

# 《电影与心理人生》

## 图书基本信息

书名：《电影与心理人生》

13位ISBN编号：9787122040978

10位ISBN编号：7122040976

出版时间：2009-2

出版社：化学工业出版社

作者：谭洪岗

页数：275

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)

# 《电影与心理人生》

## 前言

很高兴获悉洪岗老师以电影为材的新书。因此，我也赶来凑热闹，分享一些个人感受。 如果我可以选三部中国电影，第一部会是《盗马人》。这是一个以盗马为生的西藏人的故事，因为职业不为族人接受，一家人被驱逐出族，流浪在没有支持的西藏高原，小儿子很快便得病，父母三跪九叩地入庙求神，但是没法救得儿子。到妻子再怀孕时，丈夫最后一次盗马，把所获交赠给族人，作为交换条件，让妻儿可以再度被族人接受，而他自己，便策马在没法独自生存的旷野自生自灭。

## 内容概要

本书分为“电影中的心理学”和“看电影的心理学”两部分，通过对41部经典电影的心理分析，让读者对人生有所体会和感悟。

目录如下：

感受生活，热爱生命（代序）

电影中的心理学

真实的生活

坚韧的生命力——电影《活着》

一生何求——电影《公民凯恩》

有意无意的选择——电影《彗星美人》

小孩子穿大衣服——电影《幻想曲》

内心深处的渴望——电影《人工智能》

先爱己，再爱邻——电影《天使艾美丽》

从理想化他人到依靠自己——电影《绿野仙踪》

未知的自己——电影《两生花》

真实的生活——电影《楚门的世界》

生命中飞扬的喜悦——电影《音乐之声》

走过人生四季

纯真与挚爱——电影《E.T.外星人》

期望，失望与绝望——电影《小偷》

压力与转折——电影《女人香》

心理上的长大成人——电影《毕业生》

初涉职场——电影《时尚女魔头》

心理控制与被控制——电影《煤气灯下》

未完成情结——电影《第六感》

东方式父子——电影《千里走单骑》、《向日葵》

爱与怕——电影《断背山》

天才与疯狂——电影《美丽心灵》

改变是怎样发生的？

接受不可改变的——电影《卿何薄命》

因势利导：将弱点化为特点——电影《小飞象》

改变所能改变的——电影《千与千寻》、《美丽人生》

相亲相爱的一家人——电影《阳光小美女》

心上的重担卸落——电影《普通人》

心相遇与改变——电影《当尼采哭泣》

情感与认知的平衡——电影《心灵捕手》

既要见木，也要见林——电影《女王》

唤醒心灵——电影《放牛班的春天》

行动改变生存——电影《肖申克的救赎》

看电影的心理学

戏里戏外：入戏容易出戏难？

情感卷入——共鸣和投射

情感体验与心理满足——电影《勇敢的心》

在电影中看见什么——电影《罗生门》与选择性加工

宿命感与新的可能性——电影《暴雨将至》

因为懂得，所以慈悲——细品情绪情感

到达，而后离开——电影《辛德勒的名单》

一日长于百年——电影人生

# 《电影与心理人生》

看电影与自我治疗——从电影《深夜加油站遇见苏格拉底》谈起  
心灵的自由——看电影《笑傲江湖》（代后记）

# 《电影与心理人生》

## 作者简介

谭洪岗，心理助人者，治疗师、培训师。原籍湖南，现居北京。  
中国科技大学理学士；北京大学心理学硕士。心理剧助理导演。曾为人力资源管理顾问与职业顾问。  
现融会心理剧、家庭治疗、系统排列、催眠、NLP等训练背景，以系统观点、整合方法，从事心理治疗，做快乐工作、让爱流动培训。  
有译作《真相——治疗心灵的妙方》（香港）、《语言的魔力——谈笑间转变信念之NLP技巧》，合译《艾瑞克森催眠治疗理论》等。  
电子邮箱：chuyunshu@sohu.com

