

我们内心的冲突



[我们内心的冲突_下载链接1](#)

著者:[美] 卡伦·霍尼

出版者:译林出版社

出版时间:2016-6

装帧:精装

isbn:9787544762458

作者介绍:

卡伦·霍妮 (Karen Danielsen Horney)

往往被认为是个弗洛伊德学说的修正者或新弗洛伊德派，因为她的一些概念都是精心之作，又是对弗洛伊德学说的修正。德裔美国心理学家和精神病学家，新弗洛伊德主义的主要代表人物，霍妮是社会心理学的最早的倡导者之一，她相信用社会心理学说明人格的发展比弗洛伊德的性概念更适当。

虽然霍妮被称为“新弗洛伊德主义”的代表人物之一，但她的观点与弗洛伊德有着显著的不同。

霍妮反对“幼年经验决定一生”的理念，对于当代精神分析中过度强调早年经历的做法持批判态度。她认为，经历本身固然重要，但精神分析更应立足个体当前的精神状况，重视当前问题的解决。

霍妮的观点与社会心理学一致。她同意弗洛伊德关于无意识冲动决定人的行为的论点，但坚决反对弗洛伊德把无意识的冲动理解成是性本能的冲动、用原始性欲发展阶段的进展来解释人格的形成的观念。她认为，人类的精神冲突与社会环境的联系密切，从根本上来源于与基本焦虑相关的心理冲突，而与性有关的异常心理只是其表现之一，并非所有的心理问题都与性有关。

目录: 译者序 001

前言 001
序言 001
第一部分 神经症的冲突和解决的尝试
第一章 强烈的神经症冲突
第二章 基本的冲突
第三章 亲近人
第四章 对抗人
第五章 回避人
第六章 理想化意象
第七章 外化作用
第八章 假和谐的辅助手段
第二部分 未解决的冲突的结果
第九章 恐惧
第十章 人格衰竭
第十一章 绝望
第十二章 虐待狂趋势
结论 神经症冲突的解决
• • • • • ([收起](#))

[我们内心的冲突_下载链接1_](#)

标签

心理学

卡伦·霍尼

精神分析

美国

神经症

自救指南

心理

卡伦霍妮

评论

心理交集太少，读起来味同嚼蜡

是可以用于自我分析和自助的理论，读到一半的时候有点怀疑，为什么一定要消除差异，要治疗所谓性格缺陷，要把活在精神世界的人拉回现实，用道德标准去评价一切，以及为什么所有努力只为追求现世“幸福”……但是过得更好总是没错的吧嗯。

- -讀書有三種姿態:平視、仰視和俯視。我也很久沒遇到一本能讓我仰視的書了。每個詞都使用精準，每一句確鑿道理。只能認同，難以辯駁。真是相逢恨晚……

人性复杂而趣味无穷。人们为了粉饰自己内心的冲突而进行自我疏离、建立起理想化意向，即便深受其害也不愿或从不知晓去看一看、听一听真正的自己。人们为了逃避痛苦而陷入更大的痛苦之中。作者数次提起弗洛姆，也想起弗洛姆的《逃避自由》，归根结底永远在认识你自己。顺便查了查卡伦霍妮与弗洛姆的八卦，以及俩人对虐待狂的解释根本就是在两个范畴内嘛，弗洛姆的阐述更像是SM关系……

在诸多分析中找到自己的影子…原来的茫然无措会变得渐渐清晰。知道要怎么去做，把生活里的一些问题加减乘除，最终回归到一个更好的状态。分析自己了解自己理解自己喜欢自己…这世界和人和自己是复杂但是主动的结果总归是要好于视而不见…

卡伦霍尼这几本都写得太好了，系统化又准确，所有的症状都被清晰地表述出来，句句扎心。

看见好评，所以拿来看，都不知道自己怎么看完的。每章都那么长，前面简直看不下去，后面慢慢可以阅读。但是那么多专业的词组、术语，堪比写一本书。同事玩笑说，要看这类书，要有神经病在先，但至少有这样专业背景阅读更好，或者说更有用处。现实中不是很多人面临这样内心的冲突，却无法解决嘛？

