

心理治疗师的N个忠告



[心理治疗师的N个忠告_下载链接1](#)

著者:马宁祥

出版者:宁波出版社

出版时间:2008-11

装帧:平装

isbn:9787807431497

《心理治疗师的N个忠告》主要内容：人类发展到今天，越来越意识到心身的统一，生命历程告诉我们人与其他动物的区别是什么，人的心理活动、人的光辉灿烂的智慧背后隐藏着巨大的压力与冲突，有时候表现为痛苦、焦虑、烦恼、愤怒、忧郁。实际上，我们一出生时已经有压力存在，父母寄托新生儿无限的希望，这种希望可能是父母将自己未能达成的人生目标交给子女，此时此刻。因为新生儿一点儿都不知道，所以对其本人来说不形成心理压力。这说明，当来自外界压力的信息没有被个体感知。信息没有传递到个体的大脑时就不对其形成心理压力。孩子慢慢地长大了，耳朵、眼睛、嘴巴、皮肤开始对刺激产生反应，随着大脑的逐渐发育，对声、光、冷、热能分别作出不同的反应，并且对听到的声音、看到的东西能作出情绪和动作反应，可以是恐惧的、快乐的、紧张的。

脑发育过程是低级向高级、简单向复杂的发展过程。大脑发育成熟形成心理的一般过程，即认知、情感、行为。人，从动物化到社会化、由低级向高级进化的过程中，无不体现人脑的完美功能。我们要了解、研究自己现在已经有了好办法——心理学。

但是，心理学仅仅从理论到理论不是它的本来面目。西方探索和研究心理学，从古代开始，历经中世纪、文艺复兴到19世纪中叶，都是在一种无明确的研究目的、研究目标、研究思想和研究方法的混沌状态下自发地或不自觉地进行，夹杂在对哲学和神学的研究中。心理学的内容融汇或包括在哲学和神学的体系中，心理学家是由哲学家、神学家、医学家或其他科学家兼任的，心理学的方法也主要是思辩的方法。亚里士多德的《灵魂论》，可以说是世界上的第一部心理学专著。

心理学的真正历史，是从1879年冯特在德国莱比锡大学建立世界上第一个心理实验室才开始的。

作者介绍:

马宁祥

宁波康宁医院副主任医师，毕业于哈尔滨医科大学，中国心理学会首批注册心理督导师（2007-2009年），宁波市心理卫生协会心理咨询师专业委员会副主任委员，宁波高校心理咨询协会心理咨询与危机干预专业委员会主任委员，宁波师范学院兼职教授。曾经参加卫生部第六届精神科医师高级进修班，上海第二医科大学瑞金医院内科高级函授，德国德中心理治疗研究院中德高级心理治疗师连续培训项目（行为治疗及催眠治疗）（2000-2004年），先后在南京师范大学、北京大学接受弗洛伊德、荣格分析心理治疗培训。在国家、省、市级专业报纸杂志上发表过文章20余篇，其中学术论文《神经症贪食症一例》被美国科尔比科学文化情报中心评选为医药学优秀论文，并推荐进入全球信息网络；医学心理科普文章《阴影》获《精神卫生通讯》优秀文章三等奖。编著有《心理疾病的治疗与自疗》，并参编了《精神疾病防治三百问》，已由宁波出版社出版。

目录:

[心理治疗师的N个忠告 下载链接1](#)

标签

心理学

心理

导师

评论

我们能够受孕，出生，并且没有严重的疾病困扰已经是万幸，可惜依旧有人想不通，依旧受到自己的摧残，这是何苦呢

[心理治疗师的N个忠告_下载链接1](#)

书评

[心理治疗师的N个忠告_下载链接1](#)