第一图书网, tushu007.com

<<囤积是种病>>

图书基本信息

书名：<<囤积是种病>>

13位ISBN编号：9787508627168

10位ISBN编号：7508627164

出版时间：2011-5

出版时间：中信出版社

作者：[美] 兰德·弗罗斯特,盖尔·斯泰吉蒂

页数：253

译者：李小平,靳婷婷

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

<<囤积是种病>>

内容概要

然而，反观我们自己塞得满满的衣柜、电脑磁盘堆满的文件或者是只知道往学生脑袋灌输知识的学校教育，我们又有什么资格嘲笑科利尔兄弟呢?我们每个人都或轻或重地患有囤积症，因为我们把自己的记忆凝固在了囤积的物品中。
我们是自己物品的主人，但物品反过来也会是我们的主人，它们俘获了我们的一段回忆。

本书的两位作者经过20多年的研究．发现喜欢囤积物品实际上也是一种心理疾病。
喜欢囤积物品的人通常在处理信息方面存在一定的障碍。
他们在囤积物品时，只想着眼前的东西多么美妙，而从不考虑这些东西几乎无法存放。
这些堆积的杂物，虽然不至于危及我们的生命，但确确实实，它会堵住我们的幸福……

第一图书网, tushu007.com

作者简介

兰德·弗罗斯特，史密斯学院心理学教授、强迫症研究方面的著名专家。

<<囤积是种病>>

书籍目录

前言
序言：科利尔别墅中的尸体
第一章 堆积如山：囤积症的故事
第二章 我“集”故我在：拥有、收集，以及囤积
第三章 美妙的破烂儿：令人甘之如饴的囤积症
第四章 堡垒与蚕茧：囤积起来的安全感
第五章 我的碎片：残缺的自我
第六章 大营救：救助街头流浪动物
第七章 机遇的河流
第八章 回避心灵之伤
第九章 其实你不懂我的心
第十章 一棵盘根错节的大树：遗传学与大脑
第十一章 家有“囤积狂”：杂乱的婚姻
第十二章 那是我的东西：儿童囤积症
第十三章 占有、生存、囤积
致谢

<<囤积是种病>>

章节摘录

第一章 堆积如山：囤积症的故事　　参观“均质化”杂物堆　　第一次造访艾琳家时，她带我们参观了她的房子。
进出每间屋子时她都匆匆忙忙的，还把胳膊举在身前，弯曲着手腕，双手下垂着，活像一位刚刚洗拭完毕即将进行手术的医生。
她迈着小步，在杂物堆砌的迷宫中敏捷地穿梭着。
她禁止我们碰任何东西，一面带我们在各个房间奔走，一面监视着我们的行动。
但因为房间的空隙实在太小了，有的杂物堆甚至有房顶之高，因而有时想不碰到东西很困难。
在观察中，她的囤积物给我留下几点深刻的印象。
她收集的东西都很普通，都是我们在平常家庭中司空见惯的物品：大堆几年前的报纸、有趣文章的剪报、上千本图书、堆积如山的衣物，以及她试着清理杂物时使用的各式各样的容器。
正如我们在其他囤积者家中看到的一样，艾琳的杂物堆放得杂乱无章，毫无规律可循。
　　我们踏在“牧羊小径”（goatpaths，在囤积症自助领域很有名的用语）上，穿梭于各个房间。
这些“牧羊小径”不足l英尺宽，偶尔能看到杂物下面隐约露出的一小块地板。
在餐厅，我用手轻轻触了一下椅背，艾琳看见后倏地拿起一张湿巾冲过来，把椅子擦拭干净。
她怪诞的举止，以及她仿佛是为了使双手免遭污染而举起的胳膊，使我不禁猜测起她是否还有更多强迫症中典型的污染恐怖和强迫性清洗症状。
在那之前，我们还没有见过几幢比艾琳家状况更糟糕的房子（但在此之后，我们目睹了多个更加极端的病例）。
　　艾琳对自己的处境深表惭愧，甚至一度失声痛哭。
她的丈夫因为家里太乱才刚刚离开她，她没什么钱，也很后怕如果丈夫向法院申请抚养权，孩子们会由于她的家庭状况而从她身边被夺走。
她的女儿患有严重的粉尘过敏症，因此很不适宜住在这样脏乱的房子里。
艾琳明白自己出了问题，也意识到必须要为此做些什么了。
一些囤积者对自己的习惯从未有过清醒的认识，从这方面来讲，艾琳算是幸运的。
至少她对自己行为的荒谬之处有所领悟，这被精神病医生和心理学家称作“认知”。
然而，虽然艾琳在对自己的病泛泛而谈时能够表现出一定的“认知”，但在绞尽脑汁地为是否扔掉一份5年前的报纸举棋不定时，她却无法意识到自己行为的荒诞可笑。
　　……

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