第一图书网, tushu007.com

<<焦虑简史>>

图书基本信息

第一图书网, tushu007.com

<<焦虑简史>>

内容概要

焦虑是一种古老的情绪，人类自有意识起，焦虑便与之相随，而且它已演化为现代人的流行病。
那么人为什么会焦虑？
如何才能克服焦虑情绪令压抑的心灵获得释放？
加拿大著名女作家帕特里夏?皮尔逊历时多年探索焦虑症及其心理根源，她以通俗幽默的文字和饶有趣味的故事，与我们分享消除焦虑，解脱心灵的方法，解码现代人最迫切需要解决的心理问题。

解读焦虑背后的心理根源，重拾生命的勇气与信念
每个人的内心都潜藏着一股难言的焦虑，可有谁真正审视过呢？
在这本令人拍案叫绝的心理百科读物中，作者帕特里夏?皮尔逊将引人入胜的报告文学手法和辛酸的个人回忆融为一体，从心理学、社会学、历史学及地理学等多重角度与文化界面剖析人类产生焦虑情绪的缘由，并伴以深刻独特的视角解读焦虑这一最古老的人类情感，娓娓细述负面情绪的心理根源。
澄清现代人的种种困惑，让人突围出精神如雾的丛林，重新勇敢地面对生命。

第一图书网, tushu007.com

<<焦虑简史>>

作者简介

焦虑是一种古老的情绪，人类自有意识起，焦虑便与之相随，而且它已演化为现代人的流行病。
那么人为什么会焦虑？
如何才能克服焦虑情绪令压抑的心灵获得释放？
加拿大著名女作家帕特里夏?皮尔逊历时多年探索焦虑症及其心理根源，她以通俗幽默的文字和饶有趣味的故事，与我

第一图书网, tushu007.com

<<焦虑简史>>

书籍目录

第一章 让我们开始吧
第二章 儿童的信任与恐惧
第三章 神经崩溃的课堂评语
第四章 犯罪生活史
第五章 恐惧的地理学
第六章 恐惧症的肇因
第七章 职场的焦虑
第八章 药物的天路历程
第九章 做自己的医生
鸣 谢

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

皮尔逊充满传奇色彩的回忆录与四千万备受焦虑折磨的美国人产生了共鸣。
——《出版人周刊》Publishers Weekly《焦虑简史》是相当有趣的作品……皮尔逊透过这部作品探讨现代文明、揭示社会的潜藏问题，并反思造成心灵痛苦的根源，观点缜密精辟，尽显智慧与天赋。
——《纽约时报》New York Times皮尔逊宛若纸张上的鬼马精灵，跌宕有致的文笔、巧妙的心理剖析，使读者从她充满慧黠的作品得到放松和愉悦，作为一名调查记者写出如此灵巧的作品，令读者不禁为之惊喜。
——《新闻日报》Newsday深入探索了人类最本源、最难以捉摸的心理状态……作品结构完美、文字生动活泼。
皮尔逊把自己的个人经历与深厚的历史文化背景完美融合于此书，读起来令人畅酣淋漓。
这部作品不但兼备作者诙谐又充满诗意的笔调，引起共鸣的文字、数之不尽的引人入胜的历史例证，涉猎了古代哲学、医学和宗教等多个领域。
堪称一部完美融合了个人传记、人文史学与社会调查报告的精彩之作。
——《柯克斯评论》Kirkus Reviews这是一部精雕细琢，令人兴奋的作品。
在本书中，皮尔逊提出了耐人寻味而又有理有据的观点。
如果你时常感到焦虑，并为此忧心忡忡的话，本书有如为你排忧解难的放松益友。
——知名网络杂志《Slate》

第一图书网, tushu007.com

<<焦虑简史>>

编辑推荐

第一图书网, tushu007.com

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