

<<情绪游戏>>

图书基本信息

书名：<<情绪游戏>>

13位ISBN编号：9787538539394

10位ISBN编号：7538539395

出版时间：2009-12

出版时间：北方妇儿

作者：张瀨文

页数：184

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>

## <<情绪游戏>>

### 内容概要

本书仿佛为少年儿童打开了一扇知识的大门，引导着孩子走进妙趣无穷的知识领域。

<<情绪游戏>>

作者简介

张瀨文，台湾著名教育学家、心理学家，身心灵整合治疗团体领导人，中国芳香保健师。

台湾大学社会学系学士、台湾师大社会教育学系硕士。

目前定居于马来西亚，经常于台湾、马来西亚，带领身心灵治疗团体进行疗愈课程、做关于亲子与成人的教育讲座，累积讲座超过3000场。

## <<情绪游戏>>

### 书籍目录

#### 生活百科

为什么买不到活带鱼  
乘坐火车要注意什么  
有甜味的东西都含糖吗  
如何过好寒暑假  
怎样区别橘、柑和橙  
为什么不能碰保温瓶的“小尾”  
火苗为什么总是向上窜  
为什么吃喝也要讲科学  
喝未煮熟的豆浆为什么容易中毒  
刷牙应注意什么  
为什么嗑瓜子对健康有益  
开水杯为什么做得那样薄  
为什么要提倡分餐  
扣子怎样缝得牢  
为什么空腹喝牛奶不好  
如何妥当地回绝他人  
圆珠笔是如何写出字来的  
家中的自来水从何而来  
铁为什么会生锈  
苹果削皮后为什么会变色  
为什么要给钟表上弦  
怎样防止生痱子  
如何正确使用电蚊香  
吃菠萝为什么要用盐水浸  
为什么湿袜子不易脱下来  
热水瓶塞为什么会跳出来  
为什么不要将鸡蛋冲在豆浆里  
你知道人民币上的水印吗

.....

文化习俗  
艺术天地  
奇闻趣事

## &lt;&lt;情绪游戏&gt;&gt;

## 章节摘录

缺钱的妈妈如燕的母亲又打电话来抱怨钱不够用，暗示大女儿寄些钱给她。

这是这个月第三次了，母亲抱怨完之后，又开始抱怨妹妹跟她借了多少钱。

如燕越听心里越不是滋味，她是母亲的财库，妈妈却是弟妹们的财库，钱借了妹妹，心既不安又不甘，如燕又变成妈妈诉苦的对象。

她不懂妈妈既然不放心，为何还要把钱借出去？

她的心痛得像被无数的针刺穿一般，母亲怎么从没想过要疼她一些些？

从小就不断要求她这个那个，疼惜的就只有弟弟与妹妹，母亲好像不认为如燕也需要母亲的疼惜；她也想不透，当过去的困境都不再存在，母亲的情绪却比困苦时更加不安。

孝顺的如燕从不违背母亲的要求，自从三十年前父亲过世，如燕就与妈妈一起扛起家庭责任，同学家有水有电有车，如燕家却穷得要在半夜点蜡烛读书，因为他们住租不起房子，只好住在没水没电的违章工寮。

现在大家都各自成家，只有如燕与先生离开老家出外拼事业，要供应母亲这些索求也不是没有能力，但是如燕渐渐觉得给不出来了，不想再给了，她感觉与母亲之间好像不是钱的问题，她开始害怕接到母亲的电话，心底有股怨忿默默泛滥，孝顺的心再也压不住那些情绪，她开始失眠，食欲不振，脾气烦躁，动不动就对先生孩子发脾气。

母亲其实是个极度心理匮乏的女人，过去金钱缺乏的日子，有钱就代表安定，她自然将钱化约于情感满足与安定的象征，一直要钱就等于不断要关怀，目前不再缺钱的日子，金钱已经不能解除母亲的心理匮乏感，如果如燕依照母亲的要求不断供应金钱，根本永远不能满足母亲心头的无底洞。