# 《电影与心理人生》

## 书籍目录

电影中的心理学真实的生活 坚韧的生命力——电影《活着》 一生何求——电影《公民凯恩》 有意无意的选择——电影《彗星美人》 小孩子穿大衣服——电影《幻想曲》 内心深处的渴望——电影《人工智能》 先爱己，再爱邻——电影《天使艾美丽》 从理想化他人到依靠自己——电影《绿野仙踪》 未知的自己——电影《两生花》 真实的生活——电影《楚门的世界》 生命中飞扬的喜悦——电影《音乐之声》 走过人生四季 纯真与挚爱——电影《E.T.外星人》 期望，失望与绝望——电影《小偷》 压力与转折——电影《女人香》 心理上的长大成人——电影《毕业生》 初涉职场——电影《时尚女魔头》 心理控制与被控制——电影《煤气灯下》 未完成情结——电影《第六感》 东方式父子——电影《千里走单骑》、《向日葵》 爱与怕——电影《断背山》 天才与疯狂——电影《美丽心灵》 改变是怎样发生的？ 接受不可改变的——电影《卿何薄命》 因势利导：将弱点化为特点——电影《小飞象》 改变所能改变的——电影《千与千寻》《美丽人生》 相亲相爱的一家人——电影《阳光小美女》 心上的重担卸落——电影《普通人》 心相遇与改变——电影《当尼采哭泣》 情感与认知的平衡——电影《心灵捕手》 既要见木，也要见林——电影《女王》 唤醒心灵——电影《放牛班的春天》 行动改变生存——电影《肖申克的救赎》 看电影的心理学 入戏容易出戏难？——电影《红菱艳》 情感卷入：共鸣和投射——电影《无间道》 情感体验与心理满足——电影《勇敢的心》 在电影中看见什么——电影《罗生门》 与选择性加工 宿命感与新的可能性——电影《暴雨将至》 因为懂得，所以慈悲——电影《金色池塘》 到达，而后离开——电影《辛德勒的名单》 一日长于百年——电影人生 看电影与自我治疗——从电影《深夜加油站遇见苏格拉底》谈起心灵的自由——看电影《笑傲江湖》（代后记）附录一 附录二

## 章节摘录

电影中的心理学 真实的生活坚韧的生命力——电影《活着》 [剧情] 上个世纪40年代，徐福贵是大户人家少爷，游手好闲，在赌桌上把房子输给了皮影戏班主——对方早看上了他家那一院房。福贵的妻子怀着身孕，带着女儿含恨回了娘家。一年后，福贵勉力养活自己和老母亲，妻子带着一双儿女回来了。福贵开始操办皮影戏班养家糊口。不久，他跟同伴都被国民党抓了壮丁。福贵在战场上从死人堆里爬出来，做了共产党军队的俘虏后，才能够还乡，他没能见上母亲最后一面。这时可爱的女儿已经因病成了哑巴。当年的皮影戏班主作为地主被处决，福贵吓得魂飞魄散——那年如果没有输掉房子，现在这五枪打的就是他了。 50年代，砸锅大炼钢铁的热潮中，福贵的皮影戏箱都险些被拆开，拿铁丝去炼钢。上小学的儿子死于意外。 60年代，徐家那美丽而不能说话的女儿，有了一段美满姻缘。却在生下儿子后，死于大出血——医生们作为反动学术权威都被打倒；占领了医院的学生们，不知道如何处理突发状况。 以后，外孙慢慢长大，已经能记得妈妈和舅舅的名字了，福贵夫妇和女婿带着外孙去给女儿上坟。回到家里，虽不完整，仍是一家人在一起。舒缓凄美的音乐声中，影片戛然而止。 曾经见过网上一句俏皮话：生，容易；活，容易；生活，不容易。

