

<<做自己的心理医生>>

图书基本信息

书名：<<做自己的心理医生>>

13位ISBN编号：9787505884762

10位ISBN编号：750588476X

出版时间：2009-10

出版时间：经济科学出版社

作者：陶玮玲

页数：265

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>

## <<做自己的心理医生>>

### 内容概要

本书系统介绍了NLP的近60种技术，涉及处理负面情绪、加强力量、处理过敏和恐惧症状、改善人际关系等，这些技术经过多次尝试已经被证明十分有效。  
你既可以利用它们来帮助别人，也可以解决自己的问题。  
如果你是专业的心理医生，那么它也会在你的职业生涯上助你一臂之力。

## <<做自己的心理医生>>

### 书籍目录

第一章 NLP相关概念 心理咨询的基本原则 什么是“NLP疗法”和“简快疗法” NLP的渊源 简快疗法的疗效及成因 潜意识 NLP的BVR NLP的模式整合 NLP的理论假设与模型结构 健康心理的标准 Erikson的人生发展八阶段论第二章 NLP的一般性技巧 聆听 发问 区分 回应 经常使用的一般性技巧 NLP基本技巧之“形气” NLP基本技巧之“感元” NLP基本技巧之“模仿” NLP基本技巧之“经验攀” 检定语言模式 提示语言模式第三章 NLP技巧在具体情况下的运用 如何运用NLP技巧处理负面情绪 如何运用NLP技巧加强内心力量 如何运用NLP技巧接纳自我, 消除困境心态 如何运用重塑烙印法处理过敏症状和恐惧症状 如何运用NLP技巧(一分为二法)改善人际关系与沟通 其他实用NLP技巧第四章 NLP应用 NLP在商业上的应用 NLP在教育上的应用第五章 个案参考 个案1 消除对狗的恐惧 个案2 被母亲愤怒的话语伤害难以平复 个案3 NLP的衔接法解决偏食问题 个案4 快速戒烟 个案5 “我不可能再拥有幸福” 个案6 人总要学着长大 个案7 “我是不是一个能给别人带来快乐的人” 个案8 他把关节当做“打击乐器” 个案9 母爱——生命不能承受之重 个案10 这是我应该做的 个案11 我看见了儿子在满地撒欢 个案12 “成功一定是很辛苦的” 个案13 “不用再给电脑上锁” 个案14 快速恐惧症疗法实践 个案15 “智慧的我”帮我摆脱困境第六章 关于NLP的常见问题附录：NLP术语参考书目

## <<做自己的心理医生>>

### 章节摘录

第一章 NLP相关概念心理咨询的基本原则心理咨询是一项：专业性很强的工作。

在咨询过程中，有一些基本原则是几乎所有咨询心理学理论学派都强调的。

对这些原则的掌握与遵守，不仅是心理咨询工作者专业素养的体现，更是来访者安全和权利的重要保障。

1.保密性原则咨询人员保守来访者的内心秘密，妥善保管来往信件、测试资料等材料。

如因工作需要不得不引用咨询事例时，应对材料进行适当处理，不得公开来访者的真实姓名、单位或住址。

2.理解支持原则咨询人员对来访者的语言、行动和情绪等要充分理解，不得以道德的眼光批判对错，要帮助来访者分析原因并寻找出路。

3.积极心态培养原则咨询人员的主要目的是帮助来访者分析问题的所在，培养来访者积极的心态，树立自信心，让来访者的心理得到成长，自己找出解决问题的方法。

4.时间限定的原则心理咨询必须遵守一定的时间限制。

咨询时间一般规定为每次60~90分钟左右（初次受理时咨询可以适当延长），原则上不能随意延长咨询时间或间隔。

## <<做自己的心理医生>>

### 编辑推荐

《做自己的心理医生(NLP简快心理疗法)》：你想要帮助他人摆脱心理困扰吗？

你想要解决自己的心理问题吗？

你想要成为一名成功的心理医生吗？

所有的答案尽在——NLP简快心理疗法。

你的丈夫最近工作压力大，总是感觉非常疲劳，每天夜不能寐；你就要参加一个重要谈判，此次能否成功对公司影响巨大，但恰恰在此时你对自己产生了十分不自信的感觉；你总是感觉你的老板或老师在针对你，处处挑剔；你的室友见到你的狗就怕得失去控制；你觉得你无法处理好和母亲的关系。

.....你对这些情况是否感到十分无力？

人生好像陷入了灰色，在遍寻建议无效之后，你到底该怎么办？

你是否想知道上述及类似问题的答案？

请打开这《做自己的心理医生(NLP简快心理疗法)》吧，在这里，你会发现世界原来并不是你想的那样。

<<做自己的心理医生>>

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>