

# 《自戀時代》

## 图书基本信息

书名：《自戀時代》

13位ISBN编号：9789865842297

出版时间：2014-7

作者：珍.M.圖溫吉(Jean M. Twenge),M.基斯.坎貝爾(W. Keith Campbell)

页数：368

译者：吳緯疆

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)

# 《自戀時代》

## 內容概要

無視民意的總統，自以為是的教徒，無差別殺人兇手，著迷整型的明星，傲嬌無理的情人，自拍成癮的少年，目中無人的同事……

這些人為何如此？

精神科醫師 / 作家 鄧惠文——推薦

小心！不論西方或東方，自戀狂潮已經開始隨著教育、媒體和網路，襲捲全球社會及區域文化，形成一個前所未見的「自戀時代」。

自戀，無所不在。

在這個自戀時代裡，年輕人隨時自拍上傳網路、父母稱自己的孩子是「小王子、小公主」、名流藝人炫富、裸露，搏版面搶曝光，廣告催眠你購物，「因為你值得！」；職場同事無視團隊合作，政客自我感覺良好，厚顏不顧民意，甚至罪犯為引人注目而公然行兇……面對這些現象，我們或許習以為常，或許瞠目結舌，甚至可能深受其害。探究這些現象的背後，你會發現，這些行為全暗藏了「自戀」的陰影。

自戀，另一種失控的正向思考。

在競爭激烈的現代社會中，「愛自己、做自己」能帶來自信和力量，難道不好嗎？

很好，但自戀者不是充滿自信，而是過度自信，無視現實，不顧人際關係。這種膨脹的「正向」思考態度強調自我欣賞、追求物質財富、外貌、名人崇拜和名聲，極可能會對小自家庭教育，大至社會經濟皆造成危害。自戀就像是疾病，由某些因素引發，並透過特定管道傳染，而全球文化為何近年來會出現如此演變？是什麼原因催化了這種現象？

戳破自戀假面，翻出背後的真實景象。

《自戀時代》以輕鬆但詳實的筆調，佐以媒體報導及趣聞逸事，觀察自戀現象在現今大眾文化中嚴重的擴散趨勢，以及對各領域造成的問題。書中從美式文化令人「嘆為觀止」的實例，切入家庭教養、學校教育、媒體網路、物質消費、宗教信仰、人際關係等層面，列舉出各樣例證及數據，幽默地就自戀現象的成因、迷思，以及對「表現自己、唯我獨尊」這種目前蔚為風潮的成功必備觀念，進行引人深思的敏銳分析，同時提出有效的對治之道，是一部讓人重新思考主流價值觀的精采之作。

# 《自戀時代》

## 作者簡介

珍·圖溫吉 Jean M. Twenge, Ph.D.

美國聖地牙哥大學心理學系教授。著有暢銷書《唯我世代》(Generation Me)，文章亦常刊載於今日美國、紐約時報、華盛頓郵報等重要報刊上。

基斯·坎貝爾 W. Keith Campbell, Ph.D.

美國喬治亞大學心理系副教授，著有多篇科學論文，並以其對自戀現象的研究得到包含紐約時報、落間時報、華盛頓郵報，以及福斯新聞網在內的多家媒體注意。

譯者：

吳緯疆

世新大學傳播研究所碩士，曾任雜誌與叢書編輯。譯有《設計解剖全書》、《美食黃金比例》、《時尚的力量》、《地球與人》等書，其他譯作散見於雜誌、電影、電視。

## 書籍目錄

前言

第一部 辨識自戀現象

第一章 自我欣賞的奇觀

第二章 過度自我欣賞的疾病與關於自戀的五大迷思

第三章 在這競爭激烈的世界裡，自戀不是有好處嗎？：挑戰關於自戀的另一個迷思

第四章 我們如何走到這步田地？：自戀現象盛行的根源

第二部 自戀現象的根源

第五章 子女教養：教出小王子和小公主

第六章 超級傳染源：散播自戀的名人與媒體

第七章 請看我的個人專頁：網路2.0與追求他人注目

第八章 我值得以最佳利率買到最好的東西：寬鬆信用與揚棄現實原則

第三部 自戀的徵狀

第九章 對，我就是辣！：虛榮心

第十章 消費大爆炸與其對環境的衝擊：物質主義

第十一章 七十種不同的特別：平凡的「獨特性」

第十二章 追求惡名與無禮行徑遽增：反社會行為

第十三章 巧克力蛋糕陷阱：人際關係問題

第十四章 只問收穫，不問耕耘：應得權益感

第十五章 上帝創造你不是要你當個平凡人？：宗教與志工服務

第四部 如何預測與處理

第十六章 診測：自戀現象將擴散得多遠、多久？

第十七章 對治自戀現象

後記 個人如何影響文化，文化又如何影響個人

參考書目

# 《自戀時代》

## 精彩短评

1、有趣有趣

2、这是一本用科学研究案例去研究自恋因素的一本书，但不应该完全否决自恋，在现今时代，自恋可以增加自信，过度自恋自然会失去更多，balance，是最好的，适当，不过度

3、這本書真是把我想婊的人群都婊了！讀了很爽快也覺得觀點很有趣，我沒想到次期房貸竟然也可以歸結於自戀。

雖然最後幾章很有年長者語重心長的叨念之感，但這本書真的推薦一讀，越讀越自省。

# 《自戀時代》

## 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)