看完《活着》，却让人沉重地发现，有些年代，单是活，就很不容易。 这部电影里充满了意料之外的反讽：皮影戏班主煞费苦心赢得了徐家的房产，几年之后却为这房子送了命。福贵催促没睡好的儿子去学校，因为区长要来视察。新中国成立后的福贵早就没有了当年的大少爷派头，十分小心谨慎，一点不敢行差踏错。想不到区长开车失误，导致福贵的儿子送了命。而这位区长，正是当年跟他一起被抓壮丁、一起做俘虏的同伴。 福贵的女儿生产前，女婿找来了被关押的一位教授，妇产科的第一把刀，指望万一产妇遇上什么，教授能帮帮忙；福贵听说教授饿了三天没吃东西，连忙去买了七个馒头给他。待到抢救产妇时，教授撑得不行了，无法出手相助。多年后给女儿上坟时，福贵仍不禁懊悔地说起：当初我要是没有给他买馒头，说不定女儿还能活着。 电影已经砍掉了小说原作的最后一部分：原作中，女儿死后，福贵的妻子也很快去世；几年后，女婿、小外孙也先后意外身亡。最终，福贵自己赶着一头老牛耕田，给牛起了个名字也叫福贵。一天劳作后，老人赶着老牛远去，用粗哑的声音唱着：少年去游荡，中年想掘藏，老年做和尚。 电影做这样的处理，去掉了后来那些惨痛部分，不知是不是一是怕电影的基调太沉重了，怕观众受不了。而小说中，很朴实：地接受了这份沉重与惨痛。小说里：老人福贵自己说：“做人还是平常点好。……像我这样，说起来是越混越没出息，可寿命长，我认识的人一个挨着一个死去，我还活着。”一句“我还活着”，让人苍茫百感，也从心绪跟着主人公的坎坷命运起起伏伏，一下子落了地。 关于命运坎坷 “还活着”是经常被忘记的事实。如果在生活中像福贵这样遭遇过生离死别的伤痛，或者遇到福贵这样饱经忧患的人，很多人的反应会是——希望自己能忘掉让人悲伤的过去，希望帮对方忘掉伤心往事。大家常常以为不再提起，不再去想，就可以假装那些事情没有发生过，可以向前看往前走了。然而竭力去回避去忘掉的种种努力，反而让悲伤原封不动地压下去堆在那里，一直没有机会释放。 忘记了就好，这话暗含着人的悲喜都由境遇和外部事件决定，本人无能为力。于是悲伤来时，所有的着力点用在对抗或逃避外部事件上，以为若无其事，或者拒绝接受，就能改变现实。 陷在对境遇不公的震惊、抱怨、抗拒、愤怒中时，无论当事人自己还是知情的旁观者，都常常误以为事情太严重了，这个人承受不了；经历太悲苦了，他如何能够走下去……人如果只活在心理现实中，跟真实世界暂时隔绝不通，那的确会忘记去看一个更重要更本质的现实：无论经历过什么，这个人活过来了。他，还活着。 无论遭遇过多少悲苦，福贵平静地接受了。能够接受已经发生的，这让坚韧的生命力本身，比之前的看上去身不由己、被命运无情播弄的际遇，有了更大的分量。——生命的力量在于坚韧，而不是假装没事儿的貌似坚强。就像有些花木在暴风雨中会弯腰甚至伏地，过后再慢慢恢复如常；没有这样的弹性，那会容易折断。 飘风不终朝，骤雨不终日。生活经历中突如其来的打击，就像疾风骤雨一样，并不持久。只是人在遇到这样的打击后，往往感觉好像原本精心栽培的花园，曾经芳香馥郁，繁花盛开，如今简直一片狼藉，甚至无法想象或不敢再回想以前花开满园的样子。痛心之余，有人可以行动起来重建花园。也有人会消沉下去，怕投入心血之后，再遇到类似或更大的打击。 关于死亡 福贵经受的打击足够多。他经历了几乎所有亲人的死亡。 乍看这样的境遇，人们的反应是不忍多看。然而，印象中，小说原作者写这个故事有所本，灵感来自一首关于老黑人的英文歌曲，那首歌唱的是失去一切的老黑人没有被压倒的坚韧态度。 平日里对死亡的惧怕与回避，有些来自直接接触过死者的印象：病痛、鲜血、衰老、重病或意外死去的人完全脱形……更多的，仿佛来自跟死亡相关

