

<<郁闷>>

图书基本信息

书名：<<郁闷>>

13位ISBN编号：9787508045870

10位ISBN编号：7508045874

出版时间：2008-3

出版时间：华夏出版社

作者：雷明

页数：256

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>

<<郁闷>>

内容概要

本书所有内容均取材于雷明心理咨询中的真实案例，几乎涵盖了每一个现代人都能碰触到的郁闷心结，看心理专家和当事人如何共同探索，重获心灵平衡。

<<郁闷>>

作者简介

雷明，近来国内专业功力深厚并极具活力的心理专家，以视野开阔、思维敏捷、严谨务实著称。中央电视台《半边天》常驻心理专家；《时尚》杂志集团等诸多媒体心理专栏特约专家；多家媒体撰稿心理专家。

他积累了大量的咨询经验和成功案例。
北京晨晖心理咨询公司法人。

书籍目录

张越序自序阴阳界小丑鱼VIP “北漂” PK “海归” 英格兰来电交际花PT漫步者三人舞梦魔大师的门徒
把玩激素

<<郁闷>>

章节摘录

阴阳界1 “铃……铃……” “喂？”

” “陈主任，总经理请您在中午之前赶到中关村分公司，那边的客服系统出了故障。

” “知道了，我这就出发。

” 陈篔挂上电话，不禁一肚子牢骚，今天似乎所有的事都不顺。

早上一出门，自己的车就莫名其妙在路上连续熄火。

好不容易对付着把车开到了公司，给修理厂打电话，却被告知明天才能派修理工过来修。

本来还惦记着早点下班去探望寡居的母亲，偏偏又摊上这么个临时的差使，看来今天是不是要加班都不一定了。

“还得挤公交！”

Shif！

” 悻悻地收拾起进行系统维护必需的工具软件，陈篔走出了公司的大厦……为了保暖，冬天的公交车通常都车窗紧闭，这就让车内更像一个塞满了人肉和羽绒制品的罐头，拥挤而憋闷。

陈篔挤过层层叠叠的肉屏风，终于爬上了二层车厢。

这里的人相对要少，因为北京的马路照例是拥堵的，没几个人愿意在上面像煤球一样被摇来摇去。

不过陈篔倒觉得，这总比在口臭泛滥的人堆儿里要舒服点儿，反正路还远，平时也难得有时间摇摇晃晃地发会儿呆。

“嗯！”

视野不错。

也许我可以把窗户开点儿缝儿，透透气……这辆捷达怎么这么‘面’，肯定是新司机，这车开得真够‘肉’的……啧啧！

那个穿长筒靴的女人身材真棒，等超过她得看看正脸儿靓不靓……唉！

斗鸡眼儿，真对不起观众……咦？

怎么连人家眼睛都看这么清楚？

离她这么近……违章了，这巴士司机没上三环主路，贴着马路边儿开呢！

……公交违章，呵呵！

警察也不敢管吧？

乘客一人一口吐沫都让他下不来台……等一下，好像有点儿不对劲，可到底哪儿不对呢？

……糟糕！

这是双层大巴！

怎么走三环辅路？

这司机吃错药了吧？

……不好！

” “不好”这两个字，是那天陈篔最后的理性思维记忆。

因为当他猛地醒悟过来，疯了一样回头想做点儿什么的时候，一切都晚了……他几乎是眼睁睁地看着，自己所在的大巴二层车厢狠狠撞上了北京西三环南路上的莲花立交桥桥体。

遗憾的是，那桥体是钢筋混凝土的！

随着一声巨响，高速行驶中的大巴二层车厢就像包巧克力的锡箔那样被轻易撕裂。

“啊！”

” 地大叫了一声，陈篔转身刚想卧倒，就感到自己的后脑被一件尖锐的东西重重敲了一下，眼前随即一片黑暗。

“快停车！”

” 售票员在喊……“血！”

打120！

” 乘客在惊叫……“咣当！”

！

<<郁闷>>

！
！
！
！
！
！

乒！

”有人被撞倒……“哗啦啦！

”玻璃碎裂的声音……“啊……”嘈杂……“呜……呜……妈妈！

”那天，陈篔最后一个感性记忆是个小女孩儿稚嫩的哭叫，不过陈篔觉得那声音离自己好远，越来越远……【媒体新闻稿引用】：某新闻网北京2003年1月30日讯：日前，北京市丰台区人民法院受理一起公交双层客车顶部不慎与立交桥相撞，造成一死九伤的重大交通肇事案。

