

# 《心灵困境》

## 图书基本信息

书名：《心灵困境》

13位ISBN编号：9787806765807

10位ISBN编号：7806765808

出版时间：2004-5

出版社：文汇出版社

作者：大原健士郎

页数：190

译者：石碧

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](http://www.tushu000.com)

# 《心灵困境》

## 内容概要

神经症原本并不被认为是一种疾病，仅仅是“对自己身体状况的过分考虑”。

因此，客观看来；神经症没有忧郁症严重，但比忧郁症难治疗，忧郁症即使不治疗，也会自然痊愈，而很多神经症却会持续十年二十年，多数忧郁症患者由于过着非社地的生活，所以虽有能力也很少会做出反社会的行为，但还是无所作为的过完一生。

# 《心灵困境》

## 作者简介

文汇出版社创办于1985年5月，它以传播中外文化、服务社会，为海内读外者提供健康有益的精神食粮为宗旨，注重出版国内外先进科学技术、文教卫生等方面的普及读物以及与《文汇报》、《新民晚报》宗旨相符的各类学术著作、新闻理论著作、新闻业务知识读物，迄今已出版各类图书近

# 《心灵困境》

## 书籍目录

前言第一章 心灵最神秘 越逃避越被“心病”所困扰 偏执性格的人易发神经症 神经衰弱不是神经症 确定的精神疗法 药效和副作用 六种精神疗法 神经症和忧郁症有什么不同呢？神经症精力充沛，而忧郁症则没有什么精神第二章 人是焦虑不安和被束缚的群体 森田疗法的创始人森田正马是人什么样的人呢 正马少年时期并不出色 “我不感到空虚无聊” 性格纯情、淳朴 让患者在自己家里治疗 森田妻子的大力支持 独自研究出的精神疗法 让健康的人把精力向外释放 向自身转变的能量 从“生存欲望”到“死亡恐怖” 谁都会有的现象 神经症是出世型的性格 产生想做点什么的欲望是最重要的 “生存欲望”的非单一性 仅仅注意一件事情 被死死限制 在感情的狭缝中苦恼 歇斯底里症状的种类……第三章 为什么人会患神经症呢第四章 人为什么会得忧郁症呢第五章 为了能够从“ ” 忧郁心理解放出来后记

## 《心灵困境》

### 精彩短评

- 1、真是看了可要让我们的心情好啊。在心情不好的时候看是不错的，
- 2、本书是一本关于神经症的口袋书，作者是日本著名的使用森田疗法治疗神经症的医学专家：大原健士郎，书中事例丰富，说理通俗，适合患者和家属阅读！
- 3、就书中某一两句话而言，还有些有价值的。但整体而言，此书理论体系混乱，有时甚至前言不搭后语，不好。
- 4、对执业心理咨询师很有帮助
- 5、就是对森田疗法的总纲和大概的阐述，对于有兴趣的可看看
- 6、拿到手才发现是32开的口袋书。内容主要是简单的介绍了森田疗法，对神经症以及忧郁症进行了剖析。书中包含不少对神经症、忧郁症的治疗方法和建议，但对症状的描述比较详细，容易对患者有不良的影响，导致对号入座。建议有选择的阅读，取其精华、去其糟粕。
- 7、尽管书很小，但是很使用。讲解解释的很全面。不错，有心灵困惑的人。看看很好！
- 8、不好没有用没有感觉..屁书
- 9、不知是翻译地不好还是本书就写得不好还是读书时的心情不好，总之和我想象的有差距
- 10、很多病例、很专业、很有用
- 11、因为我本人是个神经质患者，所以对作者所说的感同身受。建议那些有疑病素质或完善欲强的人看看此书，会有豁然开朗之感。
- 12、专业书，很多病例。有一些很有意思的研究，比如「战争中忧郁症减少的原因」
- 13、GOODBOOK

## 《心灵困境》

### 精彩书评

1、森田疗法原理 + 森田生平，内容千篇一律，其它类似的书已经讲很多遍了.....我是提不起胃口再看了。向大多数同类书一样还是有日本的翻译味，总是不习惯，感觉像是第一次吃吉野家的牛肉饭的感觉。

# 《心灵困境》

## 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](http://www.tushu000.com)