的众多负面联想：形形色色的鬼故事、家属的痛哭和悲恸欲绝；还有，大家谈死色变的態度。这些，让死亡这个字眼，变得格外凝重和可怕。因为不敢看，于是会越发惧怕吧。曾经听过一位朋友分享的个人经历：他一度因为重病，视力日趋恶化，有失明的危险，当时心情极其低落。心绪能好转起来，主要是因为听进去了一位老人平静的话语：万物都是有生就有死。有生就有死，那就像有花开就有花落一样啊。我在想象中练习过与死亡面对面，想看看自己心里，那对我意味着什么，我会把死亡看作什么。最近一次看见的，是那里有我世世代代的祖先，宁静而祥和。也清楚地知道，有一天，我也会去那里，就像生命来自大地，有一天会回归尘土：也像水流千遭归大海，最终，浪花消融在海洋中。那是自然规律，无法抗拒，也不用太恐慌。死亡是生命的一部分。所以在有限的时间内，每一天更要好好活。怎样好好活？好好活的很重要一步，想必是活在当下这一刻。过去已经发生，未来还没有来临，只有当下这一刻，属于自己。记得有一个老故事：相传古代一位国王，有一天梦到一句话，足可以概括古往今来最重要的道理。不巧一觉醒来之后，他怎么也想不起来那句最重要的话是什么了。国王很是苦恼，便下令臣民帮他去找。大臣们不敢怠慢，急忙召集全国最有智慧学识的人们，集思广益。最终，找到一句大家都同意的话，刻在戒指上，呈给了国王。那句话是：一切都会过去。一切都会过去。无论发生过什么，生活仍要继续。不是所有人都能做到，过去的就让它过去；带着从悲欢离合中学到的东西和生命体验，更好地活下去。我关注的始终是，做到的人，是怎么做到的？平日里遇到心态好、承受力强的人，我常常在看他/她的时候，好奇地揣摩一下；比较熟的，就直接去问本人。有些人几乎像是天生就会的，当然，看上去的天生，很可能是人家经过实践中的磨炼和学习，从生活智慧中得来；只不过遇到时已经看不出人工的痕迹，没有留下岁月的印痕，便仿佛天然成就一样。千百年来，这类天然成就或生活中自然发生的良性改变，吸引人们潜心研习总结，才有了后来纷繁多姿的理论解释，和简洁实用的方法技巧吧？这是道法自然的一个表现。不同的学科，都在自己的方向和领域里，探求相关的规律和自然法则。一直记得我初读《心理学与生活》(PSYCHOLOGY AND LIFE)时看到的对心理学的诠释：对心理现象和行为做出描述、解释、预测和控制，以最终增进人类的福祉。——理念来源于现象，并浓缩了生活。寻找理念和方法，锻炼心态和能力，都是为了生活得更好。坚韧不拔的承受力，只是生活的一部分。毕竟，人不是为了承受苦难而生的。几年前我跟一位澳洲华人心理学家聊天，对方是从国内出去的，他当时便说：“在西方待久了，会有一个印象，中国人的抗苦力西方人如何比得上。可是，另外一个感觉是，除了抗苦，生命中还有许多其他东西，比如游戏，比如创造，比如心灵生活的深度。”我完全同意，坚韧与承受，只是帮人活下来。活下来之后，才有机会，也更需要去面对下一步：怎样活出自己？怎样拥有自己的生命？一生何求——电影《公民凯恩》关于《公民凯恩》(CITIZEN KANE)：美国1941年影片。黑白片。获第14届奥斯卡最佳编剧奖。曾多次在欧美的杂志、世界博览会评选电影诞生以来的最佳影片中，名列前茅。影片以20世纪初美国一位新闻业巨头为原型，别具一格地刻画了一位报业大王的一生。〔剧情〕人称“美国忽必烈”的报业巨子凯恩，在他宫殿一般富丽堂皇的庄园中，留下“玫瑰花蕾”的“遗言”后死去。人人都猜想这位大亨留下的这几个字一定有深意。那代表他的爱人？一段回忆？还是一生的向往？到底什么意思？一位青年记者受新闻报刊委托，查阅资料、寻访凯恩的亲朋故旧，去弄清这几个字到底在说什么。记者渐渐从不同地方不同的人那里了解到，凯恩少年时代被父母托付于人，身世坎坷。他成年后如何对抗抚养他的人，如何逐渐发迹。他与美国总统侄女的第一次婚姻；他与作为歌手的第二任妻子的邂逅，以及由于这段桃色新闻，在总统竞选中失败。女歌手和凯恩之间由情人到夫妻的一段情史。凯恩专门为她建了歌剧院，然而女歌手首演就告失败，不得不与凯恩一起隐居庄园。虽然有仙境般的生活环境，两人还是在争吵中恶语相向，女歌手毅然选择离开。



