

画心：绘画心理治疗师的心灵透视课



[画心：绘画心理治疗师的心灵透视课_下载链接1](#)

著者:韦志中

出版者:台海出版社

出版时间:2019-3

装帧:

isbn:9787516822807

作者介绍:

目录:

[画心：绘画心理治疗师的心灵透视课_下载链接1](#)

标签

心理治愈

期待了很久的一本书

好书，值得一读

图书馆

2020

评论

【最好的技术，是自己的心】其实是第一次读系统的绘画治疗方面的书，回想整个过程就像一点点剥开一颗山竹，白净又清甜的果肉让人想再吃一口（我这什么鬼比喻）。

这个书通俗易懂，有故事有解析，对学习心理学有一定用处

心理疗愈技法有很多，这本书分享的都是借助于绘画的艺术疗法，10种方法各有侧重，难得的是有老师的解析案例，属于应用实操比较有效的指导。然而，作者也多次提到，技术固然重要，比技术更重要的是人本身。我手画我心，心在最中央。

作者将绘画心理治疗分为两个方向:一是心理分析背景下的绘画心理治疗;二是艺术表达背景下的绘画心理治疗。在本书中作者结合亲身实践案例，讲述了绘画心理治疗的众多技法，如心情画，九宫格，风景构成法，此时此地，粘贴画等等，通俗易懂，但作者并没有单纯地仅仅传授技法，而是授人以鱼的同时更注重授人以渔，强调要加强对技法背后的规律、方法的理解与吸收应用。读此书时也与自己做了一次对话，提升了对自己的认识，也学会了理解与接纳自己，并愿意尝试理解包容接纳他人，受益匪浅，给了自己内心所遇到的一些疑虑一个很好的解答，非常感谢作者。

[画心：绘画心理治疗师的心灵透视课 下载链接1](#)

书评

[画心：绘画心理治疗师的心灵透视课 下载链接1](#)