

《鏡子里的陌生人》

图书基本信息

书名：《鏡子里的陌生人》

13位ISBN编号：9789576935879

10位ISBN编号：9576935873

出版时间：2004-11

出版社：張老師

作者：瑪琳．史坦柏,格瑪辛．史諾

页数：393

译者：張美惠

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

《鏡子裡的陌生人》

內容概要

《镜子里的陌生人》

精彩书评

1、“镜子里的陌生人”其实，是针对一般人及心理健康从业人员所写的，更是承受过创伤或压力的人们所不能错过的好书。此书，不仅仅分辨关于“解离症”的状况，更重要的是强调在许多其它精神疾病，如：焦虑症、忧郁症、躁郁症、注意力缺失/多动症、强迫症、创伤后压力症候群，甚至是精神分裂症的背后都有可能出现“解离症”的蛛丝马迹。而这些不起眼的小点常是不容错过的治疗关键所在。当时医学界以为解离症极为罕见，事实上至今很多人仍有这种误解。唯一引起注意的是最严重的解离症——当时称为“多种人格症”(multiple personality disorder)。不幸的是，直到今日仍有人把多种人格者当成怪物，80年代早期当然更是如此。其实，一个人通常只会对他所知道的事情发表意见，而不会对一无所知的事物形成强烈的信念。玛琳·史坦柏格心理医师发现解离症不仅仅很普遍，而且症状有轻重之别。很多人偶尔有短暂的症状，但未出现任何精神疾病；有些正常人在面临生死威胁或濒死经验时，会出现短暂的解离反应；有些人在面临压力或短暂危机时会出现解离现象；有些人出现的次数与严重程度已明显属于解离症。最常见的解离经验包括认不得镜中的自己，（任何人都不能承受这么大的痛苦，所以我要让自己分裂，创造出另一个我来帮助承担。）这与压抑是不同的，压抑是将内在威胁感驱出意识之外，仍旧完整保存自我感；解离则是自我分裂成数个。被压抑的东西鲜少以另一个人格重新浮现，解离的部分却成为另一个意识主体，拥有逻辑思考能力——换句话说，成为另一个人格。而本书就是要叙述有关“解离症”背后不为人知的一切真相。因此，每个人都有必要重新面对“镜子里的陌生人”到底是谁在作怪或是心与心的状态在交战着无数的日子所被煎熬的解离分解为另外的一个自己，无论如何，此书必能从中给予多方面关于病情的补助以及提前治疗疾病起因的来源，帮助病患早日脱离不幸的人生。此书值得一看，里头隐藏着所谓一直不为人知的人中之人，借由专业的心理医师一一的阐述说明。

《鏡子里的陌生人》

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