

鏡子裡的陌生人



[鏡子裡的陌生人_下载链接1](#)

著者:瑪琳．史坦柏

出版者:張老師文化事业股份有限公司

出版时间:2004-11

装帧:平装

isbn:9789576935879

你是否曾經看著鏡中的自己，卻不認得鏡子裡的陌生人？

常不確定某個記憶是幻是真？看著自己的生活像是看電影？記不得剛做過的事？

感覺其他人或周遭世界很不真實？不知自己如何到達某個地方？感覺好像透過一層霧在看世界？「解離」是面對龐大壓力或創傷的一種正常調適的防衛機制，以緩解壓力、受虐、暴力、創傷、突發事件等難以面對的生活情境或記憶。特徵是失去記憶，感覺與自身或周遭環境無法連結。

本書將釐清一般人的誤解，揭開解離症的真相——包括形成的原因，為什麼會變質失控，如何分辨正常與異常的解離，還有最新的診斷與治療方法。

書中提供三個成功案例的動人故事，帶領讀者深入精神科的門診室，展開一場解離症治療過程的神奇之旅，見證人類的心靈在面對不人道的遭遇與對待時如何展現創造力，勇敢求生。

作者介紹

Marlene Steinberg

瑪琳·史坦伯格博士，1982年開始研究解離症，1989年獲得美國國家心智健康研究院（National Institute of Mental Health）資格認可，是此一領域第一人。目前史坦伯格博士在耶魯大學醫學院主持解離症的先驅性研究，並在康乃狄克和西麻薩諸塞執業。

Maxine Schnall

梅絲·許奈爾，普立茲獎提名的知名作家。著有《殺不死我的，使我更堅強》（張老師文化出版）

作者介绍:

目录:

[鏡子里的陌生人_下载链接1](#)

标签

心理学

解离症

精神病学

心灵

问题

精神障碍

社会心理人脉

港台原版

评论

解離的一些基礎知識，在當時應該是很有見地的，但現在會覺得有些東西可能需要更新。

讲例丰富，以常人的视角认识解离症，去神秘化。

[鏡子里的陌生人_下载链接1](#)

书评

“镜子里的陌生人”其实，是针对一般人及精神健康从业人员所写的，更是承受过创伤或压力的人们所不能错过的好书。此书，不仅仅分辨关于“解离症”的状况，更重要的是强调在许多其它精神疾病，如：焦虑症、忧郁症、躁郁症、注意力缺失/过动症、强迫症、创伤后压力症候群，甚至是...

[鏡子里的陌生人_下载链接1](#)