

<<滋养和安顿我们的心灵>>

图书基本信息

书名：<<滋养和安顿我们的心灵>>

13位ISBN编号：9787537936194

10位ISBN编号：7537936196

出版时间：2006-1

出版时间：希望

作者：朱建军

页数：269

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>

<<滋养和安顿我们的心灵>>

内容概要

身处不断变化的时代，社会发展的压力使人们越来越难以找到自我。焦虑、烦躁、愤怒、失落、紧张、恐惧等情绪在无形中蔓延，各种心理方面的问题日渐渐凸显，这已经成为困扰个人家庭和社会的主要问题。如何摆脱焦虑、烦躁、愤怒、失落、紧张、恐惧的心理问题，如何做一个身心健康的人，《心理医生对你说丛书》将会告诉你，你不需要一定是他们的咨客，只要阅读资深治疗师所写的手记、随笔、杂文和小说，你就能得到你想要得到的健康身心，本书是其中的一册。

<<滋养和安顿我们的心灵>>

作者简介

朱建军，我国著名心理学家，心理咨询师和心理医生。

1993年起师从于著名心理学家曾性初先生，1996年获博士学位。

1996年-1998年接受中德心理咨询师连续培训项目的培训。

自1987年开始从事心理咨询和治疗，20世纪90年代创立我国自己的心理治疗技术——心理咨询和治疗的意象对话技术，在国内心理咨询和治疗领域声誉卓著。

<<滋养和安顿我们的心灵>>

书籍目录

美女为何爱“野兽” 爱吃野味心理幼稚谁是你的真爱 爱情是个不结实的东西 爱情的三个中心 拒绝的艺术 “未必如此”和“人难免会” 好心没好报为自己活 “胃溃疡”就是“吃不消” 不劝而劝了解“身体语言” 灵魂的性爱 学习感谢我们拥有共同的朋友 不是玻璃做的爱情 魔法席慕蓉、三毛和琼瑶床下本来没有鬼 最温和的批评 社交训练周末的“三角心理” 走出爱的牢狱 遇到别人尴尬时 人生如戏 神仙眷属·凡人夫妻·地狱冤家 弱者的武器 婚姻与信任 永不言败 两个孩子的故事 难得糊涂 莫名其妙 快乐咒论 贪婪 走出爱情的误区 网上玫瑰艳无香 “别人”就是你自己 “老色鬼”们的自述 为何“人善被人欺” “没事找事” 社交术 脸皮不磨不厚与手淫 “魔鬼”和平共处 痛苦带着的财富 一边美丽，一边等待 没有一个人能不受伤 魔鬼是化了妆的天使 热恋勿忘心理检查 强者的秘密 你知道谁是你的母亲吗 你和神不一样 阿拉伯人之梦 不敢抛弃的烦恼 依法治家 教师的焦虑 美人鱼 脸家三兄弟 种子年年这样种 美女的心有什么不同 虾米、芝麻和绿豆 洋娃娃的故事 “相互掷刀”的游戏 滋养和安顿我们的心灵 头脑里的监工 命运不是母亲 冷漠是疾病 等待莱温斯基和狼外婆 做自己的局外人 先学会爱自己 忧郁是女人的酒了 便是好玫瑰 故事 我的伤痛在快乐背面 女性自卫的心理战术 情感之争 人到三十的心理卫生 表里不一 是女孩 低速度原则 所向无“敌”之术 “他心通” 秘诀 老婆累人 女人扮嫩

<<滋养和安顿我们的心灵>>

章节摘录

书摘我常常会遇到一些为情所困的痴情女子，她们不幸爱上了这样一种男人。

他，是女孩子眼中那种所谓“很男人”的人，是个能让很多女孩子觉得他身上有一种特殊的“劲儿”的那种人。

然而内心深处他却是个自私自利、毫不懂得珍惜女子感情的人。

甚至当他不需这感情时，便会粗暴地抛弃和践踏它。

说得难听些，当他们发作起来，就像“野兽”一般无情无义。

可是痴情女子们却一如既往地爱他，为他神魂颠倒，甘心情愿为他痛苦，怀着无望的希望为他牺牲奉献。

“爱上一个不回家的人……依然无怨无悔。

”对某些女人来说，这简直就像一种宿命。

她们明知对方是个“坏”男人，也会渐渐地越来越深地陷进去，有如飞蛾投火。

她们不是不曾遇见真正爱她们的男人，可是她们对这些男人不屑一顾：你真的是个好人，不过也仅此而已。

和好男人在一起，她们感到平淡无味。

美女为何爱“野兽”？美国心理学家罗宾·诺伍德发现，这种爱得过分的女人有些共同特点：她们都来自一个不幸福的家庭。

在童年，她们都缺少关爱，也没有得到过安全感；她们内心中都有自卑感。

这可以说明一些问题。

我无意否定痴情女子们的感情，但是我希望她们更多地了解自己。

因为她们在恋爱中的表现，反映着她们心中自己也未曾了解的一些欲望和需要。

来自不幸福家庭的女人，从小缺少父母的爱，她幼年时最渴望的是什么呢？是把不好的父母变成好父母，把不够爱她、让她害怕的父母变成爱她的父母。

幼年时她没有做到，因而她自卑，她怀疑自己不可爱。

这可以告诉我们，为什么她希望用爱的魅力感化“野兽”。

她们真正所做的，是把男友当成父母的化身。

她们真正的愿望，是感动父母。

她们要做的，是证明自己的可爱。

童年不幸福，使她们习惯于这种不安全、不安定的关系。

她小时候觉得，父母的爱是有条件的，是要靠努力去争取的，是要靠取悦换来的。

这也可以让我们知道，为什么她们选择了不安定的关系以及和痛苦相联系的爱。

她们已经习惯了，她们不曾见到没有痛苦的爱，和谐的爱。

美好的爱。

她们不相信有另一种更好的爱存在。

她们献身，是为了获得完全的依赖，完全的放弃自我。

她们缺少力量，因此她们把自己献给一个有力量的男人，如同小时候服从父母。

哪怕这个男人是野兽，他不也有一种自私的力量吗？她们羡慕力量，通过放弃自我，她们让自己融入对方，让对方替自己拥有了力量。

由于自卑，她们害怕面对生活的困难和责任，靠着爱情上不断的变换，她们可以回避生活。

爱情和性，是她们的毒品，她们对此成了瘾。

一旦没有了这些，她们的痛苦恰恰如一个想戒毒的人。

痴情女子们就是这样陷入了错爱。

想让不懂爱的人爱你，只会失败。

失败会进一步让你自卑。

P001-002

<<滋养和安顿我们的心灵>>

<<滋养和安顿我们的心灵>>

编辑推荐

如何摆脱焦虑、烦躁、愤怒、失落、紧张、恐惧的心理问题，如何做一个身心健康的人，《心理医生对你说丛书》将会告诉你，你不需要一定是他们的咨客，只要阅读资深治疗师所写的手记、随笔、杂文和小说，你就能得到你想要得到的健康身心，《滋养和安顿我们的心灵》是其中的一册。

<<滋养和安顿我们的心灵>>

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>