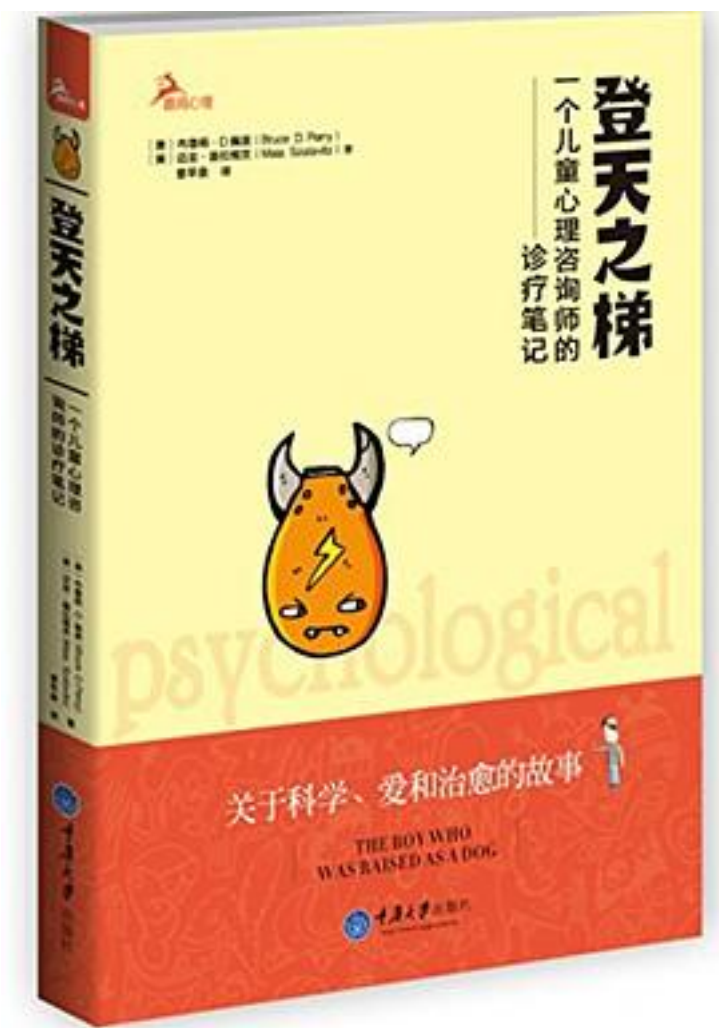


登天之梯



[登天之梯_下载链接1](#)

著者:[美] 布鲁斯·D.佩里

出版者:重庆大学出版社

出版时间:2015-7-1

装帧:平装

isbn:9787562491316

《登天之梯：一个儿童心理咨询师的诊疗笔记》里的所有故事都是真实的，但为了确保

匿名性和保护隐私，我们修改了身份细节。儿童的名字也都做了修改，因为他们的姓可能会让人辨明其身份。尽管做了必要的修改，但每个案例的必要元素都尽可能详细地记录下来。例如，对话都是根据回忆、笔记、磁带或是录像来加以记录的。令人感到遗憾的是，相比我们所知道的事例，这些故事不过是沧海一粟罢了。在过去的十年里，我们儿童创伤学院的临床医疗组就治疗了一百例以上的儿童，他们曾亲眼目睹过自己的父母被谋杀的场面。我们也面对过成百上千的儿童，这些儿童早期在收容所里，或是在父母那儿，或是在监护人那儿受到了非常严重的忽视。我们希望本书里所讲述到孩子们，和那些有着相似命运的其他许多人，他们身上所体现出的力量和精神，能够从这本书的字里行间传达出来。

作者介绍:

布鲁斯 D. 佩里医学博士，儿童创伤研究院的资深治疗师，FBI顾问。曾任德克萨斯州儿童医院精神病学首席医师，以及贝勒医学院精神病学系研究部副主席。现居休斯顿和加拿大的阿尔伯达。

