

# 《自我调适》

## 图书基本信息

书名：《自我调适》

13位ISBN编号：9787801693365

10位ISBN编号：7801693361

出版时间：2003-7

出版社：中国时代经济出版社

作者：哈伯德 (Hubbard L.Ron)

页数：239

译者：石向实

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)

# 《自我调适》

## 内容概要

从严格的意义上讲，本书不是一部专业的心理学著作。但是，它所要解决的戒毒和排毒问题，既是生理问题，又是心理问题。罗恩·哈伯特在书中指出：“排毒疗法的真正的首要的目的，是消除日益泛滥的生化毒物给人的心理健康和情绪安定带来的影响。”排毒疗法的一些做法，看起来是解决身体的问题，但是却在具体的治疗过程中，针对排毒者的心理障碍，运用心理学的方法，在操作上采取了一些措施，如循序渐进地增加治疗力度等，对心理问题实际也进行了间接的治疗，这是排毒疗法能够取得成功的一个重要原因。

### 精彩书评

1、1、LSDLSD（迷幻药）只需要百万分之一盎司就能使人中毒。2、LSD易被阻断，所以它以大量积存在人体脂肪组织中的形式使人中毒，且能够在已解读很久之后被重新激活，尤其在服用烟酸之后。3、服用LSD将会引起“心理表象”即这种心理表象是立体的，它记录了吸毒时的一切。它是彩色的，具有声音、气体味道、和气体感觉，并且同时还有个人的体会和幻想。所以，提高人会ihuozh第二次服用LSD时，其第一次吸食LSD的情景、听、看、闻、触到的一切事物会重现在脑中，并且它让人觉得“十分真实”。心理表象使人不断体验曾经有的感觉，所以是有毒物、心理表象共同控制人的精神。

# 《自我调适》

## 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)