## 编辑推荐

电影是最好的心灵鸡汤……在这让人混乱的高科技新年代，我们更需要人的故事。——李维榕

谭洪岗看电影有她独特的角度，也可以说是职业特点——她是心理治疗师。幸运的是，她从这个角度一定是发现了什么，发现了一些被蒙蔽的真相，对人有了进一步的洞察。当她说“感受生活，热爱生命”时，我知道她说的是真的，不是那字面的东西，而就是这感受、热爱、生活、生命本身，是她的职业之上更重要的品质，是日常世界之上更高的所在，是这写作、发现、洞察的真正的发源。一个如此真实的生命，写的一份如此真实的生命记录，就是你看到的这本书，不管深浅正误，值得去看。——李皖，乐评人，专栏作家

洪岗清丽、流畅的文笔将复杂的心理学思想带入生活，流入人心。相当长一段时间里，国内心理咨询业都面临着庞大的普及工作要做，电影是一个极好的切入方式。洪岗对这种艺术变为心理治疗的形式感悟甚深。相信这本书，将再一次“让看不见的被看到。”——韩岩，澳大利亚新南威尔州注册心理学家，新南威尔州心理学家注册局督导师

生命的美妙，在于对四周事物有令人惊奇的觉察，如同老子对大海位居低处才能纳百川的觉察，使两千年后的我们更相信人应低调地积极，而非过度推销。令人兴奋的是，谭老师用心觉察并整合这普罗大众的元素之一——电影，站在可使人生更精彩心理学高度，写下许许多多会触动你心灵花园的美丽篇章。拥有此书应是明智的决定！——李明智，连续三届获邀为亚洲八大名师，华南理工大学EMBA研修班特聘讲师

滴水可以藏海，因为有发现海的眼睛；看电影可以看出心理人生，因为有心理学专家独特的视角。读谭洪岗的书稿，不能不为作者朴实简练的文风、深刻透彻的专业分析、深入浅出的人生哲理而赞叹，这是我近几年读过的心理学普及读物中难得的佳作之一。——李开彤，北京博睿管理咨询公司总裁

我在图书出版之前认真阅读书稿受益颇深。相信爱电影的人会喜欢此书，她会提升我们对电影的鉴赏力和对人物心理的解读能力：帮助影视界相关专业人士更好地把握人物心理刻画：普通读者也可以通过阅读促进个人的成长。——范丽华，原公益心理热线执行人，现为快乐行者

电影是人生的浓缩：人生是延长了的电影，每个人都是其中的角色。洪岗能从每部电影中感悟世事、感悟人情、感悟生命，细致而敏锐。她能整个身心沉浸于电影，又能在感情之中，提炼出对人生的思考，深入每个角色的内心探视他们的世界。由此我更喜欢看电影，也更期待能看到洪岗的新作——关于心理、人生、世事的感悟。——齐秀敏，河北齐心律师事务所主任，河北省邢台市律师协会会长，全国优秀律师

