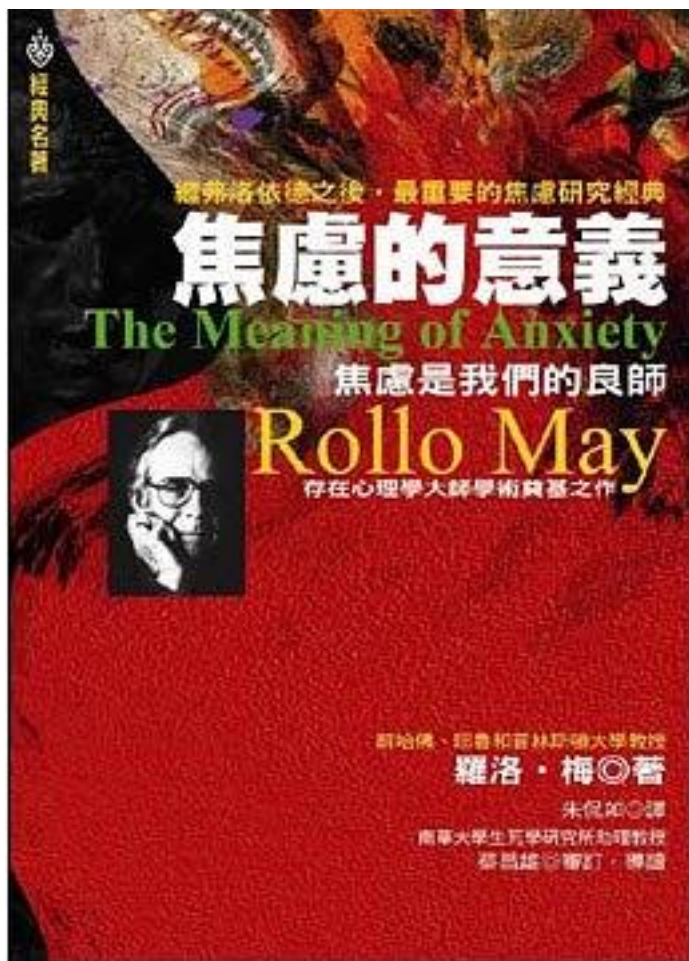


焦虑的意义



[焦虑的意义_下载链接1](#)

著者:羅洛.梅

出版者:立緒

出版时间:2004-8-1

装帧:平装

isbn:9789867416001

◎繼弗洛伊德之後，關於焦慮的經典研究。焦慮，人類處境的本質正面處理焦慮，才可能有真正的自覺十七世紀是數學的年代，十八世紀是物理科學的年代，十九世紀是生物學的年代，二十世紀呢？詩人奧登寫下《焦慮的年代》，卡繆則命名為「恐懼的世紀」

，而我們也常指稱為「心理學的世紀」。焦慮、恐懼不獨現代社會才有，只是更為凸顯罷了。

羅洛.

梅在此經典研究中，檢視不同的焦慮理論，並逐一檢視其文化、歷史、生物和心理的面向，加以審度。他尋求這些理論的公分母，評估其中的分歧觀點，儘可能將不同的觀點綜合成一個整全的焦慮理論。他也挑戰「精神健康就是沒有焦慮」的流行信念，並堅稱焦慮是人類處境的本質，面對焦慮可以讓我們免於無聊困乏，鍛鍊我們的機智聰敏，同時開創人類存在所必需的張力。

羅洛.

梅告訴我們，焦慮不是只有負面的癱瘓作用，它也可以是我們正向轉變的動力，因為只有正面處理焦慮，才可能有真正的自覺。

作者介绍:

羅洛・梅(Rollo May)

美國存在心理學家，1909年生。幼年命運多舛，雙親長期不合，終至離異，姊姊曾不幸精神崩潰。大學因參與激進學生刊物遭退學。入學畢業後，赴希臘三年，任大學英文教席，並隨阿德勒(Alfred Adler)短期研習。返美後，旋入聯合神學院，與存在主義神學家田立克(Paul Tillich)以師友相交，深受其思想啟迪。梅年輕時甚為結核病所苦，不得不入療養院靜養三年，然此病反成為其生命轉捩點。面對死亡、遍覽群籍之餘，梅尤其耽讀存在主義宗教思想家齊克果(Kierkegaard)之著作。出院之後，入懷特學院(White Institute)攻讀精神分析，遇蘇利文(Harry Stack Sullivan)與佛洛姆(Erich Fromm)等人，終於1949年獲得紐約哥倫比亞大學首位臨床心理學博士學位。

他是一位受歡迎的演講者，同時在哈佛、耶魯和普林斯頓大學任教，並曾擔任懷特學院的訓練兼主任分析師。畢生致力於將存在心理學引入美國，1994年病逝於加州。著作有：《焦慮的意義》(The Meaning of Anxiety, 1950, 中文版2004年出版)《愛與意志》(Love and Will, 1969, 中文版2001年出版)《創造的勇氣》(The Courage to Create, 1969, 中文版2001年出版)《權力與無知》等

目录:

[焦虑的意义_下载链接1](#)

标签

心理學

羅洛梅

焦虑

心理学

罗洛.梅

哲学

抑郁症

意义

评论

難得可以在學校圖書館見到這本書的台版，帶回宿舍大家對著一堆繁體字和右往左的閱讀順序很是難以適應，我倒是看的樂呵呵。正在閱讀中，對於焦慮的研究大概是老羅最有影響力的一個領域了。書很好看，沒有太拽理論。

已购

[焦虑的意义_下载链接1](#)

书评

2004 / 08 / 11 『二十世紀，詩人奧登寫下《焦慮的年代》，卡謬則命名為「恐懼的世紀」。對科學發展而言，這也是屬於心理學的世紀。』
焦慮無所不在。事實上，經由我們的內在困惑、疏離、心理混亂，以及價值和行為標準的不確定……種種狀態所表現出來的焦慮，幾乎成為...

随着现代生活的快节奏与重压力，越来越多的人陷入了巨大的焦虑之中，身心俱疲，甚至无法自愈，只得求助于昂贵的心理咨询。如作者罗洛·梅一开始便声称的“心理治疗的核心问题在于焦虑的本质”，焦虑已然成为极为现代人中存在的普遍问题。在《焦虑的意义》一书中，他将这一主题...

[焦虑的意义 下载链接1](#)