

# 《快樂童年》小小魔術師 周六晚8時播出

(記者黃相慈／休士頓報導)美南國際電視網15.3頻道，親子策劃網主持的兒童節目「快樂童年」，將於8月13日(本週六)晚間8時播放「小小魔術師」主題。節目邀請到了魔術大師 Stephen，現場教孩子變魔術，自己也帶來精彩魔術表演，現場笑聲不斷。精彩內容，敬請鎖定本台，準時收看。

本台熱門自製兒童節目自4月份播出後，收視率表現良好，受到社區廣大迴響。節目中安排不同主題，讓孩子們能學習不同的新知。

為讓孩子在剩餘的暑假能快樂學習，培養興趣，節目邀請到擅長魔術表演的 Stephen 教導小朋友魔術小技巧，用簡單的幾個招式，每個孩子在短短幾分鐘時間就學會一個魔術，並帶給觀眾看。節目中間也穿插欣賞 Stephen 精彩的魔術表演，扮成全套小丑裝扮的 Stephen 逗得現場小朋友與家長笑聲和掌聲不斷，大家學到了知識、長了見識，也培養興趣喜好。

參與該集錄製的小朋友包括即將出征參加超級寶貝總決賽的郭羽菲、優秀的任煜凡、任煜馨與會講日語的劉舒菲和會體操的路子矜，節目歡迎各商家熱情冠名贊助。有興趣的觀眾請鎖定美南國際電視台15.3，播出時間為本週六8月13日晚間8時，敬請準時收看。



主持人 Stephen 與參與魔術大師 Stephen 的一群小朋友合影。(記者黃相慈攝)

## 心理諮詢與健康生活專欄 幫助讀者守護心理健康

(記者黃相慈／休士頓報導)華裔社區向來缺乏心理諮詢的專業服務，華人普遍對心理諮詢也不熟悉、不了解。為讓美南日報讀者能廣泛了解心理諮詢概況，並豐富讀者知識，自8月4日起每週四，由 Family Enrichment Clinic 實習心理諮詢師熊雅麗定期提供「心理諮詢與健康生活」專欄，從生活中家庭、學校、語言、工作、情感關係等心理症狀來作解答，闡述心理治療概略，讓華人對心理諮詢有初步了解。有興趣的讀者，可鎖定本報社區版面。

## 【心理諮詢與健康生活】 如何解釋我們的心理問題？(上)

熊雅麗 實習心理諮詢師 Family Enrichment Clinic

A 是一名護理專業的學生，一直學習優異，與老師同學關係融洽。但是最後一年的實習中，問題出現了。每當輪值到醫院三樓的手術病房，她便開始出現頭暈，頭暈嘔吐，最嚴重的是她竟然兩次分錯藥給病人。她意識到這些錯誤會帶給護理團隊帶來麻煩，並且會引起護士長的注意。儘管 A 知道自己一直對三樓護士長存有無法解釋的負面情感，但不認為這是導致她現在問題的根源。幾個星期的心理治療後，A 講到自己的一段童年經歷引起了心理治療師的注意。她 12 歲那年開始離開祖母與爸爸一起生活，不久爸爸因突發心臟病而入院治療。接下去 A 每天去醫院探訪爸爸。一天的例行探訪中，爸爸突然痛苦地抓握自己的胸前並告訴 A 趕緊叫護士。A 清楚地記得當時無法找到護士時的無助感，當她最終找到一個護士回到病房時發現爸爸已經去世。這個病房正是在三樓。一番激烈顫慄、痛哭流涕，及表達憤怒情緒的宣洩之後，A 幾個月來第一次感到輕鬆而平靜。藉由心理治療，可以看出 A 被壓抑的潛意識是如何影響到日後的生活而又不為她所覺察到。

西蒙·佛洛伊德 (Sigmund Freud) 是心理學界的開山鼻祖，他及他的合著者創立並發展出了精神分析治療理論。他認為探索我們的潛意識、動機及本能衝動很重要，亦相信過去的經歷，經驗會直接影響現在的思想與行為。本案的精神分析治療到此並沒有結束，這裡不再贅述。

來尋求心理諮詢的 B 物質富有但是情感貧乏，他輪流居住在幾大城市的豪宅裡，每天蘇聚會，打高爾夫，及賭博打發日子。相識的談吐，尖酸的笑話，及滿身的負能量導致了他的妻子、孩子及朋友們疏離而去。在心理諮詢過程中，B 一開始宣稱備其他人的自私，接著表示他一直是只孤獨的狼，一個人生活沒什麼不好。直到他的妻子提出離婚，B 邀請妻子一起加入他的心理治療。他開始認真體驗並表達情感，分享他的幻想和夢境而不是高爾夫球賽和賭博。他談到夢境中的海豚，認為這代表了他所期望自己成為的一類人，性情敏感又能關注他人需要；既能夠跳出海面找樂子又能潛入深海體驗生活。B 繼而發現他並不是如自己最初擔心的那樣——情商發育遲鈍，而是因為媽媽的教育——男人不能情緒外露。通過心理治療，B 的內心防衛機制慢慢鬆動，學習以真正的情感交流替代尖酸的笑話，認識到男人完全可以自由表達情緒而不必擔心被指責為娘娘腔，並且最終找到跟妻子親密互動的方法，實現了像海豚那樣生活的夙願。