### 精彩短评

- 1、确实不是影评...
- 2、回读依然精彩。
- 3、电影就是人生的抽影，折射心灵。
- 4、读者体
- 5、通俗易懂的书。个别话还是很喜欢的。
- 6、不错~
- 7、有些心理学上的分析对于正在成长发现自我的人很有帮助
- 8、谭老师的书哈。
- 9、每一部电影都会让人看到生活中的一些片段或心理，电影即是生活的缩影。
- 10、电影和文关联不是很紧密，文章写的不错，将领域内学术知识与影音结合。
- 11、显浅，心理方面不足，跟网上普通电影评论差不多.....
- 12、呵呵
- 13、我是在看自己的么。
- 14、心理学的视角，解读电影中的感动。中青报谭洪岗老师的书，一口气读完，心灵上的一次洗礼。
- 15、看了看过的，没看的以后看~
- 16、写得很不错 小道理大哲学
- 17、非常喜欢的书
- 18、看这类书心情是轻松的，不太费脑子，但也能共鸣。每个人看电影，都会有自己独特的视角。其中大部分电影都看过，但是读完作者的书，很多又想重看。很多道理，自己总说都懂明白，可是，遇事还是会冲动，可见并未真正都懂明白。
- 19、局限比较大 但是透过它是看了不少电影
- 20、烂
- 21、还需挖掘
- 22、水得不行
- 23、随手翻翻，并无太多专业的观点，更像是一般的电影观后感，只不过出自一个心理学人之手。
- 24、破玩意儿
- 25、同学还我书那刻，我有傻掉，思绪立马混乱，都有点不敢去接，突然想起书上有个人的名字和那封信
- 26、觉得很不错呀 畅姐说是哄小孩的
- 27、总觉得心理部分分析的不够深入。
- 28、读这本书的时候常常让我反思到自己的生活，然后心里就会好过很多，释怀很多
- 29、也许作为心理咨询师的作者是合格的，但影评这样写绝对不是最优秀的。
- 30、就是劣质影评的合集.....

## 精彩书评

1、猜想书名可能会造成一些人的误会，因此首先要说明的是：这不是一本影评书，不讨论拍摄技术或者情节架构上的优劣。我觉得它更应该被归类为心理学图书。就像作者在序言里说的，很多人都是困在心网中的心囚，执着于内心的困惑而不能解脱，学习心理学可以在某种程度上帮到我们，电影本身只是作为素材和例证而已。书读起来相当有趣，作者的文字清丽如小溪潺潺，感觉十分熨帖，偶尔又有锋芒显露。讨论的电影也不算小众，大部分都是看过的，因此也不觉得有理解上的困难。另外也可以轻松学到很多心理学方面的知识，对自己和其他人的行为都有更深的理解。总的来说，作为休闲阅读还是很不错的。我把书的一部分内容放在博客上了，有兴趣的同学可以去看下。 网址

: [http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_4f36d6470100d54o.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_4f36d6470100d54o.html)

