

《隐藏的人格》

图书基本信息

书名：《隐藏的人格》

13位ISBN编号：9787550288372

出版时间：2016-10

作者：黄国胜

页数：252

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

《隐藏的人格》

内容概要

《隐藏的人格》通过剖析人格面具的分类、形成和转化，并结合众多案例解读人格分裂、边缘性人格障碍、强迫症、抑郁症、社交恐惧症等数十类心理障碍，揭示出人格面具是人际交往的产物，具有社会适应的功能。通过这些案例我们可以看到：有的人需要放下僵化厚重的人格面具，展现真我的童真，允许灵魂的黑暗浮现；有的人则要强化薄弱的人格面具，不能继续赤裸奔走；有的人的人格面具太破碎，需要得到整合；有的人的人格面具太单一，需要不断分化。总之，敌人从来不在外界，只在内心；不是别人，而是自己。这个世界，能左右和操控你的人生的，只有自己。

《隐藏的人格》

作者简介

黄国胜，师从中国医学心理学之父李心天，擅长精神分析，致力于心理治疗的本土化，创建佛教心理治疗和人格面具技术，已出版专著《佛教与心理治疗》《心灵之约》，2005年开始涉足团体治疗，把人格面具技术融入团体治疗，形成独具特色的“人格面具团体治疗”，2015年6月创建“国际人格面具学院”。

书籍目录

- 前言
- 第一章 揭开人格面具的秘密——认识你自己
 - 第一节 荣格的人格面具理论
 - 第二节 人格面具的种类
 - 第三节 人格面具的形成和转化
 - 第四节 错综复杂的人格面具关系
 - 第五节 人格面具是人际交往的产物
 - 第六节 所有的心理障碍都是面具障碍
- 第二章 你方唱罢我登场——分裂的人格面具
 - 第一节 自己与自己的厮杀对决——人格分裂
 - 第二节 挣脱不开的幻觉——精神分裂
 - 第三节 稳定的不稳定——边缘性人格障碍
 - 第四节 躁狂与抑郁交替上演——双相障碍
 - 第五节 每个人都是“两面派”——轻微分裂
- 第三章 自己何必难为自己——对抗的人格面具
 - 第一节 纠缠不清的两股势力——强迫症
 - 第二节 爱恨交织的情感纠葛——矛盾性依恋
 - 第三节 我是父母的提线木偶——双重束缚
 - 第四节 病态的审美意识——完美主义者
 - 第五节 令人抓狂的选择犹豫症——决策困难
 - 第六节 为什么我们总是对自己不满意
- 第四章 表里如一真的行得通吗——单一的人格面具
 - 第一节 单面人的苦楚
 - 第二节 人格障碍本就是面具单一
 - 第三节 偷窃是让父母难看的手段——冲动控制障碍
- 第五章 挣脱束缚的牢笼——发作的人格面具
 - 第一节 谁偷走了你的快乐——抑郁症
 - 第二节 无病呻吟的心理病症——焦虑症
 - 第三节 更彻底的人格分裂——癔症性精神障碍
 - 第四节 身在曹营心在汉——游离的人格面具
- 第六章 主导面具与潜在面具的拉锯战——面具干扰
 - 第一节 为何总是事与愿违？
 - 第二节 婚外情是因为身不由己？
 - 第三节 失误是无意识的目的——自我拆台
 - 第四节 控制不住的强迫性恐惧
 - 第五节 心理问题的躯体化——心身障碍
- 第七章 所有的人际互动都是面具互动——投射
 - 第一节 幻觉是压抑的延伸
 - 第二节 鬼是压抑的面具投射到空气中的结果
 - 第三节 自编自导的假性互动
 - 第四节 女人的直觉很准？——强大的投射性认同
 - 第五节 用进废退的面具——面具转移
- 第八章 面具 假面具
 - 第一节 假作真时真亦假——伪装者的面具
 - 第二节 每个人心里都住着一个演员——表演性人格障碍
 - 第三节 分裂的心与身——面具混乱
 - 第四节 迷恋病人角色——做作性障碍