理智，洞见以及建设性

講至人內心的衝突，全書行文較為通俗易懂，舉例子也更易得到不少認同，也從中看到了些許自己行為的影子。雖然最後的解決方法依舊歸結於看醫生等，但現象上的描述方式給這本書加分不少。

理论上的论述比较多 理解起来有点费劲

有的地方自我代入非常多简直要跪下，但我承认大部分一知半解，脑子里还是没有太透彻的框架，此书还是太专业了，非民间心理学。发现李雪讲的一些东西来自于此书，之前理解的虚假自体原来就是僵化的自我完美意向，这个收获还蛮大的。有时间可以再看一遍。

适合神经症人自己读，还好卡伦·霍尼是积极乐观的，说咱还是有救的。“生活本身仍然是一个有力的治疗者，一个人的大量体验足以造成人格的改变。”

很容易对号入座的书呀，反思失衡状态，坠入深渊。全书最治愈的话：“我们周围找不到什么人格整合、意志统一的人来使自己的分裂散乱状态相信见绌。”

一部值得反复品读的经典著作，翻译的非常好，力荐。

依然对理论存疑，但本书可以作为回答“一切都是童年的错么”的一种答案。作者层层递进的阐释了内心冲突的升级演变及运转机制，说明冲突自身也是发展变化的，对人格结构的分析使病症的来路有迹可循。比《我们时代的神经症人格》更细腻的给出了病人画像，读起来有点见自己、见众生的感觉。挺好。

一种自救？“自救”这个词常常出现在心里，我也不知道对不对但总得做点什么吧。感谢生活。（这本书读起来不容易，几度想放弃了。）

这本可以说是天蝎之书，以及，这个时候的霍妮，还没有跟弗洛姆交恶。

精分真的和我八字不合。这种充满歧视和偏见的东西真是可怕。

翻译一般。

自救指南。

[我们内心的冲突_下载链接1](#)

书评

认识你自己

——“不仅仅只是儿童才具有可塑性，所有的人都具有改变自己的能力，甚至是脱胎换骨的改变。”

当我选择翻阅卡伦霍妮的《我们的内心冲突》时，其实自己内心也正在经历冲突的折磨。马上就要期末考试了，我是选择去自...

大家好，打扰大家看书评啦，见谅。我的这篇书评被由长江文艺出版社出版的《我们内心的冲突》抄袭了，希望大家帮我给（[<https://book.douban.com/review/8454038/>]）这个书评点赞置顶。另外，诚征豆瓣和微博红人发帖，广而告之。有偿的，请尽情的私信我。 -----...

看过这本书后，从前许多不明白的事情变得清晰而明了。因为那些事情而痛苦的情绪飞回湮灭。她的理论应用性很强，既有深度又有广度，非常实用。当然，前提是你要有耐心，好好的阅读和研究，结合自己生活中的实例去分析。绝对的终身受用。
“自我疏离的人是走极端的，常把对荣...

好了，[<https://book.douban.com/review/5440391/>]这是我给译林出版社的《我们内心

的冲突》写的书评。直到有一天打开长江文艺出版社的这本书的扉页，发现前面的内容怎么这么眼熟（见图1和图2），一看才发现那是我写的啊，但是从来没有有人在出版前征求过我的同意，因为我并不想...

我是高中才开始读书的，之前只是看看漫画之类而已。正是因为头脑没见过什么世面，所以很容易让一些未经审慎的思想在其中生根发芽，根深蒂固。高一时，学习成绩年级垫底，那是叛逆时期的思想，觉得一切规范，一切人都是和我对立的。然而，当有人公开对你进行鄙视...