卡爾·羅傑斯 (Carl Rogers) 於上個世紀五十年代創立了以人本為中心的心理諮詢理論，B 的案例正是此理論的實證。羅傑斯相信專注的傾聽及真誠的人文關懷是心理治療的關鍵部分。換句話說，當人們得到足夠的尊重、理解，和安全感因而能自由地表達情感時，自然會產生發現問題根源並解決問題的能力。

看下面的一段對話：

諮詢師：一個人如何看待發生的事件會影響到他/她如何感受及反應。比如，一天深夜你獨自在家，突然聽到另一房

問傳來一聲巨響。如果你想：“不好，進賊了！”這時你什麼感受？

來訪者：緊張、害怕。

諮詢師：你會有什麼行動反應？

來訪者：可能會先找個地方藏起來，或者報警。

諮詢者：好。如果你聽到同樣聲音，這次你的想法是：“窗戶一直開著，一定是風吹倒了什麼東西掉在地上。”你的感受是什麼？

來訪者：不會那麼害怕，可能會有點兒煩如果是貴重物品打碎了。

諮詢師：行動反應上有什麼不同嗎？

來訪者：當然不一樣。起身去查個究竟，肯定不會叫警察。

正如以上談話呈現的，面對同一種情況人們可能有幾種解釋方式，不同的解釋方式帶來截然不同的感受及行為結果。第二波心理治療理論專注於探討現在的想法如何影響到我們的情緒及行為，被統稱為認知主義療法，主要由阿爾伯特·埃利斯 (Albert Ellis) 和亞倫·貝克 (Aaron T. Beck) 在同一時期建構。認知療法認為我們之所以會產生情緒問題是因為持有不理性的想法，因此，如何利用理性、客觀而又積極的思維模式替代來訪者現有的不合理或錯誤思維習慣是認知療法諮詢師的主要工作。(未完，下周四待續)

2016年8月11日 星期四  
Thursday, August 11, 2016

美南日報 KAWAI 廠家直營店  
ReGrand Opening 盛大開業 巨大折扣  
Kawai Piano Gallery  
電話: 713-904-6001; 832-374-6764  
地址: 2542 Garden Road, Pearland, TX 77581

SOUTHERN NEWS GROUP 美南新聞報業電視傳媒集團

SOUTHERN CHINESE DAILY NEWS

美南日報 Southern Daily News  
美南國際電視網 Southern Television  
休士頓網頁 Houston Chinese WebPages  
休士頓旅遊指南 Houston Travel Guide  
美南新聞網站 SCDN  
走進美國網站 U.S.A. Printing

美南新聞已遷：華府新聞日報、達拉斯日報  
美南新聞 Houston TX、達拉斯新聞 Dallas TX、芝加哥新聞 Chicago IL、波士頓新聞 Boston MA、亞特蘭大新聞 Atlanta GA、奧斯汀新聞 Austin TX、波特蘭新聞 Portland OR、聖安東尼新聞 San Antonio TX、西雅圖新聞 Seattle WA、聖路易新聞 St. Louis MO  
發行人 李蔚華/Publisher: Wea H. Lee 社長 朱勳勳/Vice President: Emerson Chu 副社長 姜鴻鈞/Vice President: Christy Chin 總編輯 章/Chief Editor: Jun Gai  
商業廣告: ad@scdaily.com 網頁: chineseyellowpages4310@gmail.com 分類廣告: da@scdaily.com 新聞專線: news@scdaily.com 美南活動中心: activity@scdaily.com 美南電視: tv@scdaily.com 網址: www.scdaily.com

FREEDOM TOYOTA WORLD

電話: 281-288-2888 Lee Ta  
十五年汽車銷售經驗  
買車可拿特優利率 (CAMRY/COROLLA/RAV4)  
免費贈送愛車汽車保險貼  
營業時間: 每週一至週五上午九點至晚上七點  
週六、日、假期上午十時至晚上七點  
地址: 20400 I-45 NORTH, SPRING TX 77373  
(45號北邊, 69號出口)  
德州第一大汽車經銷商

# 川普疑似暴力威脅 希拉蕊痛批太超過

(綜合報導)美國民主黨總統候選人希拉蕊今天嚴厲警告，如果川普當選總統，他將會對她採取暴力威脅。希拉蕊在昨天接受採訪時表示，如果川普當選總統，他將會對她採取暴力威脅。希拉蕊在昨天接受採訪時表示，如果川普當選總統，他將會對她採取暴力威脅。

希拉蕊在昨天接受採訪時表示，如果川普當選總統，他將會對她採取暴力威脅。希拉蕊在昨天接受採訪時表示，如果川普當選總統，他將會對她採取暴力威脅。

希拉蕊在昨天接受採訪時表示，如果川普當選總統，他將會對她採取暴力威脅。希拉蕊在昨天接受採訪時表示，如果川普當選總統，他將會對她採取暴力威脅。

| 实时奖牌榜  | 金牌 | 银牌 | 铜牌 | 总数 |
|--------|----|----|----|----|
| 1 美国   | 10 | 11 | 10 | 31 |
| 2 中国   | 10 | 5  | 8  | 23 |
| 3 日本   | 6  | 1  | 11 | 18 |
| 4 澳大利亚 | 5  | 1  | 5  | 11 |

Reborn Granite LLC 實木櫥櫃 批發!

