

# 為什麼只有我憂鬱？



[為什麼只有我憂鬱？\\_下载链接1\\_](#)

著者:金惠男，譯／李源泉

出版者:遠流

出版时间:20050401

装帧:

isbn:9789573254508

以下讀者必讀此書！

- 對痛苦的過去無法釋懷的人
- 難以忍受孤獨的人
- 身邊有為憂鬱而苦的人
- 為了一點小事就憂鬱的人
- 為愛陷入憂鬱的人
- 從未暢快淋漓哭過的人
- 因長時間憂鬱而渴望心靈安寧的人
- 不愛自己的人

一想馬上從憂鬱的泥沼走出來的人

一為了其他各種原因而憂鬱的人在憂鬱無處不在的時代

安慰受傷靈魂的

精神分析專家金惠男的療傷故事

真正理解憂鬱的你，真正給憂鬱的靈魂以安慰的書如果一個人害怕憂鬱，他就會永遠被困在憂鬱的牢籠裡，無法逃脫。事實上，憂鬱有很多種形式，很多種面孔。有時憂鬱帶著假面具出現，連憂鬱的人本身也感受不到它的存在。人們因為害怕憂鬱，就想盡一切辦法逃避憂鬱，結果往往忽略了自己的感受，不知道憂鬱其實已經潛伏在自己的身上，而帶來不好的後果。

專長精神分析醫學、執業多年輔導眾多病患的韓國慶熙大學、成均館醫科大學教授金惠男醫師，繼暢銷著作《我真的愛你嗎？》後，再推出《為什麼只有我憂鬱？》一書。她以清晰通俗筆調介紹百年來對憂鬱症的研究與治療，並融入她親自參與的治療實例和過程，破解固有迷思，進而教導人們應如何直接面對憂鬱，擺脫憂鬱。

作者介绍:

金惠男

精神分析專家。兄妹五人，女孩中排行第三。畢業於高麗大學醫學院精神分析系。高三時，姐姐猝死，給家人造成很大的苦痛，選擇精神分析系也是源於此。她希望通過精神分析，治癒好自己和家人的傷痛，同時給有類似經歷或正經受著同樣痛苦的人們以安慰。今年是她進入這一行業的第15年。通過這些年的工作，她明白了很多。她明白了那段刻骨的傷痛給自己的愛情造成了多大的影響，明白了自己為什麼會一直暗戀一個人，明白了自己為什麼會選擇現在的丈夫…….現在的她正和病魔做著鬥爭，但是她感到有很多話想和讀者說，於是就有了這本書的誕生。她真誠希望這本書能夠給那些渴望愛情但懼怕愛情的靈魂以些許啟迪、些許慰藉。希望這本書指引他們找到真愛……

主要經歷：

1959年出生於漢城、1987年畢業於高麗大學醫學院、1988-2000年  
國立漢城精神醫院精神分析專家、現任金慧南精神分析醫院院長、慶熙大學、成均館醫科大學客座教授、韓國精神分析學會宣傳理事

目录:

[為什麼只有我憂鬱？\\_下载链接1](#)

标签:

评论

-----  
[為什麼只有我憂鬱？\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[為什麼只有我憂鬱？\\_下载链接1](#)