第九章 心理障碍的治疗：面具重建技术

第一节 面具治疗的关键环节：面具分析

第二节 面具单一和面具分化不良的治疗手段：分化

第三节 面具疏离、分裂和压抑的治疗手段：整合

第四节 面具发作、干扰和投射的治疗手段：安置

第五节 面具的新建

《隐藏的人格》

精彩短评

- 1、赞，书有理有据，专业性与可读性兼具，是一本难得的介绍人格面具的好书。
- 2、不管外界如果纷乱复杂，只有守住本心，才能活出真我。
- 3、人格面具是荣格理论的一个重要思想。一直觉得荣格是位心理学天才，把很多意识和潜意识的东西形象化。人格面具这个词特别生动，可以很好地表明它所陈述的内涵：人格面具是特定的人在特定的情境中的心理表现。而心理障碍是面具过强、泛滥成灾的结果。这么看来，对于一个人心理障碍的描写可以很生动地从人格面具体现出来。这本书作者就以这个为出发点，把个体外在表现的心理障碍通过内在的人格面具分析来解释，知晓存在于面具之下的真实意识和心理。是一本专业性相对较强的心理咨询图书。值得推荐。对于理解荣格的人格面具技术也非常有帮助。
- 4、这本书是一位职业心理咨询师的融理论与实践于一体的一本研究人格面具的原创性著作，通过实例讲述了各种人格面具对人的性格及日常生活的影响，以及有了各种心理障碍后如何通过人格面具的调整去改善自己的心理健康状况。对于了解自己及身边朋友及家人的心理状态有很大的指导意义
- 5、我们无时无刻不戴着面具，哪怕摘掉伪装的“假面具”后所暴露出来的“真面具，也是一个面具。
- 6、人的多面性，无非就是面具面具加面具
- 7、来自一位心理咨询师的诚意之作，是首部全方位解读分析心理学创始人荣格的人格面具理论的好书，绝对五分好评。
- 8、早就听说过“人格面具团体治疗”，没想到这个疗法的创始人出书了，赶快买来拜读了一下，是本好书。
- 9、每个人的生活都是一出戏，我们戴起面具，隐藏起别人的看不惯，努力演好自己的角色。可不曾意识到，太过修饰过的人生，就失掉了色彩和味道。
- 10、内涵经典心理电影《致命ID》《美丽心灵》《精神病患者》《肖申克的救赎》主人公人格面具分析，好书配好电影啊！不错！
- 11、本想着书名挺吸引我，读完之后开始揣摩我自己的心思了。
- 12、当你能接纳自己全部的人格面具，你才能允许自己被别人爱，也才有可能真正去爱别人。
- 13、一翻开就看到精致的配图和纸张，很有质感，当然内容也是让人欲罢不能，一口气读完啦。
- 14、摘掉“假面具”我们还是要真诚地面对自己的“真面具”，意识到一个个真面具背后都是一个无助脆弱的小孩，也就对每个成年人的社会面具释然了。只是，最后一章的一些观点过于反复阐述，有些方法也有一笔带过之感~
- 15、中国精神分析学派主流人物李孟潮老师作的序，内容果然很精彩。
- 16、国际人格面具研究院院长二十年实践咨询经验分享，值得一读。
- 17、精神分析体系庞杂，人格面具作为了解人格的入口，简单直接高效
- 18、讨厌一个人是因为自己身上有对方的特质，喜欢一个人是因为自己身上没有或缺少对方的特质。
- 19、《隐藏的人格》通过剖析人格面具的分类、形成和转化，并结合众多案例解读人格分裂、边缘性人格障碍、强迫症、抑郁症、社交恐惧症等数十类心理障碍，揭示出人格面具是人际交往的产物，具有社会适应的功能。通过这些案例我们可以看到：有的人需要放下僵化厚重的人格面具，展现真我的童真，允许灵魂的黑暗浮现；有的人则要强化薄弱的人格面具，不能继续赤裸奔走；有的人的人格面具太破碎，需要得到整合；有的人的人格面具太单一，需要不断分化。总之，敌人从来不在外界，只在内心；不是别人，而是自己。这个世界，能左右和操控你的人生的，只有自己。
- 20、人生如戏，人生如梦，梦中演戏，自不免要带上面具。关键是，这个面具的分寸感可以掌握到三分之假
- 21、《隐藏的人格》帮你揭开人格面具的秘密，认识你自己。这个世界，能左右和操控你的人生的，只有自己。
- 22、无论是认识你自己，还是了解他人，这本书都是一个不错的选择。
- 23、这个世界，无论尔虞我诈还是其乐融融，面对不同的人，不同的场景，其实都是戴着面具。看了这本书发现，只有认清自己，才能心无旁骛。

《隐藏的人格》

24、敌人从来不在外界，只在内心；不是别人，而是自己。这个世界，能左右和操控你的人生的，只有自己。

25、封面设计很亮眼，一眼抓住眼球，当然内容也是相得益彰。

《隐藏的人格》

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