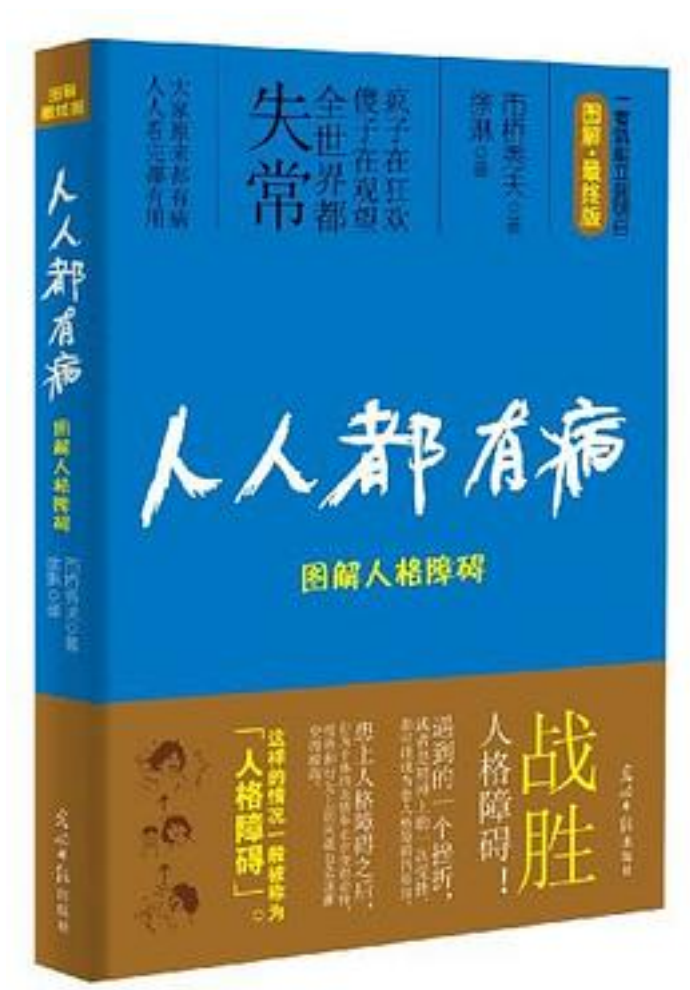


人人都有病



[人人都有病_下载链接1](#)

著者:市桥秀夫

出版者:光明日报出版社

出版时间:2012-2

装帧:

isbn:9787511219923

《人人都有病:图解人格障碍》内容简介：遇到的一个挫折，或者是精神上的一次受挫，都可能成为患人格障碍的原因。患上人格障碍之后，行为个体的表情举止会变得奇怪

，性格和行为上的问题也会逐渐变得极端。这样的情况一般被称为“人格障碍”。近年来，在众多人之中最常见的症状是边缘型人格障碍和自恋型人格障碍。作者不仅特意抽出了大幅页面来介绍有关这两种人格障碍的知识。而且还很用心地将之解说得通俗易懂。这样一来，不仅可让为病状而烦恼不已的患者本人，也可让他们的家人明白了解。

海报：

作者介绍：

作者：(日本)市桥秀夫 译者：徐琳

市桥秀夫，市桥私立医院院长。毕业于东京医科牙科大学医学部神经精神医学专业，曾担任都立松泽医院精神科医生、东京都精神医学研究所兼职研究员、都立墨东医院神经科主任医师、福岛大学障碍儿童病理学教授，后来建立了市桥私人医院。

主要的著作有《让你清楚了解人格障碍的书》（监修・讲谈社）、《人格障碍・进食障碍（精神科临床新探讨）》（共同著作・MEDICAL VIEW社）、《心灵地图——理解心的障碍》（星和书店）、《从症状来看精神医学（精神科临床新探讨1）》等等。

目录: 第1章 什么是人格障碍

002 你的反应生病了

004 你变得无法自控

006 看见你的“人格障碍”

008 患病与否只有一线之差

010 庞杂的病因

012 最佳治疗机会稍纵即逝

014 “安心感”和“安全感”

016 三岁看小，七岁看老

018 爱或者溺爱

020 战胜患病的自己

022 三类十种“人格障碍”

024 无法与他人融洽相处的A

026 A的软肋：“为何”、“为什么”

028 爱表现、爱出风头，这就是B

030 无视社会规则的“反社会型人格障碍”

032 逃避、依赖、强迫的C

034 由家长过度干涉引起的“逃避型人格障碍”

036 专栏 这个人也患有人格障碍吗？

伟大的名侦探福尔摩斯也曾出现自恋的病症

第2章 边缘型人格障碍

038 女性易患的“边缘型”

040 七种负面情绪大爆发

042 寻找“被抛弃的不安”

044 “好的自己”和“坏的自己”——这就是你的双重人格

046 双重人格，让“优秀的你”瞬间转变为“糟糕透顶的人”

048 “非黑即白”就是错误

050 他们的眼里“非好即坏”

052 无意识冲动控制了坏的自己

054 四大特征确定你有“边缘型人格障碍”

056 积极的治疗情绪

058 治愈“边缘型人格障碍”