也因为失去丈夫，害怕子女遗弃她，对于其它子女的金钱要求一概不敢拒绝，钱既然借了又不能释怀，怕女儿不能还钱令她赔了老本，又不敢去要，担心得罪女儿，将来老病没人要，心头汹涌的不安只能找一直扮演支柱者的大女儿诉苦哭穷，听得如燕的心苦得滴血。

这么多年如燕也被掏空了，她必须改变行之有年的孝顺模式，舍弃用物质供应与事情交流，改以直接的关怀与心灵沟通来孝顺母亲，直达母亲心灵困乏处。

因为母亲并不懂自己缺乏的不再是金钱，所以依旧如同过往惯性，用钱来安定自己的心，安心却只能靠心的交流，金钱并非究竟。

经过我的分析，如燕打了电话给母亲，谈起了这几十年母亲的辛苦与失去配偶的孤单无助，母亲哭了，如燕还告诉母亲：“我知道你不是缺钱，是怕我们不关心你，所以向我要钱要试试我会不会不要你，对不对？”

你放心我们永远会照顾你！

”妹妹过几天打电话给如燕，她问：“你跟妈妈说了什么？”

妈妈最近心情这么好！

”如燕得意地说：“没什么，只是跟妈妈开始心灵沟通罢了！”

”

## <<情绪游戏>>

### 媒体关注与评论

人生难免困顿低潮，对女性而言，婚姻经常是主因。

在本书中，瀨文穿插了许多自己的生命故事，揭示自我需要很大的勇气，我相信这也是她有意的安排，她以现身说法拉近与作者的关系，具体实践着彼此分享和平等的互动，如同她一向努力的亲子与配偶关系一样。

人与人之间本来不就该如此么？

瀨文的人生和她的书，就是最好的见证。

苏芊玲 传大学通识教育中心副教授 女性最大的情绪困扰，来自亲子、夫妻、婆媳关系。

这本书中有很多是以作者的生活蓝图为缩影，瀨文是婚姻及心理谘商专家，同时也写了不少专业的心灵成长书籍；在她生花妙笔下，每个故事读起来都十分生动。

当问题出现，你选择面对问题，解决问题，还是要在选择中抱怨，终其一生在抱怨中度过？

这本《情绪游戏》应该有你希望得到的答案。

刘彩转 台湾空运运输事业副总经理

## <<情绪游戏>>

### 编辑推荐

《情绪游戏》编辑推荐：亲与子、夫与妻、婆与媳之间的问题，你是选择终其一生在抱怨中度过，还是面对它、解决它？

四月女巫张瀨文再度释放强大治愈力量1次机会，尽享女巫式的疗愈之旅24种情绪，唤醒沉睡中的真实自己48场游戏，重现最鲜活的生命现场进入將内心黑暗面化为生命力的女巫心理学——案例实践篇。

## <<情绪游戏>>

### 名人推荐

人生难免困顿低潮，对女性而言，婚姻经常是主因。

在本书中，瀨文穿插了许多自己的生命故事，揭示自我需要很大的勇气，我相信这也是她有意的安排，她以现身说法拉近与作者的关系，具体实践着彼此分享和平等的互动，如同她一向努力的亲子与配偶关系一样。

人与人之间本来不就该如此么？

瀨文的人生和她的书，就是最好的见证。

苏芊玲传大学通识教育中心副教授女性最大的情绪困扰，来自亲子、夫妻、婆媳关系。

这本书中有很多是以作者的生活蓝图为缩影，瀨文是婚姻及心理谘商专家，同时也写了不少专业的心灵成长书籍；在她生花妙笔下，每个故事读起来都十分生动。

当问题出现，你选择面对问题，解决问题，还是要在选择中抱怨，终其一生在抱怨中度过？

这本《情绪游戏》应该有你希望得到的答案。

刘彩转台湾空运运输事业副总经理



<<情绪游戏>>

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>