迈亚·塞拉维茨，是一位专门从事科学与健康报道的获奖新闻记者。现居纽约市。

目录: 1 蒂娜的世界
2 为你好
3 登天之梯
4 长不大的孩子
5 最冷酷的心
6 像狗一样被养大的男孩
7 魔鬼恐慌
8 乌鸦
9 撒谎的妈妈
10 孩子们的善意
11 治疗团队
附录 大脑发育vs身体发育
• • • • • ([收起](#))

[登天之梯_下载链接1](#)

标签

儿童心理

心理学

育儿

创伤认知

心理

心理治疗

教育

心理咨询要看的书

评论

“最有效的治疗手段就是人类的爱。” “除非你被人爱过，现在也有人爱你，否则你不会爱自己。爱的能力是无法独立建立起来的。”

读的第一本心理医学科普。被性侵、被忽略、在凶杀现场受过极端刺激的孩子们会有严重心理创伤，导致有各种反常的外在反应，科学的心理治疗能理解和纾解这些问题。里面的案例肯定在中国也比比皆是，但总是包装在「反社会人格」「奇葩」「智力低下」下面，无论治疗还是认知都差得太远了。

推荐家长们读。倒数第二章上升到了我们这个社会的问题，核心和《人类简史》很相似，就是在享受日新月异的科技带来的便利，我们距离“人”的本质越来越远。孩子需要的是时间和关注，在这个快节奏的世界越来越无法满足，反而得到的是“直觉”的惩罚（以为这样是“有效”的），于是乎更多的问题家长，更多的问题孩子，恶性循环。难以入眠，凌晨读完，数次落泪，孩子不是天使也不是恶魔，而是一面镜子。4hrs

每个案例都痛彻人心，虽然绝大部分都有比较好的结局，然而也不由得要去想，没有获得救助的孩子还有多少……

更加确定，在关爱中长大的孩子才更容易变成一个能散发爱的大人。希望养孩子的人可都长点心吧！

怎么没早点看到…终于不用看精神分析瞎忽悠了…从幼年时大脑的易被塑造讲起，这时期创伤造成大脑变化，导致性格异常。治疗方法是建立新的链接。里面有一点高亮下：相比真正遭受虐待的孩子，家庭关系普通的孩子若在治疗中被要求回忆分析痛苦经历，会造成新的创伤，导致抑郁。因为反复回忆可篡改记忆，尤其是在心理治疗师的暗示下。叹气……里面也讲到美国八十年代流行过的“原生家庭”论，导致了恶劣的后果。希望我国的自媒体们管住自己写文章的手，希望武志红早日退休。

作者写了差不多十来个案例，指儿童在幼儿时受到伤害后，对他们将来生活的影响是致命的，其程度远比人们想象的大的多。其中几个例子还说明，忽略幼儿给孩子的伤害也是终身的。这些案例以作者治疗的病人经历组成一个个故事，非常值得一读。

近期看过最有印象的育儿书。几乎所有创伤都可以追溯到最早的婴儿时期。看完这本再看西尔斯那本，就会觉得更容易理解及感同身受。虽然我一直对心理学并不是那么的喜欢，不喜欢那种冷冰冰的理论，但这本真的推荐

一本好书被书封埋没了（给设计师翻白眼）。因为今年的职业从技术型转型到管理型，有四五个月的时间我都很难过。觉得我这样一个标准的intj真的是很难在某一领域以外钻研，更别提什么圆融事故了。手下的团队成员也非常令我恼火，说什么都是一副get不到点的懵b模样。后来我开始与自己和解，开始懂得抚慰自己，开始知道这世上真的存在各种各样的脑壳和各种各样的思维方式。不强求才能得永生（围笑）。