检察院指控，2002年11月3日10时15分许，被告人某某驾驶车号为京A95718的“长江”牌特×路大型双层客车，由南向北行驶至丰台区西三环六里桥北里莲花桥附近时，未入三环主路正常行驶，而是沿三环东辅路继续向前，致使超高双层大客车顶部与莲花桥相撞，当场发生重大交通事故。

车内乘客一人死亡，九人受伤，后果严重。

后经交通事故责任认定，某某应对该事故负全部责任。

检察院认为，被告人某某违反交通运输管理法规，发生重大交通事故，造成一人死亡九人受伤的严重后果，其行为触犯了《中华人民共和国刑法》的有关规定，构成交通肇事罪，应予处罚。

Z：陈先生，您好像有点不太自然？

陈篔：我不知道该不该和你说。

因为我不确定，如果我说的东西很荒诞，你是不是愿意相信我。

Z：我当然相信您。

关于荒诞，不瞒您说，我的客户中有人目睹过飞碟，有人能预知未来。

陈篔：你看，这就是我担心的，你已经把我和妄想狂归为一类了。

Z：您这么定义他们？

我不这么看。

我只知道他们都拥有良好的教育背景，并具备相当不错的逻辑思维能力。

所以如果他告诉我他见到了飞碟，我就相信飞碟一定在那儿。

陈篔：但你真的相信吗？

Z：您没注意到我措辞的方式，我说“我的客户中有人目睹过飞碟”，而没说“我的客户中有人自称目睹过飞碟”。

而且我认为，您找我并不仅仅为了得到一个能相信您的人，而是想聊聊“飞碟为什么在那儿”，对吗？

陈篔：嗯……可以这么说。

Z：不管发生了什么，姑且说一说，我们试试看好吗？

陈篔：好吧！

反正老憋着也不是个事儿。

坦白说，我觉得我的父亲在我里面。

Z：嗯？

能否表达得再清晰一点？

陈篔：我觉得我死去父亲的灵魂在我的身体里面。

Z：父亲与自己同在，这应该是好事情。

陈篔：是的，感觉很亲切。

但他总和我争论我的选择，让我在待人接物的时候变得畏首畏尾、混乱不堪，有时候还前后矛盾。

他就像我小时候那样，不尊重我和我的决定，喜欢横加干预。

Z：您是说，您的父亲经常在您的意识深处与您争吵？

<<郁闷>>

陈篪：准确地说，是斥责我。

他过去在部队里，说什么都喜欢直来直去，还很固执。

Z：能告诉我一个斥责的具体内容吗？

也许您可以给我举个例子。

陈篪：比如去年我妻子意外怀了二胎，只好去流产，当时我妻子心情很低落。

他就唠叨了我好几天，说我不负责任，说我让妻子受到了伤害。

Z：在您的意识深处斥责您？

陈篪：是的！

Z：多数情况下，您和父亲的争吵是发生在安静的环境还是热闹的环境？

陈篪：都有。

钓鱼的时候、开会的时候甚至做爱的时候，他都会跳出来数落我，包括各种各样的问题。

Z：钓鱼有什么值得数落的？

陈篪：有功夫坐在河边发呆，为什么不去陪陪我妈？

Z：这斥责不无道理，但为什么又斥责您开会呢？

这总算是正经事了，这是工作呀？

陈篪：他批评我的工作态度，因为我当时在会上明明有些想法，但实在懒得较真儿，所以没说出来。

Z：那么做爱的时候呢？

陈篪：嗯……这么说吧！

当时床上的女人不是我太太。

Z：原来如此。

他去世多久了？

陈篪：10年。

Z：这种斥责从10年前开始的？

陈篪：没那么久，是从3年前开始的。

Z：3年前？

陈篪：因为三年前，我又见到了我父亲。

Z：您说什么？

陈篪：我三年前又见到了我父亲，他的灵魂。

Z：在哪儿？

陈篪：我不知道那是哪儿。

<<郁闷>>

编辑推荐

《郁闷:晨晖心理咨询档案》编辑推荐：如果说人生如戏，祝愿你在别人的剧本中觉悟自己郁闷的心结，得到开启，得到解脱，最终心无羁绊！

<<郁闷>>

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>