

<<男性的美丽与哀愁：“猛男情结”剖析>>

图书基本信息

书名：<<男性的美丽与哀愁：“猛男情结”剖析>>

13位ISBN编号：9787536671942

10位ISBN编号：7536671946

出版时间：2005-5-1

出版时间：重庆出版社

作者：[美]哈里森·波普,[美]凯萨琳·菲利普

页数：306

译者：但唐谟

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>

<<男性的美丽与哀愁：“猛男情结”剖>>

内容概要

《男性的美丽与哀愁：猛男情结剖析》是一本为男性提供心理医疗借鉴的实用手册，不仅讨论了男性危机的惊人全貌及它的广泛影响程度，还列举了各种身饰形象测试、生活案例供读者参考分析，并有针对性地从医学及心理两个不同角度提出了科学有效的治疗措施和建议。较完整地阐述了“猛男情结”的含义。旨在帮助深受其害的男性以及爱他们的女性、父母走出“猛男情结”的困境。

作者简介

作者：（美国）哈里森·波普 凯萨琳·菲利普哈里森·波普,美国哈佛医学院精神科教授、麦克林医院（Mclean Hospital）生理精神实验室负责人。
目前居住在麻州（Massachusetts）的康科（Concord）。

书籍目录

序言1 奥林匹克健身房的男性秘密/12 “猛男情结”的起源/353 你有“猛男情结”吗？
/734 肌肉上瘾症/975 类固醇与“猛男情结”的密切关系/1216 男性的饮食障碍/1517 肌肉和脂肪之外的
身体变形症/1798 危险少年心/2099 “猛男情结”对女性的影响/24510 同性恋的“猛男情结”/26111 “
猛男情结”的治疗方法/279附录 无脂肪体重指数（Fat-free Mass Index-FFMI）的计算方法/301 身体形象
问题的诊断标准/303

章节摘录

书摘“猛男情结”形成的原因是非常复杂的，包括了天生的心理赋予、个人经验(例如曾经因外表被嘲笑)，以及其他因素等等。

我们以上的讨论是出于臆测，因为要为我们的理论设计实验非常困难。

研究显示，社会文化的影响，例如媒体，让女性对自己的身体感到不安。

针对这些影响力的初步研究，证实男性也面临同样困境。

我们也怀疑，在过去这一个时代中，社会对男性身体的关注与强调越来越严重，在玩具、漫画、杂志、报纸、电影、电视，以及各种形式的广告中处处可见。

一位广告从业者说，男性肉体的盛行，是过去10年中最有力的“跨界形象”(对女性、男同性恋和异性恋男人，同时具有吸引力)。

我们在这一章中提出了一些证据，说明这种空前巨变和两项前所未有的社会文化因素有着密切关联。

这两项因素就是：合成代谢类固醇的取得以及发展中的两性平等。

即使如此，如果男性可以安然自在地公开说出心底的想法和感觉，“猛男情结”也不会成长如此快速。

但是，按照社会标准，“男人”不应该抱怨、忧虑自己的外表，很少人愿意承认私底下使用类固醇，也没有人会承认他们照镜子时对自己的不完美身体感到烦恼。

更少人知道，男人对身体外表的执迷，是来自成长中女性权力下“四面楚歌的男性气概”。

相对而言，女性在近几年中，已经学习以更诚恳的心态，处理对身体的过度担忧。

她们也因此变得更坚强，更有能力去拒绝社会播送的“外表即一切”错误讯息。

P70 “猛男情结”以各种形式，伤害了百万男孩子和男人。

有时候会产生严重的状况，例如：肌肉上瘾症、类固醇滥用、饮食障碍、身体变形症等等问题。

更大多数的状况，是属于较轻微的身体相关问题，但就算轻微，也仍然剥夺了百万男孩子和男人的潜在生活乐趣和实践生活情趣的机会。

无论如何，对于“猛男情结”，我们还是有很多可以做的事——我们也可以借此机会改变社会对于男性身体的态度。

在继续讨论之前，我们必须先强调哪些观点是我们所不予苟同的。

我们并不觉得“让自己看起来比较帅、比较美”是病态的行为，我们绝对没有暗示“有规律上健身房做运动”是坏事。

努力运动、进行低脂饮食，维持健康的体重，都绝对是正当的行为。

一般改善外表的行为，是绝对正常的。

读者的身边，应该也有许多这样的人，以辛勤的付出获得美好的果实。

但是，当这类行为失去控制，当他们改善外表的需求，开始造成情绪沮丧现象、危害社交关系、妨碍学业、降低工作效率，那就是病态的行为了。

读者还记得前面我们提出来的洗手比喻吧!如果一天洗手五次，那是健康的，可是如果一天洗200次手，那就显然有问题了。

如果读者是个男人，或者读者正在担心一个心爱的男人或男孩时，就必须先行确定正常外表相关行为和不正常身体执迷之间的界限。

既然读者已经读到了这一页，这个问题的答案应该是相当明显的。

如果还不确定，那么读者应该回头过去阅读前面章节中列出的可疑行为，或参考第三章的“猛男情结”问卷。

读者们应该记得，我们从不同族群中的几百个男人进行问卷调查，展示了他们的得分，也提出了这些得分的解读方式。

P281

<<男性的美丽与哀愁：“猛男情结”剖>>

编辑推荐

作为体格单薄的男性,你是否因此暗自忧虑,毫无自信?作为相貌平庸的男性,你是否因此屡受嘲讽,痛苦不堪?睡梦中,你渴望自己肌肉结实、身材高大、外貌英俊。

现实生活里你不惜血本,一掷千金,成为健身整形的忠实奴隶?

本书从心理学的角度分析了这种“猛男情结”,让你释放受到重压的灵魂,走出“猛男”阴影!

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>