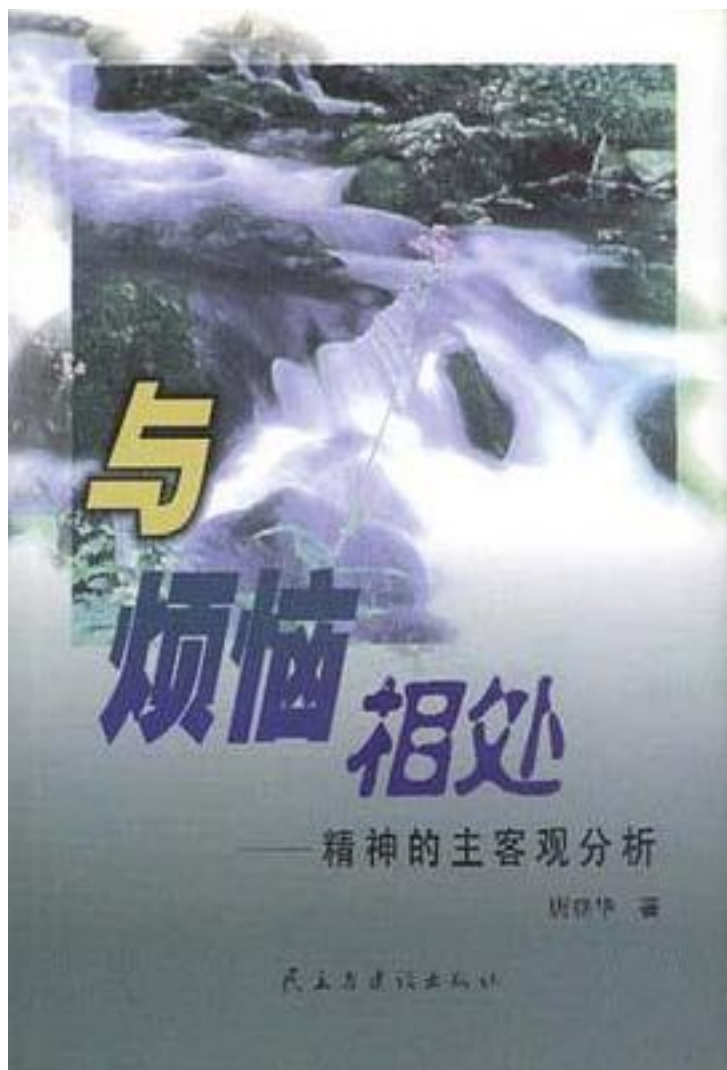


与烦恼相处



[与烦恼相处 下载链接1](#)

著者:唐登华

出版者:民主与建设出版社

出版时间:2000-02

装帧:平装

isbn:9787801123343

作者介绍:

作者简介

唐登华 1962年 生于湖北

社会精神病学硕士，副主任医师

北京医科大学精神卫生研究所

门诊部主任

临床心理科副主任

中国心理卫生协会

大学生心理咨均专业委员会常委

青少年心理卫生专业委员会委员

中国心理学会

医学心理学专业委员会委员

电视连续剧《心理诊所》专业指导

中央电视台

中央人民广播电台 特邀嘉其

北京电视台 嘉宾主持

目录: 目最

第一章 引论

一、烦恼初论

二、两个案例引发的思考

三、主客观的新解释

第二章 人性解剖

一、解读人性 自由人间

人际人性之一： 偏好正性刺激

人际人性之二： 自私性

人际人性之三： 寻求归属感

人际人性之四： 情绪持移性

人际人性之五： 他人尊重性

人际人性之六： 个别性

人际人性之七： 两性相吸性

人际人性之八： 喜新厌旧性

人际人性之九： 恋爱情感的变色性

二、谈情

情绪特性之一： 自我指向性

情绪特性之二： 两极性

情绪特性之三： 动力性

情绪特性之四：发泄性
情绪特性之五：过程性
情绪特性之六：非理性
情绪特性之七：转换性

三、谈欲

基本需要之一：食欲
基本需要之二：性欲
基本需要之三：社会性生存需要
基本需要之四：安全需要
基本需要之五：情绪体验需要——人类的第三类需要

第三章 烦恼寻根

一谈心理病理

一、压抑

过度的性压抑

过度的食压抑

过度的情绪压抑

二、强求

完美主人的要求

1. 过分注重他人评价

2. 过分争强好胜

决策困难

1. 犹豫不决

2. 病理性执着

三、自卑

四、负性情绪之恶性循环

焦虑的恶性循环

强迫的恶性循环

抑郁的恶性循环

疑病的恶性循环

恐怖的恶性循环？

第四章 主客观分析心理治疗

一、症状层面

二、情感动力层面

三、人格层面

第五章 与烦恼相处

一一个案实例

案例一 与人相处难 难于上青天

案例二 解不开的青春惑

案例三 爱的路上几多愁

附 已发表的心理治疗

专业文章及科普及科普文章

焦虑心理治疗实例

心理治疗入门时的常见心理误区

时代呼唤精神卫生

承认现实 善待自己

不要过分注重他人评价

后记

• • • • • ([收起](#))

[与烦恼相处_下载链接1](#)

标签

心理

我想读这本书

好书

心理学

心灵的呵护

心理-哲学

大陆

111

评论

为什么评价这么少呢，刚看完还不错，我们院一个老师写的。

M 主客观心理分析课用 只是买不到啊买不到啊买不到

[与烦恼相处_下载链接1](#)

书评

唐登华老师的书，通俗易懂的介绍了他的主客观心理分析理论和治疗技术。我觉得这本

书可以作为自助书籍来读，也可以作为心理咨询师的学习材料。
个人一直对中国学者的书抱有偏见，总觉得不屑一读。暑假参加培训时组委会发了这本书的复印本，很长时间都被我扔在房间的角落里。后来...

[与烦恼相处_下载链接1](#)