

<<她们为什么找心理咨询师>>

图书基本信息

书名：<<她们为什么找心理咨询师>>

13位ISBN编号：9787543886155

10位ISBN编号：7543886154

出版时间：2012-10

出版时间：湖南人民出版社

作者：[韩]金正秀, 崔晶娥 著, 吴娅蕾 译

页数：245

字数：180000

译者：吴娅蕾

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>

<<她们为什么找心理咨询师>>

前言

“现在，你有什么心愿呢？”

”苗条的身材，漂亮的脸蛋，可以让自己一辈子过得无忧无虑的钱，全心全意爱着自己的帅气男友，无论什么事情都能顺利解决的出色能力，永远不变的年轻，能够让心灵得到休息的和睦家庭……如果阿拉丁神灯的精灵只许诺你一个心愿，那么，你会许下什么样的愿望呢？”

这里有七位女性，分别怀揣着她们心中想要实现的梦想。

她们中间有几位已经实现了自己的梦想，得到了自己人生中最想得到的东西，又或者，正朝着自己所希冀的一切，一天天燃烧着自己的热情。

但是，她们之中，却没有一个人是幸福的，反倒因为这些愿望而整日沉浸在忧郁和疲惫中。

她们对此感到非常不可思议，于是，在某个平常的日子，她们走进了心理咨询室。

带着一些焦急和恳切，她们问道，为什么明明实现了愿望，却丝毫没有感到幸福，为幸福而努力的那些琐碎的瞬间，为何如此让人感到不快乐？

也许，她们的这些故事正和你的经历不谋而合。

渴望着优美的身段、姣好的容颜、花不光的钱，再加上光芒四射的才华，大概正是你此刻或是未来的写照。

赫尔曼·黑塞(Herman Hesse)说过，人生存的理由只有一个，那就是为了幸福。

不管你想要的是什么，它都是你對自己本身幸福的追求。

七位女性通过对自己十周内的心理旅程的探索，慢慢找寻着自己那不为人知的另一面，发现了真正能让自己变得幸福的方法，并且找到了自己真正想要的东西。

令人惊讶的是，她们所寻觅到的幸福的条件，却和我们一贯所想象的幸福，有着很大的不同。

如果地球上生活着60亿的人口，那么通往幸福的道路也有60亿条之多。

只有在我们对过去的自己有一个清晰的认识，对现在的自己有一个明确的把握，并且能真正认识到自己本身的那一刻，幸福的钥匙才能握在手中。

未来，我的脚步应该迈向哪个方向，应该抛弃什么，抓住什么？

当读完这本书最后一章的那个瞬间，你大概能找到一些头绪。

一个人的时候，和家人在一起的时候，和朋友或是恋人在一起的时候，再或者，在繁杂的社会生活中，当你感到不幸福的时候，请阅读这本书，希望你能从和你相似的这七位女性身上，找到你所期盼的答案。

金正秀 崔晶娥 2007年6月

<<她们为什么找心理咨询师>>

内容概要

书中讲述了七名女性正在自己的人生路上艰难前行。她们很努力地生活，却把生活过得越来越糟糕，为什么？

不顾一切地去减肥、对世间万事都感到索然无味、不管做什么都以失败告终、苦苦等待真爱的到来、因为害怕受伤而拒绝爱情——这样的她们，不正是你的写照吗？

带着各种困惑，她们走进了心理咨询室。

她们经过一番心理探索，学会认同自己、感悟真爱，在现实与内在自我之间寻找平衡，获得心灵的平和，感悟到：幸福不在于美貌、金钱和社会地位，当你对自己负责，活在当下时，你便是一个幸福的人。

<<她们为什么找心理咨询师>>

作者简介

金正秀

毕业于高丽天主教大学医学院，获得神经精神科博士学位。
2002年前一直在高丽天主教大学精神科学室进行研究并授课。
现任某知名心理诊疗院院长，并在《中央日报（韩国）》、《朝鲜日报》等报刊的心理专栏进行连载写作。

崔晶娥

27岁便创立了自己的猎头公司，并担任世界500强企业瑞士德科人力资源公司韩国分社的社长。
现经营人力资源网站Interlink Search，主要著作有《成为猎头的目标》、《做一个懂得利用多变现实的女人》等。

