第一图书网, tushu007.com

<<悟践疗法>>

图书基本信息

书名：<<悟践疗法>>

13位ISBN编号：9787117127233

10位ISBN编号：7117127236

出版时间：2010-5

出版时间：人民卫生出版社

作者：彭旭 编

页数：265

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

前言

从现代心理治疗诞生至今，已经有一百余年的历史了。
百余年的发展，使世界上心理治疗的方法成百上千。
今天，心理治疗已经到了百花齐放、百家争鸣的时代。
放眼当今世界心理治疗，整合化、本土化的发展趋势显而易见。
越来越多的心理学家开始对东方传统文化感兴趣，纷纷从中借鉴思路和技巧，汲取智慧和灵感，创造出许多带有明显东方文化色彩的治疗方法。
这方面的工作可追溯到诸如荣格等早期心理学家和治疗师。
东方传统文化在心理治疗方面的独特魅力日益呈现在世人面前。
同时，中国心理治疗尚处于发展阶段，实践中所暴露的种种问题，如心理治疗师和咨询师的“救星情结”、“职业枯竭”等，既严重危害从业者个人的身心健康，也阻碍整个中国心理卫生事业的健康发展。
解决实际问题，迫切需要的是正确的理论指导。
“取乎其上，得乎其中；取乎其中，得乎其下；取乎其下，则无所得。
”理论的高度决定了其解决问题的效度。
在一脉相承、博大精深的中国传统文化中挖掘资源，结合当今国情，摸索适合中国人的心理治疗方法，成为心理治疗在中国发展的关键性问题。
多年来，中国心理学家为心理治疗的中国化做出了不懈的努力。

第一图书网, tushu007.com

<<悟践疗法>>

内容概要

本书是悟践疗法的第一部单行本专著，主要从发展历史、基础理论、基本技能和实践技能四个方面对悟践疗法作整体的介绍，力图理论联系实际，使读者对悟践疗法有一个全面的了解。
它既是《心理治疗系列丛书》的一个分册，也可以作为相对独立的一本心理治疗和心理咨询的教材，更是一本提高每个人自身素养和整体健康水平的指导手册。
它既可以对解读悟践疗法的人性主义理论和整体健康模式理论提供帮助，也可以为在临床心理治疗和心理咨询中实践悟践疗法提供指导。
它既可以作为专业人士的参考资料，也可以作为心理学爱好者及普通人士的科普读物。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

彭旭，男，1975年7月生于北京。

先后毕业于解放军第二军医大学临床医学系和北京大学心理系，获医学学士和理学学士学位。
中国科学院心理研究所医学心理学方向硕士研究生课程班结业。

1994年参加工作，开始了从医生涯。

曾在军旅中服役10年，从事军医和全科医生、外科医生工作。

现执业于北京回龙观医院临床心理科。
精神科主治医师、心理治疗师职称。
多年从事针对各种心理问题、心理困扰和心理障碍的心理咨询和治疗，以及精神病的临床治疗工作。
在临床工作的同时，亦承担一定的科研和教学工作。

2001年起，师从当代中国医学心理学奠基人之一——李心天教授。
在李老师的指导下，学习、整理并继承了悟践疗法。

第一图书网, tushu007.com

<<悟践疗法>>

书籍目录

第一篇 导论 第一章 悟践疗法的基本概念和学习方法 第一节 基本概念 第二节 如何学习悟践疗法 【专栏1】悟践疗法创始人：李心天 第二章 悟践疗法产生的背景 第一节 现代医学心理学的发展 第二节 中国传统医学心理学思想 第三节 中国的医学心理学队伍 【专栏2】中国现代医学心理学奠基人：丁瓒 【专栏3】开展我国医学心理学的工作 第四节 心理治疗的中国化 【专栏4】我们必须坚持学习苏联 第三章 悟践疗法的发展历史 第一节 神经衰弱的综合快速治疗 第二节 慢病快治运动 第三节 悟践疗法的成型第二篇 基础理论 第四章 人性主义理论 第一节 郭念锋的人性主义心理学观点 【专栏5】人性心理学在心理咨询和心理治疗中的观点 第二节 人性主义哲学观 第三节 人性的三种属性 第四节 个性的三种素质 第五章 整体健康模式 第一节 健康的概念 第二节 整体健康模式 第六章 悟践疗法理论简评 第一节 理论发展的历史简评 第二节 与其他心理学理论的比较 第三节 对传统的继承与优越性第三篇 基本技能 第七章 悟践疗法的“悟” 第一节 悟的准备：学习 第二节 悟的过程：超越 第三节 悟的效验：自由 第八章 悟践疗法的“践” 第一节 践的开始：放松 第二节 践的持续：呼吸 第三节 践的应用：咨询 第九章 悟践疗法的自我成长 第一节 悟践疗法的自我概念 第二节 自我成长的七个方面第四篇 实践技能 第十章 诊断评估 第一节 评估原则 第二节 评估内容 第三节 评估案例 第十一章 治疗方案 第一节 治疗原则 第二节 治疗内容 第三节 康复组织 【专栏6】整体健康沙龙 第十二章 临床案例 第一节 门诊案例 第二节 住院案例主要参考文献

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

插图：可以找到老子思想的源头。
在今天的心理治疗和治疗师自我成长中，这种优秀思想仍然发挥着不可替代的作用。
性格的刚强往往成为心理障碍的原因，而由刚强到柔和、由固着到灵活，实际上是一个自由的解脱过程。
这种柔和、放松的学习态度是至关重要的。
三、学习原则原则的意义如同纲领，“纲”为渔网的主线，“领”则是衣服最高之处。
把握原则可比喻为“提纲挈领”，纲举目张，领提衣顺，这是顺其自然的过程。
为了使悟践疗法的学习更有效，有必要掌握一些基本的学习原则。
把握住这些原则之后，学习将变得更加轻松、顺利。
同样，这些原则也可以贯穿心理治疗师的整个职业生涯，使之在工作实践中不断获得健康、快乐。
（一）坚持唯物辩证法科学心理学的诞生意味着它和哲学母体的分离，但包括冯特在内的很多心理学家对自己持何种世界观仍十分模糊，甚至终其一生不知何为。
学习悟践疗法从开始就要树立辩证唯物主义的科学观点。
这一方面要避免主观臆断、故弄玄虚，一方面也要避免机械唯物论。
心理学一度被诬蔑成为唯心主义而遭到不公正的对待，生物医学模式下医生曾经把人当成机器来维修，这都是没有科学的唯物辩证法作指导的结果。
唯物辩证法是科学心理学的灵魂，也是学习悟践疗法应坚持的基本原则。
【例4】苏格拉底大智若愚相传，古希腊哲学家苏格拉底（Socrates，公元前470年－公元前399年）“是世上最聪明的人”。
这是他的朋友凯勒丰在德尔斐神庙得到的神谕。
而当凯勒丰告诉苏格拉底这一神谕后，苏格拉底却莫名其妙，因为他不但从来没说过自己有智慧、聪明，而且一向谦虚地以“无知”自居，怎么会成为最聪明的人呢？

第一图书网, tushu007.com

<<悟践疗法>>

编辑推荐

《悟践疗法》：心理治疗系列丛书。

第一图书网, tushu007.com

<<悟践疗法>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com