

<<登天的感觉>>

图书基本信息

书名：<<登天的感觉>>

13位ISBN编号：9787212040970

10位ISBN编号：7212040975

出版时间：2011-4

出版时间：安徽人民出版社

作者：[中国]岳晓东

页数：205

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：<http://www.tushu007.com>

## <<登天的感觉>>

### 前言

我的心灵氧吧丛书《登天的感觉》、《少年我心》、《与真理为友》承蒙安徽人民出版社出版，我深感荣幸并借此机会说几句感谢的话。

首先，我深深地感谢广大读者对拙作的厚爱。

我当初写这些书籍，就是为了推动心理咨询在中国大陆的发展及普及心理学知识。

十多年过去，有不少人告诉我拙作的确起到了这一作用，这令我深感欣慰。

还有人信告本人，《登天的感觉》使他们明白了什么是心理咨询及心理咨询怎么会给人带来的“登天的感觉”，我亦深感荣幸。

其实，这也使我明白了什么是写作给人带来的“登天的感觉”。

其次，我深深地感谢安徽人民出版社的杜国新副总编及心理学编辑室的全体成员，他们对拙作的重新出版投入了大量的心血，也为本书增添了“我与督导”的新内容，使本书的整体构架更加立体、丰富。

相信新版的《登天的感觉》会更具风采，且更有参考价值。

在此我想说明，拙作介绍的个案涉及心理咨询、心理分析和心理治疗等方面的情况，它们不但反映了心理咨询的不同表现形式，也揭示了心理咨询中的常见问题。

凡此种种，都旨在增强人们对心理咨询之性质与操作的了解。

希望此书能使您真正了解心理咨询这一崇高的行业，并爱上这一行业。

在新书的编排上，我增添了“我与督导——助我舞蹈于心灵之巅”上、下两篇。

在这当中，我想向大家展示：心理咨询是怎样助人自助的，特别是督导过程事实带来了我什么样的成长。

我想强调，此书虽然是写给我的同行们看的，但也适合一般的学生、家长、教师、机关干部及医务人员。

因为本书涉及的心理学问题在日常生活中十分普遍，而作为一个心理咨询人员，他需要学会传达各种同理心的信息，使用不同的咨询技巧，来帮助来询者巧解心结，更好成长。

由此，心理咨询堪称人际沟通的艺术，而善解人意则是每个人投身心理咨询行业的终极目标。

诚望此书能使大家懂得，善解人意在日常生活中是多么的重要！

最后，我深深感谢本书的编辑洪红小姐，没有她的精心努力，本书是不会出得这么光彩的。

谢谢各位！

是为序。

岳晓东 2011年春于香港寓所

## <<登天的感觉>>

### 内容概要

《登天的感觉》已经成为心理学书林中的一朵奇葩！

《登天的感觉》的第一部分记述了作者在哈佛大学心理咨询中心经手的10个心理咨询个案，涉及爱情、婚姻、职业选择、新生适应不良、同性恋等一般心理困惑的咨询，也涉及人格缺陷的矫正及潜意识作用的解析等特殊心理障碍的治疗。

日常生活中的大多数问题实际都是心理问题。

作者在处理这些心理案例的过程中，展现出非凡的心理咨询的神奇技巧。

《登天的感觉》的第二部分记录了作者与其督导之间的相处故事，说明了心理督导制度在心理咨询师的成长过程中的关键作用——助心理咨询师更美妙地舞蹈于心灵之巅。

这部分也是本书区别于以往版本的新增内容。

## <<登天的感觉>>

### 作者简介

岳晓东，北京出生，内蒙古呼和浩特市长大，中国著名的心理学家，大学毕业后赴美深造，1993年获得哈佛大学心理学博士学位。

现在香港城市大学任教，并受聘担任南京大学、华南师范大学、南京师范大学等10余所大学的客座教授。

著有《登天的感觉》、《少年我心》、《与真理为友》、《怎样做最好的自己》等心理学与个人成长畅销读物，深受读者欢迎。

<<登天的感觉>>

书籍目录

再版前言 / 001序言 / 001我与来访者——共同行走于心灵之巅 / 001登天的感觉 / 003林登街5号 / 011我是全哈佛最自卑的人 / 018我想从哈佛转学 / 033我不要上哈佛大学法学院 / 051问你是否还爱我 / 064骗分被罚的思索 / 082万般内疚为了谁 / 092我是同性恋吗 / 107我想约你出去行吗 / 120我们的缘分尽了吗 / 133走出心灵创伤的深渊 / 158我与督导——助我舞蹈于心灵之巅 / 177督导也是平等对话 / 179理解我是谁 / 193

## <<登天的感觉>>

### 章节摘录

版权页：插图：“哇，我今天真是太高兴啦，太高兴啦！”

”嘉慧兴奋得脸都开始发红。

“你觉得是什么使你爸爸开始转变态度的？”

”我趁机问嘉慧。

“还不是像你所说的那样，要多听多理解呗。

”嘉慧学着我的口吻说，嘴角上掠过一丝不好意思的微笑。

停了一下，她又说：“这下子我可明白了你所讲的主动出击的威力了。

其实人都是你先尊重他，他才会尊重你。

虽然是一家人，也是一样的道理。

以前我对爸爸讲的话就是置若罔闻，结果使他不厌其烦地给我讲上法学院的事情。

现在我认真去听他讲话，他反而不再像以前那么固执了，人真是好怪耶。

”“所以说。

沟通是打开人心灵之门的钥匙嘛。

”我总结说。

接下来我与嘉慧进一步讨论了怎样以获得事业的成功来促进她与父亲的思想沟通。

我要求嘉慧将自己在写作与当律师两方面的优势和劣势都罗列出来。

分析自己在哪方面获得成功的机会更大、更快。

然后再去与父亲交流思想。

为了帮助嘉慧再次与父亲沟通成功，我们又做了角色扮演的练习。

这次，由我扮父亲，嘉慧扮演她自己。

在对话中，我尽量给嘉慧提出各种各样的难题，并帮助她分析怎样回答才合适。

这样准备充足后，嘉慧趁一个周末回去再见父亲，与他交流自己的想法。

临走时。

我还给嘉慧打了电话，问她有没有信心谈好。

“有啊，”她爽快地回答说，“因为我是要与爸爸比较两种职业的利弊，而不是要去拒绝爸爸，所以我用不着担心。

”“你说得太对了。

”我称赞说。

<<登天的感觉>>

编辑推荐

《登天的感觉》:我在哈佛大学做心理咨询。

<<登天的感觉>>

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:<http://www.tushu007.com>