大理石品種最多! 規模最大! 價格最低!

地址: 14730 Hempstead Road, Houston, TX 77040  
電話: 713-690-4888 www.reborngranite.com

華富活動中心

地址: 10161 Harwin Dr. 好運大道 #120 Houston, TX 77036  
電話: 713-778-6000

凡持 Medicaid 者可申請報名或自費有專車接送往返及購物或診所

粵語、英語、國語、台語、客家語、卡卡 OK、各種英文、電腦等實用課程

陽花如意公寓 SUNBLOSSOM LOUISVILLE

9201 Clarewood Drive Houston, TX 77036  
713-981-0137

Work Hours 工作時間: Mon-Fri. 9:00AM-6:00PM Sat. 10:00AM-5:00PM

福達旅行社 Cousin Travel

9889 Bellaire Blvd 2nd Fl. Bldg A#121 Houston, TX 77036  
713-773-1243

歡迎致電諮詢特惠房價信息 Call for the Move-In Special

王朝旅遊

美國本地團專家 (買二送一)  
美東、美西、美南、東南亞、歐洲、日本、韓國、中國、泰國、馬來西亞、新加坡、香港、台灣、澳門、菲律賓、日本、韓國、中國、泰國、馬來西亞、新加坡、香港、台灣、澳門、菲律賓

駿杰貸款和保險 Fast Easy Mortgage

9600 Bellaire Blvd Suite 130 Houston, TX 77036 (王朝廣場內)  
代理多家銀行, 費用低, 利率好

王朝 Dynasty Plaza

位於華埠中心  
適合: 醫療中心, 專業辦公室, 餐館, 各種零售業



中國紅木傢私 景德鎮陶瓷研究所精品藝術展

即將結業, 最低 90% OFF! 多買多受益

景德鎮陶瓷研究所出品 大師作品、高檔珍品、傳世精品

上萬種瓷器、翡翠和田玉、越南黃花梨家具、金絲楠茶臺、海南黃花梨傢俱、蘇州精工繡、絲綢畫

地址: 3410 Hwy 6, suite A, Sugar Land, TX 77478 (糖城大華超市廣場) 電話: (832) 412-0038

富國地產 值得您依賴的房地產投資專家

買得精心, 賣得放心, 售屋高價又快

Yip USG Investment 54 Sugar Creek Center Blvd., #300, Sugar Land, TX 77478

王朝通訊 ZaZa Digital

713-777-7233 8989 Bellaire Blvd., #312 Houston TX 77036  
832-277-7733 (敦復廣場 #312, 山水園樓對面)

御足軒

專精: 腰、腿、腳跟各種疼痛、跌打損傷、各種跌打損傷後遺症、各種跌打損傷後遺症

地址: 9889 Bellaire Blvd., C-316 Houston, TX 77036 (敦復廣場) 七天營業, 早上 10:00-晚上 12:00

鳳城海鮮酒家

7320 S.W. Fwy #115, Houston, TX 77071  
訂座電話: (713) 779-2288

獨家推出: 秘制鹹豬手、紅蔥頭走地雞、薑汁燒鴨頭、澳門燒鴨仔、燒汁什菌雞、木瓜牛骨煲、乾燒原只帶子皇

Weekly Special 每周特價

加州甜橙 CA Orange 69¢ LB  
綠花椰菜 Broccoli 79¢ LB  
菠菜 Spanish 99¢ EA  
白花椰菜 Cauliflower 1.39 EA  
富士蘋果 Fuji Apple 1.39 LB  
甜橘 Tangerine 1.79 LB  
日本濃蝦烏龍麵 JFC Japanese Udon Noodle 2.99 EA  
白桃 White Peach 1.99 LB  
金奇異果 Golden Kiwi 3.99 PK  
雞大腿 Chicken Leg Quarter 69¢ LB  
真空豬排二包裝 Pork Spare Ribs Vacuum 2-Pack 1.69 LB  
帶皮雞腿 Tony's Special 1.99 LB  
火雞腿 Turkey Gizzard 1.99 LB  
牛小里肌 Beef Filet 6.99 LB  
中秋月餅全面上市, 麵包部當日現作新鮮月餅接受訂購

Welfresh MARKET 家樂超市

天天有特價。折扣不打烊

糖城占地規模最大、貨品最齊全的華人超市 4635 Highway 6 • Sugar Land, Texas 77479 • 281.313.8838 • 281.313.8839.fax • www.welfresh.com