2、探讨电影与心理的学者大致分为：电影人和心理人。其著作有着明显的区别，那就是：电影人明说心理，实谈电影；心理人明说电影，实谈心理。谭洪岗老师是一位资深的心理咨询师，她写的《电影与心理人生》自然属于后者。看心理学者写影评，是件惬意的事。既不会给你分析特效的好坏，也不会给你讲解“蒙太奇”之类的拍摄手法。纯粹是专业人做专业事，砍掉枝节，命中靶心——透过电影看人生。如果你想了解点心理学，但又对那些艰深的心理学词汇（“同化”、“顺应”、“替代”、“反向形成”、“认知”、“建构”……）颇感头疼，那么，毫无疑问，本书是你不错的选择。本书选取影片的范围很广，并没有拘泥于所谓的“心理学电影”。我总是对媒体上的“妖魔心理学”感到惶恐，扣着心理学帽子的电影极爱反映人格分裂，比如《人骨拼图》、《闪灵》，拿着“异常”吸引大众的眼球。若以心理学的专业角度分析这些表现异常心理的电影，无疑是轻车熟路、叫座又讨巧的事情。但是，本书却是另辟蹊径，从充满童趣的《绿野仙踪》、古灵精怪的《天使艾美丽》，到成长烦恼的《毕业生》、温情写意的《音乐之声》，再到坚忍不拔的《活着》、真真假假的《楚门的世界》，于平凡中现不平凡，从个例中见寻常态。无论影片本身的立论如何，谭老师的分析点总是落在“积极”二字，可见她的良苦用心。生与死关于这个问题，心理学家弗洛伊德曾提出“死亡本能”和“生存本能”——两者不断地此消彼长，不停斗争。这听起来就像两个打架的小人一样，多少有些滑稽。本书也没有错过这一终极问题，在《活着》、《公民瑞恩》等多篇影评中探讨了生存与死亡的意义。小人物的故事，带着起伏的喜怒哀乐和生活的颠沛流离，更动人心。谭老师评价道“‘还活着’是经常容易被忘记的事实”，既然活着就要“好好活”，从而引出了自己的生死观——“死亡是生命的一部分”，终点“有世世代代的祖先，宁静而祥和”，“就像生命来自大地，有一天会回归尘土；也像水流千遭归大海”，所以，你“无法抗拒，也不用太恐慌”，人力不可为便不强为。抱着“一切都会过去”的淡定心态“好好活”，“活在当下那一刻”。这样，带着达观的态度，“to be or not to be”，就不再是个大问题。爱与怨马斯洛提到过“归属与爱的需要”。《人工智能》是部好片子，把小机器人的这种需要表现得淋漓尽致，催人泪下。寻找爱，发现爱，拥有爱是每个人渴求的目标。谭老师没有把着眼点放在人性的自私（小男孩对母爱的占有欲、母亲对亲生孩子的偏爱）上，而是放在“无条件的爱”上。如果孩子能获得无条件的爱，生活在慈爱与鼓励，那么他将成为开朗宽容的人；如果孩子感到“只有我表现好（或听她话），妈妈才爱我”，那么他很难发展出健康的自我。“幸福的本质，离不开爱与肯定。那是人成长的动力和源泉。”爱可以有很多种，但是，怨也许只有一种：不可自拔。有爱，有期望，才有怨。看到谭老师的这段文字，“平日里也见多了，子女对于父母的期望与失望。这样的失望中，隐隐透漏出许多没有直接说出的信息：如果过去你们对我好一点，我不会是今天这样子。现在我不快乐/不幸福，就是因为你们没有给我更多……”，不由地想到才上初中的小孩子，嫌父母不能提供锦衣玉食，不能供他上好学校，满眼是对父母的不屑：“如果我的父母是……”，不努力学习，不作出任何改变。套用谭老师的话——“现实中，大部分父母，已经给了孩子他们所能给的最好的，或者他们以为最好的”，还要他们给什么？爱给得多了，反而酿成了怨。对于很多人来说，电影是个消遣。本书给你提供了心理学者看电影的轻松视角，没有过多的说教，没有艰深的理论，有的只是学者的娓娓道来，轻松写意。看完这本书后，你会突然发现：原来，电影是可以这么看的！

3、看电影是我的兴趣，而心理学是我梦想发展的方向。这两方面的结合，成为这本书吸引我阅读的原因。每个人着眼不同，从书里所得的收获自然不同。作者是通过电影中某些场景引出心理现象，然后展开阐述，其实，电影只是引子，重点摆在心理现象的解释和分析上。如果抱着看影志的心态来阅读此书，可能会很失望。但作为一个心理学的初学者，用电影场景这么生动的例子来解释心理现象，

## 《电影与心理人生》

能让我更深刻的理解。书中还有好多电影没看过，自然归入备看影单。从书中也得到一个思路，以后可以从心理学的角度来看电影。

## 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)