

# 《心理治疗》

## 图书基本信息

# 《心理治疗》

## 内容概要

本书系“俗见新解译丛”之一

很多观点和想法，且不论其正确与否，随着时间的推移，往往就成了一种定论。

时代的变迁，人和物与环境都在演变，科技的进步更是颠覆着人类的生活方式，那么面对无数的定论，我们是否有勇气去重新审视，做一次智慧追寻之旅呢？

“俗见新解译丛”带您重新审视这些定论。

提起“心理治疗”，大家都会想到一个场景：躺在长沙发上，向一个全神贯注、安静倾听的心理治疗师讲述自己的私密生活。有时人们在一起也经常窃窃私语，说某人“在接受心理治疗”或者“在看心理医生”。

心理治疗这个话题有时使人无所适从，有时使人无从入手，有时甚至使人心生偏见。这些偏见有：“心理治疗师都不爱说话”、“接受心理治疗后比治疗前更难受”、“患者都会爱上他的心理治疗师”

.....  
作者在本书中通过向读者介绍心理治疗的方方面面帮助读者更好地了解心理治疗。书中内容从一般到特殊，从理论到实践，就如下内容进行了论述：心理治疗师的培训、心理治疗的实施、“心理治疗师”、“精神科医生”和“精神分析师”三种身份的区别、如何找到好的心理治疗师、心理治疗如何进行以及心理治疗的费用与效率等等。

# 《心理治疗》

## 作者简介

## 书籍目录

引言：“心理治疗是富人和学究的事”

心理治疗师的不同类型

找到一位优秀心理治疗师犹如作战历程之艰难

心理治疗师不是医生。

好的心理治疗师自己应该接受过精神分析。

心理治疗师要具备特殊才能。

各种心理治疗方法概览

精神分析可洞悉一切。

认知行为疗法就如同驯兽法。

在团体心理治疗中，人人都毫无隐私。

有多少心理治疗师，就有多少心理治疗法。

心理治疗是纯粹的脑力劳动。

所有心理治疗方法背后都隐藏着某种哲学观。

心理治疗的适应症与过程

所有人都应该接受心理治疗。

“并非在所有年龄段都能进行心理治疗。”

心理治疗使人关注自我，成为自我中心主义者。

心理治疗师都寡言少语。

患者会爱上他的心理治疗师。

接受心理治疗后比治疗前更难受。

各种心理治疗方法的成本与疗效

想要见效就得破费。

心理治疗有助于深度治疗，祛除病根。

不用吃药也能痊愈。

心理治疗就是浪费时间。

结 语

# 《心理治疗》

## 精彩短评

- 1、封面不一样。
- 2、破除俗见
- 3、简略介绍比较主流的几种心理治疗方法，精神分析法，认知-行为疗法，系统疗法及一些人本主义疗法的历史和方法论，比较其适用症及效果的优劣势，重点在于从心理治疗执业者和患者的角度进行知识扫盲，对理论阐释则很少，翻译跟《抑郁症》一样不敢恭维。
- 4、很通俗的，全书看下来感觉主要给对心理治疗充满兴趣和需要心理治疗服务的人看的，的确围绕着“心理治疗师”“精神科医生”“精神分析师”三个概念反复辨析他们的异同，最后的目标只有一个，启发读者找到合适的服务自身需求的心理学方向的职业师们，并且选好之后是不能轻易改变的。
- 5、尤其是书中对欧洲心理治疗的管理介绍的很细节，值得一读



# 《心理治疗》

## 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)