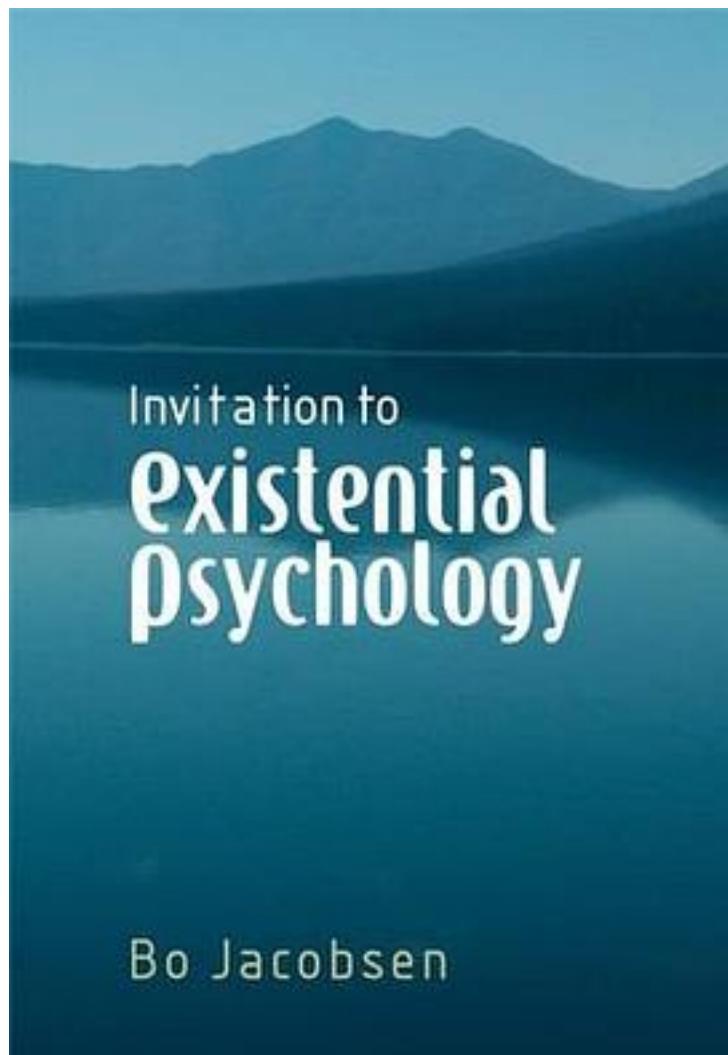


# Invitation to Existential Psychology



[Invitation to Existential Psychology 下载链接1](#)

著者:Jacobsen, Bo

出版者:

出版时间:2008-3

装帧:

isbn:9780470028988

Existential psychology examines how people deal with the biggest issues - such as finding meaning in life and facing death. It deals with many of the same problems as psychoanalysis and analytical psychology, but emphasises the view that one can understand the life of another by listening to their way of seeing existence and opening up their ‘phenomenal world’. As a therapeutic approach it is recognised by the British Psychological Society and taught on a number of courses. This introductory text discusses all the main contemporary theories of existential psychology, and illustrates them with case examples. Practical implications for clinical work are considered, and comparisons with other approaches such as humanistic psychotherapy are made throughout.

作者介绍:

博·雅各布森 (Bo

Jacobsen) , 哥本哈根大学社会学系存在主义和社会学研究中心的教授。他的研究领域是存在主义心理学。他拥有两个博士学位，并负责几个关于心理学和存在议题的研究项目，如关于癌症患者的心理问题和存在反思的一个密集性质性研究。他也是一位执业心理学家、存在主义心理治疗师和督导。他写了大量关于心理学和存在议题的文章和书籍，这些作品深刻而迷人。他在伦敦和整个欧陆都做过存在主义心理学和心理治疗的演讲。他的使命是发展心理学和心理治疗的人性和存在的维度。他打算以此来激发人类变得更为率真并相互帮助。

目录: 目录

作者简介

前言

第1章：存在主义心理学是什么？

存在主义心理学

真实的人和现象学的作用

心理学能够关切生活本身吗？

三个基本的生活概念：生活感受、生活勇气和生命能量

人生大问题

本真地生活意味着什么？

什么使存在主义心理学与众不同？

第2章：幸福与受苦

幸福和痛苦的概念

主流社会学和心理学中的幸福

人本主义心理学中的幸福

什么是痛苦？

处理痛苦的四种方法

存在主义概念中的幸福

幸福在治疗中的角色

第3章：爱与孤独

什么是爱？

爱的种类

爱所有的人是可能的吗？

孤独在人类生活中的角色

人类能够学习忍受孤独吗？

个人发展和社会联结能够共同发展吗？

爱作为一种文化和社会现象

帮助来访者处理爱和孤独的问题

第4章：逆境与成功：危机在人类发展中的角色

什么是危机，什么是创伤？

危机和治疗：三个其他学派

关于危机的存在主义理论

一次危机的三个方面

我该如何经受一次危机？

危机是否是合乎需要的？

第5章：死亡焦虑与生命承诺

接近个人自己的死亡

死亡焦虑的三种理论

接触死亡带来的效果

我能够如何帮助临终者？

与死亡的平静关系是怎样的？

第6章：自由选择与你人生现实的义务

我们如何做重要的人生决定？

有关决策的理论

你的决定如何影响你作为自己的方式？

当我们不能自由选择时，我们做什么？

你现在的生活是由外在因素决定的吗？

你能够掌管你现在的生活吗？

第7章：在混乱的世界中寻找生活的意义

生活目标、生活意义和生活价值观

人们有什么样的生活目标和意义？

在生活的历程中，目标和意义会改变吗？

生活价值观、跨文化视角和全球化的世界

依据你的生活价值观重新定向你的生活

在混乱的世界中走向有意义的生活

附录A：存在主义著作者及其主要著作

附录B：存在主义治疗和咨询

参考书目

索引

· · · · · (收起)

[Invitation to Existential Psychology](#) [下载链接1](#)

## 标签

心理学

存在主义

English

## 评论

---

[Invitation to Existential Psychology](#) [下载链接1](#)

## 书评

本书是一个邀请，邀请人们以存在心理学的视角来探索人类的丰富性和深度。心理学绝不仅仅是为了诊断心理疾病；心理学也必要给人们展示一种可能性——他们可以建立一种更丰富的存在、达成一种更具生机的生活、勇于与风险相遇、接近幸福和爱的状态以及接纳他们生活中的好与坏。存...

---

[Invitation to Existential Psychology](#) [下载链接1](#)