之前总觉得抱着孩子摇来摇去很烦，没想到在婴儿成长过程中这一切如此重要。很多人物怪异到无法理解的性格也有了理由。孩童时期的创伤不能以孩子不懂事不了解为由搪塞过去。

对于创伤儿童来说，生命中最重要治疗体验并非来自治疗本身。我们应该将创伤以及我们对创伤的反应置于人际交往的背景中去理解。最关键的是要看创伤经历如何影响了他们的人际交往——他们如何面对自己深爱的人，如何面对自己和这个世界。他们呈现出最受创伤的反应之一就是人际联结的断裂。这在孩子身上表现得尤其明显。因此，想要从创伤中恢复过来，就一定和人际联结有关——重建信任，重获信心，回归安全和重新建立关爱。在治疗中，能够让治疗真正起作用的是与医师的交往，而不是医师的方法和话语。简言之，一个孩子拥有的健康关系越多，就越有可能从创伤中恢复过来，得以健康成长。而关系式改变的催化剂，最有效的治疗手段就是人类的爱，当然也需要时间和耐心。（读完非常有启发。尤其是作者最后在人类这个族群发展的高度去审视问题的时候。）

1社交非常重要，2应用依赖的大脑越用越强，3宠爱婴儿吧，4寻求他人的帮助吧，5翻译真的可以再好一点。

孩子所表现出的问题，实际是成人自己错误行为所导致的问题。很确定这本书我应该给满分，通过这本我能看到自己小时候的影子，儿时的经历能直接影响成年后的性格和行为习惯，以至于现在内心深处仍有儿童时留下的阴影挥之不去。
读登天之梯有感，比如说你想改变一种行为，举个例子，想改变对于孩子的严厉教育，体罚。你也知道不好，但是你不知道哪不好，会影响孩子的哪些地方，你想改变，但是你发现你做不到。读过阅读本书会发现，本书改变了你的认知，就是所谓的认知重构，你知道问题出在了哪里，你可以试着控制自己的行为，让自己更加理性一些。

一年前看书，看完总能写出一些感受，文字的，文气的。现在看完一本书，脑子里只一片空白。转过头眼睛看到孩子，幸而多读了一本书，他又减少了一种危险。但也是读了这么多本书，才知道，孩子的成长，有这么多危险。

19年43本：儿童心里创伤已经不是一个个案了，是一种普遍的社会问题。
身边的太多人都觉得孩子生下来自己自然就是父母了，殊不知孩子的成长需要每个家长不断的精进，不然孩子的心理创伤是不可避免的。
推荐所有的家长、幼儿教师、幼儿社会工作者都看看这本书，让每个人都意识到我们的孩子正在遭受什么。

超赞。把创伤及疗愈写得特别好。对儿童的关切和思考也非常好

“我们会一起活下去”

身教甚于言传

陈老师饭团推荐

书是好书，内容振荡人心，五星推荐。但是，这个版本本来只想吐槽一下封面设计太丑，但是读完发现翻译实在太烂，基本上像是机器直译，哦，说不定这么比喻都侮辱了现在的机器。

[登天之梯_下载链接1](#)

书评

从小到大我都在寻找可以解决自身问题的办法，我做过很多尝试，比如去运动，去旅游，去读书。我沉迷于心理学，希望在茫茫书海能找到问题的答案。很幸运，在这本书里，我找到了一个小小答案。我终于明白，为什么我比一般人要容易被激怒，要容易受刺激。这本书的...

如果你对于做妈妈首先应该做什么并不解的话，我会推荐先看这本书。相对于欣赏胎儿期成长图像，背诵婴儿吃喝拉撒基本程序，以及搜罗坐月子购物与瘦身清单这些事务而言，每一个妈妈首先需要准备的是对新生命的理解。
故事“长不大的孩子”告诉我们，妈妈用最先进的操作步骤按部...

对创伤后应激障碍的诊断也是在1980年才引入到精神病学中的。最初，人们认为该症状非常罕见，只有极少数士兵在经历过毁灭性的战争后，才会收到影响，但很快，那些被强暴的受害者，遭受自然灾害的受害人，以及经历过或是目睹过威胁生命的事件或是伤害的人，也开始描述出同样的症...