<<她们为什么找心理咨询师>>

书籍目录

楔子

她们为什么找心理咨询师

【1.为减肥奋不顾身的她】身材苗条的大美女居然患上厌食症

哪怕一天不购物，就不是真正地活着

完美女人的自卑感

随意地吃，或者随意地饿

照镜子的一瞬间，我觉得自己老了很多

【2.对世间万物都感到索然无味的她】

谁都有过想死的时候

没有自信的人

想得太多的女人

来自生命的呼唤

人生的趣味从琐事开始

【3.故作洒脱却被爱情套牢的她】

没有不孤独的爱情

女人害怕爱情的真正原因

从爱的伤痛中走出来

哪怕站在路中央哭泣

【4.能力优秀却没有好运气她】

所以，你比我更幸福吗？

完美是缺憾的另一种表达

读“oortunityisnowhere”的两种

方法

按下大脑中的停止键

【5.为逃避枯燥婚姻而出轨的她】

爱，无法抗拒的诱惑

迷恋是一种感情转移

从因爱而生的忧郁中解脱出来

不要欺骗自己的感情

【6.明明很努力却一事无成的她】

世界原本就是不公平的

为了让自己幸福而活

【7.生活还在继续，幸福就在此刻】

<<她们为什么找心理咨询师>>

章节摘录

版权页：妍秀的视角睁开眼睛的时候，时针已经指向中午。因为昨晚喝了太多的酒，现在脑子里好像不断回荡着咚咚的鼓点声。后来到底是怎样踉踉跄跄地躺倒在床上的，现在已经完全想不起来了。胃里面好像有尖刀在搅动一般翻江倒海。

“妍秀起床了？”

”迷迷糊糊地睁开一只眼睛，西山家的大婶正把一杯果汁放在梳妆台上。

“妈妈出门了吗？”

”“嗯。

星期三有聚会嘛。

”突然一下没了兴致。

昨天Mark J·Tops专卖店打来电话说有新品上架。

因为演员宋侑珍的携带，某款手提包还未在国内的卖场上市便引起了广泛的关注，电话里说的这次上架的新品应该就是那款。

虽然店长姐姐那边还堆着不少订单，不过已经跟她约好一定要帮我留一个黑色的。

虽然从内心来说很想立刻买下，不过上个月信用卡都被妈妈给没收了，所以现在一张能用的卡都没有

。

“爸爸呢？”

”“博士昨天没有回来，好像是在其他城市有聚会吧。

”爸爸没有回来。

那么想都不用想，妈妈的情绪肯定也不怎么好。

一直以来，妈妈和爸爸从来都没有表现出任何亲密的样子，爸爸对待妈妈完全像是对待流浪的猫狗，总是投以冷漠而不带丝毫关切的眼神。

自然，我也似乎成了流浪的母狗所生的小崽子。

妹妹妍熙不喜欢妈妈，当然，也不喜欢我。

真不知道是不是因为我比她长得更漂亮。

小时候，只要跟妍熙在一起，总会听到“姐姐长得像洋娃娃一样漂亮，妹妹这是长得像谁啊？”

”或者“妹妹不如姐姐好看啊”这样的话。

妍熙也确实因为这些评论而哭过。

而后来妍熙格外专注于学习的原因，大概也是因为对外貌的自卑。

寒假的时候，妈妈对爸爸说，让妍熙去做整容手术，整一整眼睛和鼻子。

当时，爸爸是以什么样的表情看着妈妈啊。

爸爸在家里几乎不怎么说话，只是用表情来碾碎别人的自尊，压倒人的气势。

“虽然聪明也挺好的，不过女人的自信还是来自外貌的嘛。

”“照这么说的话，现在完全不用动手，也可以彻底摧毁你的自信啰？”

”虽然妈妈说曾经和爸爸有过一段甜蜜的日子，但像是爸爸妈妈互相拥抱、抚摸、亲吻、做爱之类的情景，始终令人无法想象。

小学的时候，我甚至有一段时间深深怀疑，我究竟是不是爸爸的亲生女儿。

当然，也不能说爸爸讨厌我。

因为偶尔，他也会轻轻地抚摸着我的头，但几乎不会像对妍熙那样，过问我的一日三餐，或者在书房中闲聊，消磨一段漫长的时间。

总之，妍熙的确不能算是一个漂亮的孩子，所以妈妈总是强调妹妹一定要好好学习，要成为一个能靠自己的能力生活的女性。

至于我呢？”

我无所谓，因为我是一个令所有男人都心动不已的漂亮女生。

<<她们为什么找心理咨询师>>

<<她们为什么找心理咨询师>>

编辑推荐

人活着的理由只有一个，那就是为了幸福！

你要的幸福藏在你的恐惧里！

为了幸福而努力，为什么还是不快乐？

这里有七位女性，分别怀揣着她们心中想要实现的梦想。

但是她们不幸福：厌食症、抑郁症、失眠、自卑、出轨、强迫症、爱无能、情绪失控、拖延症……幸福不在于美貌、金钱和社会地位，当你对自己负责，活在当下时，你就是一个幸福的人。

《她们为什么找心理咨询师》是风靡亚洲的心理学励志读物，帮你找到幸福的源头，活在当下！

<<她们为什么找心理咨询师>>

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>