

走出病態互依的關係



[走出病態互依的關係_下载链接1](#)

著者:派雅·梅樂蒂 邱紫穎譯

出版者:光點

出版时间:20040201

装帧:

isbn:9789572920220

作者介绍:

目录:

[走出病態互依的關係_下载链接1](#)

标签

心理学

评论

病态互依又称拖累症，不是现在特别流行的心理治疗方法，但是这么好的书非常值得一看。

这本书源于作者心理治疗过程，是对她实践的理论和总结，形成了这样的一套体系。现在来看这套体系，对治疗广泛的心理成瘾问题、心理困惑是有非常实用的价值的，而且体系完整，所引用的案例非常典型，因为有些是在我们生活中司空见惯的事情，却会导致很严重的心理问题。

它的主要方法是通过对童年的事件重新回顾和进行分析，直面我们曾经逃避过的问题，建立界限，学会正确的方法，从而让很多都存在于我们的童年中的痛苦得到治疗，心理和情感上独立，走向心智成熟。我是在读完它之后又读了《少有人走的路》，结合起来看，觉得他们所说的心理治疗和心智成熟之路还是很相通的。

[走出病態互依的關係_下载链接1](#)

书评

据说该作者有研究“去权虐待”和“假性加权虐待”
分别针对女性和男性的社会期望塑造，分别是忍受受害和过度男子气概
这都会造成孩子的自尊异常 前者造成显性忧郁，后者造成隐性忧郁
“去权虐待”让女性沉默，觉得自己丢脸，觉得自己有缺陷，内化痛苦
“假性加权虐待”让男性倾...

[走出病態互依的關係_下载链接1](#)