩子，父母一直在给自己要的，而不是孩子要的，父母以为在委屈自己给孩子，其实从未看到孩子。

我问妈妈，为何当时父母不陪着孩子一起拿牛奶过去，父母可以先开口跟老人说说话，跟老人介绍一下孩子，再让孩子递牛奶过去，为何不这么做？这就是陪伴孩子，做榜样，从一小步做起。

妈妈也许觉得给牛奶是小事，女儿应该直接去

个，不就是递过去一袋牛奶嘛，没想到带着孩子，

让孩子看到如何和别人建立关系，表达关心，完成

这个行为。

如何面对孩子的“玻璃心”？首先要知道“玻

璃心”的成因有个体心理素质作为基础，要了解孩

子的个性特点，处事方式，不光看到孩子的行为，

还要看到孩子行为背后的心理过程，这样才能有效

帮助到孩子。另外，还要看到环境因素，以及孩子

和家人互动的过程。

父母陪伴孩子，应该对孩子适度肯定、放手，而不是为了减轻自己的焦虑，完成自己的期待，对孩子过度保护或过分期待。

顺便提一下一度很火的挫折教育，难道教孩子

对抗挫折，就是给孩子故意制造各种挫折，让孩

子时常有挫折感，最后习惯于挫折感，这样的逻辑合

理吗？其实，孩子从出生就面临着各种挫折，我们

要做的是教会孩子如何处理和看待这些挫折，并且

很好地利用这些挫折。



用塔罗牌解读满满的不满

饱满，一个时尚少妇。前段时间，因为与同事闹矛盾不开心，而回到家后丈夫又不知道体贴，她就故意找茬和丈夫生气，丈夫便说她心理不正常了，让她来看心理医生，她本人觉得也挺好，正好诉一下苦衷，便来到了医院与社区联合在秀兰尚城

小区开设的开心工程站点寻求帮助。

满满说，丈夫一向老实木讷，遇事没有主心骨，不知道怎样开解人。自己与婆婆的关系，说不上好，也说不上坏，虽然经常叫婆婆来自家吃饭，改善生活，可是她总是在从中作梗，所以婆婆在自己家吃饭的事，从来不对别人讲，自己对她做的所有好事，也从来没有见她对外人说过。

可见，满满的内心充满不满，希望别人认可自

己，而自己的问题又不自知，比如她事事都认为自

己好，所有的问题都认为自己是对的，只看到别

人的缺点，以自我为中心，喜欢表现自己。

我觉得，满满的问题，如果直接讲出来她肯定

不会接受，也不利于问题的改善，于是，我决定用

塔罗牌解读满满的心理世界。

满满选中的是“世界”这张牌，我请满满就这

张牌讲个故事。

满满说，这个人很美，很漂亮，她在照镜子，

她看着镜子中的自己陶醉了，后来睡着了，她梦到

了自己的白马王子，醒来后感觉很开心。

我让满满身边的三个朋友解释这张牌，第一个

说，这个人真丑，穿得衣不蔽体，很没有尊严，她

自己为此一点自知都没有；第二个说，我感觉这个

人生活的很自由，很潇洒，无拘无束的，我也希望

像她一样生活；第三个说，我感觉她很有魔力，手

里拿着魔棒，身边有老鹰、狮子等动物保护她。

我重新将这张牌交到满满手里，她仔细端详着

牌陷入沉思，过了许久才说，我知道我的问题在哪

里了，有时太自我了，经常听不进别人的意见，这

是我需要改进的地方。说这些话的时候，满满的目光

中露出了笑意，情绪也慢慢开始平复。

我问她，你的事情怎样解决呢？满满快速地回

答，回家与老公好好过日子，不会再那样任性了。

（狄亚琴）