

<<压抑的女性>>

图书基本信息

书名：<<压抑的女性>>

13位ISBN编号：9787501927173

10位ISBN编号：7501927170

出版时间：2000-01-01

出版时间：中国轻工业出版社

作者：（美）Dana Crowley Jack

译者：朱怀江等

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>

<<压抑的女性>>

内容概要

现代社会的女性面临着前所未有的精神压力。

精彩的女人不仅要拥有外在形象的美感还应该努力塑造出完美的心理品质。

那么，当你感到困惑、忧虑、恐惧、孤独、压抑、失望、悲伤...时你该如何摆脱心理困境重塑和谐的心理空间？

《压抑的女性》是一本分析现代女性心理问题及其治疗方法的大众普及性心理学读物。

作者以一种动态的眼光审视了女性自身的心理问题；从分析女性抑郁症的成因入手，独创性地对女性抑郁症的心理障碍、丧失自我的病理因素以及女性如何重新发现自我、克服抑郁等一系列问题做了详尽的阐述，其活泼、独到、睿智的解说力图让女性读者学会用另一种眼光审视自我，认识生活。

同时，本书提供给女性朋友有效改善情绪、全面塑造自我情感的切实可行的指导和建议，以一种明确的行动方案。

帮助处于抑郁困境中的朋友们迅速摆脱心灵的困顿。

本书力图向读者传递这样一种理念：改善心灵摆脱抑郁您也能做一个精彩的女人！

<<压抑的女性>>

书籍目录

第一章 做好准备去倾听

自我的观点

女性的心理

依赖性的障碍

抑郁女性的指导作用

本章注解

第二章 自我的丧失

声音的丧失

关系的形式

本章注解

第三章 两性亲密关系中的自我形象

游戏

合二为一

帮助的愿望

帮助的方法

取悦的重要性

历史文化的影响

本章注解

第四章 女性抑郁症中的道德问题

好的宾我

抑郁症的内心对话

在内心对话中的文化规则

他我”的发展

对亲密观念的量度

本章注解

第五章 克制自我

被动要求的行动

愤怒

学习自我沉默

压制创造力

分裂的自我

本章注解

第六章 对话中的自我：摆脱抑郁

本章注解

附录A：对女性抑郁患者的追踪研究。

附录B：自我克制量表

参考文献

致谢

<<压抑的女性>>

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>