一直在犹豫要不要推荐这本书，因为里面的真实案例让人读得痛心读得震惊读到心碎，但又特别想和大家分享，因为她让人读得沉醉读得激动读得淋漓尽致醍醐灌顶。这本书英文版2007年出版，一度成为美国育儿论坛上的热门书籍，国内译为《登天之梯:一个儿童心理咨询师的诊疗笔记》，但...

这本书很多人推荐，但我因为副标题“一个儿童心理咨询师的诊疗笔记”而心存偏见，迟迟没有打开。这种以貌取人的毛病确实不好，这本书真的很值得推荐。
首先是作者的专业背景，说是儿童心理咨询师，但不是精神分析那一卦的，他是儿童创伤研究所资深医师，是真的接临床案例的货真...

这本书主要关于人，human，和人组成的社群。”人文关怀“感觉非常适合这本书，它呼唤我更多的注意到”人“的温暖而非自己和社会对于”刺激“的需求。缺乏对“人”的重视，不仅体现在书中的专家在帮助“问题儿童”的时候，更多的看到“疾病”而非“儿童”，也表现在部分由于现在...

一直在犹豫要不要推荐这本书，因为里面的真实案例让人读得痛心读得震惊读到心碎，但又特别想和大家分享，因为她让人读得沉醉读得激动读得淋漓尽致醍醐灌顶。
这本书英文版2007年出版，一度成为美国育儿论坛上的热门书籍，国内译为《登天之梯:一个儿童心理咨询师的诊疗笔记》，...

打开这本书，就放不下了，一口气读完。
书看起来不厚，但是字体太小，所以内容其实很多。由于合作者是一位记者，所以这本书学术严肃性与故事趣味性相得益彰，引人入胜，欲罢不能。
书中提及的案例，读来让人伤心；而作者在其间的表现，由最初的笨拙不知所措，到经验累积成熟应...

这本书的英文译名是，THE BOY WHO WAS RAISED AS A DOG。选自里面的一篇叫《像狗一样被养大的男孩》（译名）。我觉得书名的翻译挺奇怪的，为什么叫《登天之梯》，虽然这也是书里的一篇，但有种故弄玄虚的感觉，毕竟

外文选的也不是这篇呀。所以我觉得，这本书的翻译，取《像狗一...

1 蒂娜的世界

多数作用于精神的药物就像可以复制的钥匙一样，能通过特定的神经传送体来打开门锁、骗过大脑，令其打开或关闭房门。

注意力不集中和冲动的问题可能源于压力反应神经系统组织的改变，这样的改变本来可以帮助人应对虐待，但后来环境发生改变，就不能适应环境。 记忆...

开始是被豆瓣9.6的评分吸引，读完这本书却是艰难的过程。划线的这段话，让我想起刚教书时的一天课间，班上一个男孩突然大叫：“鬼来了！丑八怪！”，边叫边在教室跑，其他孩子随即发出怪叫声。孩子们和我都看向教室门口，班上一个女孩站在那里，可能因为生病，脸肿着，她贴着门...

The boy who was raised as a

boy一本以为没有怎么做笔记的书，最后发现划了大段大段的话...

这本书被译为通天之梯，为什么要这么译呢？？？？直译意译感觉都不正确啊。书名是一个章节的题目而已，案列中的那个男孩给了该Dr.很大的希望，看到孩子的愈合和发展能力。但是怎么又是...

蒂娜的世界 分析家们经常把诊疗迟到的行为解读为“抗拒”改变的信号。

早期体验异于常人，会形成“记忆模板”，对世界的预期就有可能导致行为上出现障碍。 为你好

由于控制与适应，缺乏控制与敏感之间所具有的联系，要使受害者从创伤中恢复的话，就需要让其回归到可预见和安全...

You’ ll be surprised at how many schoolteachers are ignorant of trauma and how it can alter young children’ s perception of the exterior world and place tremendous restraint on how they present themselves, interact with others, love and learn new informatio...

[登天之梯_下载链接1_](#)