

心理治疗



[心理治疗_下载链接1](#)

著者:【法】贝尔纳·格朗热(Bernard Granger)

出版者:中央编译出版社

出版时间:2013-7

装帧:平装

isbn:9787511716613

本书系“俗见新解译丛”之一

很多观点和想法，且不论其正确与否，随着时间的推移，往往就成了一种定论。

时代的变迁，人和物与环境都在演变，科技的进步更是颠覆着人类的生活方式，那么面对无数的定论，我们是否有勇气去重新审视，做一次智慧追寻之旅呢？

“俗见新解译丛”带您重新审视这些定论。

提起“心理治疗”，大家都会想到一个场景：躺在长沙发上，向一个全神贯注、安静倾听的心理治疗师讲述自己的私密生活。有时人们在一起也经常窃窃私语，说某人“在接受心理治疗”或者“在看心理医生”。

心理治疗这个话题有时使人无所适从，有时使人无从入手，有时甚至使人心生偏见。这些偏见有：“心理治疗师都不爱说话”、“接受心理治疗后比治疗前更难受”、“患者都会爱上他的心理治疗师”……

作者在本书中通过向读者介绍心理治疗的方方面面帮助读者更好地了解心理治疗。书中内容从一般到特殊，从理论到实践，就如下内容进行了论述：心理治疗师的培训、心理治疗的实施、“心理治疗师”、“精神科医生”和“精神分析师”三种身份的区别、如何找到好的心理治疗师、心理治疗如何进行以及心理治疗的费用与效率等等。

作者介绍:

作者简介

贝尔纳·格朗热 (Barnard Granger)：精神科医生和心理治疗师，法国认知与行为治疗协会会员，巴黎笛卡尔大学教授，塔尔尼耶-高善医院精神科负责人。他在Cavalier Bleu出版社出版的著作有《抑郁症》和《精神分裂症》。

瓦莱里·雅勒弗尔 (Valérie Jalfre)：法国塔尔尼耶-高善医院执业精神科医生，心理治疗师。

译者简介

钟震宇，全职法语译员，新浪微博知名博主。1997年毕业于北京外国语大学法语系，后在非洲几内亚和马里常驻四年，担任翻译工作。2004年获得巴黎第一大学企业管理硕士文凭。全职从事法语口译、笔译工作已近十载，其间在北京外交学院完成国际关系专业研究生课程班学习。已出版多部译著，涉及历史、哲学、政治学、心理学等领域。

目录: 引言：“心理治疗是富人和学究的事”
心理治疗师的不同类型
找到一位优秀心理治疗师犹如作战历程之艰难
心理治疗师不是医生。
好的心理治疗师自己应该接受过精神分析。
心理治疗师要具备特殊才能。
各种心理治疗方法概览
精神分析可洞悉一切。
认知行为疗法就如同驯兽法。
在团体心理治疗中，人人都毫无隐私。
有多少心理治疗师，就有多少心理疗法。
心理治疗是纯粹的脑力劳动。
所有心理治疗方法背后都隐藏着某种哲学观。

心理治疗的适应症与过程
所有人都应该接受心理治疗。
“并非在所有年龄段都能进行心理治疗。”
心理治疗使人关注自我，成为自我中心主义者。
心理治疗师都寡言少语。
患者会爱上他的心理治疗师。
接受心理治疗后比治疗前更难受。
各种心理治疗方法的成本与疗效
想要见效就得破费。
心理治疗有助于深度治疗，祛除病根。
不用吃药也能痊愈。
心理治疗就是浪费时间。
结 语
· · · · · (收起)

[心理治疗_下载链接1](#)

标签

心理学

北京·中央编译出版社

心理学与心智

心理

2013

自我管理

临床心理学

français→汉语

评论

很通俗的，全书看下来感觉主要给对心理治疗充满兴趣和需要心理治疗服务的人看的，的确围绕着“心理治疗师”“精神科医生”“精神分析师”三个概念反复辨析他们的异同，最后的目标只有一个，启发读者找到合适的服务自身需求的心理学方向的职业师们，并且选好之后是不能轻易改变的。

封面不一样。

破除俗见

心理治疗的各个层面给予了简单介绍。对于门外汉和需要进行心理治疗的人对此行业有一个鸟瞰。

尤其是书中对欧洲心理治疗的管理介绍的很细节，值得一读

角度还行，就是看不下去。

大钟老师赠书，大略读完了，是不错的科普，揭开了心理治疗的神秘面纱。最大的感受还是自助者天助之，首先你要有改变的意愿！

介绍了现代的心理治疗的状况以及解决疑问点，心理治疗的医生扮演的角色大多只是倾听者，让患者宣泄内心深处的感情，原来心理的病症也只为让人找到感情需求，然后更多地投入与他人相处，完成了社交需要，连结了每个人，所以把心理医生当做新时代的牧师，放心地倾诉情感负担，这也看出心理治疗的需求在增长，现代人生活压力大，情感波动大，信息接收大，内心就会被压垮，形成畸形心理，那我这样逃避人世间不就对了么，感情的需要自己一个人满足就好，有自然做伴，内心也会得到释放了。

是一本很不错的科普书，或者心理学专业的同学了解心理治疗的入门书。除了各种心理治疗流派技术的介绍还对整个心理治疗涉及的方方面面进行了介绍，还澄清一些大众对于心理治疗的误解，

是一本很不错的书。但稍有杂乱 即使是同一章内
也不是非常明晰的那种结构。外行人看稍微有点迷乱感

[心理治疗_下载链接1](#)

书评

[心理治疗_下载链接1](#)