060 一般的治疗流程，从明确具体目标开始
062 本能的爱
064 “人格障碍”有可能“遗传”
066 事先说明“不行”、“忍耐”、“没关系”
068 切忌“去医院看看”、“你能做到吗？”
070 如果太过在意患病原因，反而会陷入恶性循环
072 三个关键词——“温暖”、“道歉”、“打招呼”
074 距离，平等，独立
076 朋友和周围的人也应该注意与病人保持一定距离
078 自杀倾向，你该怎么办
080 其他问题的应对方法
082 2-3年的精神疗法
084 专栏 这个人也患有人格障碍吗？
不断向父母索爱的萨尔瓦多·达利
第3章 自恋型人格障碍
086 强烈的自尊心导致人际关系乱七八糟
088 你就是这样的人，被自恋愚弄
090 双重构造——看上去自信，受挫就自卑
092 自我陶醉也有成功的事例
094 一旦人际关系开始“摩擦”，就是危险信号
096 受诊契机——“极度的愤怒”、“暴力”
098 受诊契机——与抑郁症的不同之处在于责怪他人
100 “边缘型”和“自恋型”
102 孩提时代与父母缺乏共鸣
104 国王般的万能感
106 “万能的自己”
108 竞争激烈的社会所引起的烦恼也是原因
110 家庭环境和遗传因素
112 丧失感、孤独感，有时也会导致人格障碍
114 “自恋型人格障碍”的实例
中考失败成为导火线，开始轻视学习和努力
116 探讨1 得不到父母的认可，夸大版自我最终破裂
118 “自恋型人格障碍”的实例
除了自己以外，所有人都是笨蛋。虚无感、空虚感不断涌现
120 探讨2 随处可见的自恋型症状，然后与边缘型结合
122 “自恋型人格障碍”的实例
公司人事上的缘故导致干劲丧失，说上司的坏话，最后在公司的价值降低
124 探讨3 在自尊心受伤的时候，开始推卸责任、怨天尤人
126 消除病人的病态应对心理
128 学会一步一步扎扎实实地向前迈进
130 重建家庭环境才是关键所在
132 为了让对方改变，自己也要发生变化
134 专栏 这个人也患有人格障碍吗？
在年幼时期，父母就离异了
第4章 其他的人格障碍
136 可以根据精神体验以及行为举动来分类
138 胡乱猜疑他人的“妄想型人格障碍”
140 拒绝上学和五月忧郁症
142 “逃避型人格障碍”实例
威严父亲的存在导致子女丧失自信心
144 “逃避型人格障碍”实例
背负着父母期待的孩童时代 避开眼前的困难向前进
146 演绎悲情主人公的“表演型人格障碍”
148 希望备受关注的“表演型人格障碍”

150 违法也毫不在意的“反社会型人格障碍”
152 父母过度干涉引起的思考
154 信念遭到否定，会引起“闭门不出”
156 只想依赖某人
158 被动消极地表示抵抗
160 “被动攻击型人格障碍”的实例 不平不满转变为消极怠工
162 只活在自己的世界之中
164 充分发挥自己独特性格的优势
第5章 引起人格障碍的社会背景
168 找出隐藏在暗处的问题
170 “成功”和“失败”这两部分
172 家庭共同体的崩溃
174 “少子化”导致孩子们的孤独
176 改变自己的“性格”，缩短距离与人相处
178 充满希望地重新振作
第6章 人格障碍的医疗·咨询机构
182 与医生交谈的要点
184 前往公共机构咨询求助
186 要相信医生，认真地投入治疗
188 自由诊疗的过程既耗时又费钱
190 严重病人，也会因为环境的改变而好转
192 帮助大家培养平衡感的“家人治疗法”
194 相信自己，专心接受治疗吧！
· · · · · (收起)

[人人都有病 下载链接1](#)

标签

心理学

日本

图解人格障碍

人人都有病

心理

人格障碍

行为学

有病

评论

3.8星，让人明白了3类10种人格障碍，算是非常好的一本启蒙书籍。如果发现自己或者身边的人有其中一种障碍，想要寻求解决之道，就不是这本书所能及的了。

亚马逊赠书，垃圾读物。

我病重，而且是综合症。其实就是纯科普。

挺好读，适合患者及家长。但人格障碍真的成年会好？不太可能，只是大多数人能带着人格障碍的包袱貌似能顺利继续生活而已。

边缘性人格代表……

哈哈哈，这本书读了真的发现人人都有毛病……=
=不过只是简单介绍，并没有针对性的建议

时代快消品

还睡了很久的午觉 可是竟然也把这本书看完了呢。。图解太浅显了 基本可以忽略理论也太通俗易懂了
总之感觉和我预想的不太一样。但是还是很喜欢书名。2014年终于读完一本书了。

内容很散，每个部分的陈述都很浅，不深入，也不能算是图解，其实就是配上了几张插图而已。人格障碍那个地方对我还蛮有启发的，一点点，产生了兴趣。看完之后感觉我好像病得很重，不过既然人人都有病，那么有病应该是正常的，只有我一个人没病反而不正常。所以放弃治疗了。

上个学期开始看的书，看这种东西会不会让人觉得很奇特

图大字疏，泛泛而谈，言不及义，毫无参考和实用性，不过是本随大流出来坑钱的三俗读物而已……什么叫做浪费森林资源？这个就是了。

漫画书。好无聊。

易懂是易懂……

人格障碍入门书 一个多小时就看完了
适合给讳疾忌医的患者和患者朋友家属作为参考书

买书送的，约等于无。

对号入座，觉得自己还真有点人格障碍。

不够深入

就这还有人给五分？！（完全就是我裤子都脱了你就给我看这个……

joyo买满99送的书都是垃圾中的垃圾！ 可不可以给0分！

心理医生写的，配上插画，可读性就更强了。内容简短，清晰易懂。整本书都在讲“人格障碍”，作者主讲边缘型人格障碍和自恋型人格障碍，看来日本主要是以这两种人格障碍患者居多。个案分析差不多10个的样子（没细数），帮助读者理解概念和病患发病特征。“人格障碍”的形成原因主要是幼儿时期，父母对子女的教养方式有关，且此问题会“遗传”。最后提到了社会成因。看“人格障碍”反观我们普通人的生活，可以帮助我们更好地扬长避短。

[人人都有病_下载链接1](#)

书评

[人人都有病_下载链接1](#)