第一图书网, tushu007.com

<<人际沟通分析学>>

图书基本信息

书名：<<人际沟通分析学>>

13位ISBN编号：9787300169217

10位ISBN编号：730016921X

出版时间：2013-4

出版时间：中国人民大学出版社

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

内容概要

《人际沟通分析学》由杨眉和托马斯？
欧嘉瑞著。
人际沟通分析学理论（简称TA）是西方诸多心理治疗理论之一，它与心理治疗的第一个理论——有效但却又高深莫测的精神分析学理论——有明显的不同。
作为一种更倾向于成长的治疗理论，TA本质上提供的是一种自助方式，而其治疗师更像一个促进者，他们的目标是敦促来访者邀请并激活其自身的成人自我状态，帮助人们学会打断那些妨碍他们成长的游戏和脚本。
因此，TA不仅是一种非常有效的、具有操作性的心理治疗理论，同时也更容易被普通人用作自我调节与自我成长的自助工具。
因此它更贴近公众，并且也更接近我们中医所提倡的“大医治未病”的理念。
因此，对于需要自我认识和自我成长的人，对于需要提升其生活质量和幸福感的人，对于渴望建立建设性人际关系的人而言，TA正是这样一种最能够满足其心理需要的心理学理论。

《人际沟通分析学》适合心理相关领域专业人士阅读。

第一图书网, tushu007.com

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