

<<战胜自己>>

图书基本信息

书名：<<战胜自己>>

13位ISBN编号：9787810860864

10位ISBN编号：7810860860

出版时间：2004-2

出版时间：第四军医大学出版社

作者：施旺红

页数：254

字数：190000

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>

<<战胜自己>>

内容概要

本书分为上、下两篇。

上篇阐述了森田正马如何创立森田疗法，森田疗法的基本理论，冈本常男、高良武久、大原健士郎、田代信维等人对森田理论的发展，森田疗法在中国的发展，森田神经质的诊断标准以及如何学习森田疗法等内容；下篇是作者对森田疗法的感悟，对人生自然的思索、对人生某些误区的探讨，以及如何运用森田理论应对挫折，学会心理调节和人际交往，战胜自己等。

本书语言朴实清新，深入浅出，适合心理学工作者、身心科医师和对森田疗法感兴趣的读者参考阅读。

。

<<战胜自己>>

作者简介

施旺红教授，男，1966年生，现任第四军医大学心理学教研室副教授，医学博士，应用心理学专业硕士研究生导师。

自1997年起，施旺红教授开始以森田疗法为主攻方向，并自学日语，阅读了大量的关于森田疗法的日文原著，包括《森田正马全集》。

2001年他获得世川医学奖学金，作为

<<战胜自己>>

书籍目录

上篇 顺其自然的森田疗法 初次邂逅森田疗法 冈本常南与森田疗法 冈本常南的神经症体验
冈本常南论森田疗法与人生哲学 森田正马与森田疗法 森田疗法的创立 附：森田正马年谱
森田疗法的基本理论 森田疗法的特点及治疗原则 森田疗法的实施 森田疗法的继承与发
展 高良武久与森田疗法 大原健士郎与森田疗法 附：新森田疗法用语 田代信维与森
田疗法 森田神经质的诊断标准 森田理论学习的要点 森田疗法学习的体会 森田疗法在中国的发
展 附：中国在线生活发现会简介 下篇 战胜自己 关于人生自然的思索 人生的目的 关于死
亡 论金钱与幸福 情商 现代人的烦恼 人生的误区 人性的弱点 人格障碍 适应
性障碍 附：心理压力自测 社交恐怖症 考试焦虑 抑郁症 论自杀 战胜自己
挫折与心理应对 人际交往的效用与技巧 学会自我心理调节 超越自我

<<战胜自己>>

媒体关注与评论

森田疗法在中国的推广已经十多年了，可以说是历尽艰辛，并且也取得了相当的成就。

然而，长期以来，一直没有一本中国人自己写的森田疗法专著。

由日文翻译过来的森田疗法的书往往读起来十分憋脚，有时甚至艰涩难懂，给森田初学者带来了许多困难。

许多会员都向我们建议能否在发现会网站内容的基础上出一本通俗易懂的入门读物，让更多的森田初学者能够系统的掌握森田疗法的精髓。

然而由于我工作、学习非常繁忙，而写书无论从经济上还是精力上都是一种很大的消耗，因此一直也难于抽出时间来专心写书。

同时由于森田疗法的书籍销路往往不好，一直以来都

<<战胜自己>>

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>