几乎我们所有人都有不同程度的内心冲突，无论你是否意识到这一点，它都是确凿无疑地存在着。有时，我们感到很不自由，可能和这种内心冲突有关。比如，我们想成为道德高尚的人，却难以抵制本能欲望的贪婪；又比如，我们明明很爱一个人，却非要假装很不在意他，或者使劲和他作对...

有的人野心勃勃（aggressive），有的人千依百顺(compliant)，有的人离群索居(isolate d)。他们分别假以掌控（mastery）、爱(love)和自由(freedom)之名，竭力避免内心冲突。这样的冲突发生在理想的自我，真实的自我和实际的自我中间。野心勃勃的人，追求荣光，无法面对温情， ...

曾几何时，我深陷于鲸腹一般的地铁中，恼其糟糕的阅读环境，加之不想盯着手机，于是选择放空，偷偷观察四周。他们是怎样的一群人？无论是醒着的或睡着的，都是沉浸在自己的世界之中。醒着的人往往扎进手机屏幕，通过各种精彩纷呈的APP 来暂时忘却身处逼仄、人味浓郁的车...

果麦的张晨先生邀我翻译霍妮的《我们内心的冲突》时，我的内心其实也是蛮冲突的。一方面，我手头还有两部尚未完成的译稿——一本是[《爱的先知：弗洛姆传》]，一本是[《成为我自己：欧文·亚隆回忆录》]，要再接下这份活儿，只能继续缩减自己的睡眠时间了；但另一方面，卡伦...

人内心价值观、需求（应该理解为根源性的）的冲突是普遍存在的，但是人自己一般意识不到。即使意识到了他也难以决断。（我认为个体自由与寻求社会认同这两个需求是人内心的一个根源性的冲突。）
后面关于由此导致“神经症”的具体论述感觉比较混乱，有些细节我认为是不正确的。
...

在我们这个时代，“认识你自己”已经成了一种口号，但是具体实施起来，却往往浮于表面。市面上充斥的心理自助和成功学书籍，更多关注的是励志和人际交往技巧，并没有真正向内挖掘。而您手上的这本书，对内心世界做了勇敢而详尽的探索，当您阅读这本书的时候，一定会从中找到自...

容易引起骂战的最根本的原因，在于很多人无法划清“我”的界限。
“我”和“我的”这两个词汇的意义显然是不同的。然而很多人却把两者混淆，认为“我的”等于“我”，具体来讲，就是误认为“我的思想，我的言行，我的财产，我的交际圈，都是我的一部分，我的延伸。”所以，捍...

这本书我今天下午才开始读，读完以后就立刻读完了第二遍。我深深的感觉霍妮写的许多想法就是我内心真实的想法。说是知音真的不为过了，同时现实也是如此的血淋淋，我要鼓起勇气去面对，更要有毅力去改变。
至今我的人格里面属于屈从人和孤独人。都是为了能够解决自己内心的冲...

相比较《我们时代的神经症》，霍妮的这本更成熟，算是代表作，但尚不如霍妮的《自我的挣扎》。相比较同时代的弗洛姆，霍妮的哲学思考比较单薄，不同于弗洛姆会寻根于诸如“异化”这样的概念（受惠于法兰克福学派的批判意识），霍妮的书很少涉及哲学概念，尽管偶有应用尼采和克...

首先，我要申明：有冲突并非就是患了神经症。生活中总有我们的兴趣、信念与周围人发生冲撞的时刻。所以，正像在我们与环境之间经常发生这类冲突一样，我们内心的冲突也是生命不可或缺的组成部分。
动物的行为主要取决于其本能。他们交配、育雏、觅食、防卫等都是在不...

《最浪费生命的是什么？我们内心的冲突。》
读完这本书，我印象最深的一句话是，内心的冲突造成了我们生命力的极大损耗。如果不正视这个问题，很多时候我们就是在浪费生命。而只有我们的内心变得自由和独立，我们才有能力去实现那些我们真正想去做的事。 01 内心的冲突，浪费了...

[我们内心的冲突_下载链接1](#)