

《弗洛伊德的椅子》

图书基本信息

书名：《弗洛伊德的椅子》

13位ISBN编号：9787531657224

10位ISBN编号：7531657228

出版时间：2011-5

出版社：黑龙江出版社

作者：郑道彦

页数：235

译者：金玉

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《弗洛伊德的椅子》

内容概要

《弗洛伊德的椅子》

作者简介

郑道彦：国际公认的精神分析学家、睡眠学专家。毕业于首尔大学，医科大学，曾赴美国圣地亚哥大学深造，是韩国“国际精神分析学会”认定的第一位佛洛伊德精神分析学家，现任韩国精神分析研究会会长，首尔大学、医科大学及医院的精神科教授。

《弗洛伊德的椅子》

书籍目录

序言 感知我内心的温度

第一个故事

第二个故事

第三个故事

第四个故事

尾声 敞开心灵的窗户吧

附录 陶冶心灵的指南

《弗洛伊德的椅子》

精彩短评

- 1、赞赞赞赞赞赞，真的是感觉很棒的一本书！
- 2、还没有看完，看过的部分时不时有一咱恍然大悟的感觉，感觉这种情况我也有，原因是这个原因，书中把我们日常生活中很普遍或简单的情节，纠结也好，欣喜也罢都讲到了深处，让我们自己都可以深深的去挖掘我们内心的深处。看完剩下的
- 3、躺在这样的椅子上应该是很放松的吧
- 4、这本书翻译得很流畅，通俗生动，剖析了人们日常生活中常常有的情绪和情感，直指内心，非常不错。
- 5、按照这本书的说法，几乎所有人都有精神病，这不是吹的，而是真真切切的事实，这本书会给你找出问题及答案
- 6、算是比较浅显的心理入门书籍吧，因为最近觉得自己心理状态不好而开始接触心理学，还不错吧。但是感觉不够五分完美的程度。
- 7、这本书，真不错。本来借的已经看完了，不过又自己买来收藏。是好书。
- 8、观经验判定法在生活中常常被小学教师应用。他们往往从自身知识经验出发，对小学儿童学业成就、课堂表现、人际交往等状况进行认识。但是，主观经验判定法具有明显的主观随意性，受外界的影响和干扰比较大。不同教师的知识层次、生活阅历不同，对儿童心理与行为的敏感性也存在个体差异，因而对儿童的判断存在分歧。同时，小学教师往往倾向于把文静、内向、顺从的儿童认定为具有正常的心理与行为，而调皮、活泼的儿童往往容易被判断为多动等行为问题。因此，小学教师通过主观经验对儿童的心理与行为进行判定，需要具备正确的学生观、丰富的社会经验，还必须有心理学的常识和相应的专业判断能力。
- 9、人们提到精神分析学家，都认为：他们一眼就会看透对方的心思，会使对方紧张起来。其实，对方未开口之前，精神分析学无法知道对方不愿说出并回避的问题的。精神分析学家是帮助心里受伤的人，让他们自觉地解开心灵的千千结，回到自由自在的天地里。
读《弗洛伊德的椅子》你会感到就像躺在舒适的沙发上与精神分析学家聊天一样，触动深藏的自我，是一个亮出内心的压抑、疼痛、伤处，进行调节，了解和治疗的过程。
很欣赏这样一本书，让我们能够全身心的去了解自己与拯救自己，完成一次心灵上的救赎！
- 10、看了评论，买了这本书，很后悔。不通俗，不深刻，没有新观点，不知道评论的人为什么给了那么高的评价。
- 11、给同学买的，他说还不错，包装挺好
- 12、这本书很好看，虽然是引进版的，翻译得比较到位，里面介绍的内容页适合中国的国情，值得一看。
- 13、心理教育兴趣是人对某事物的特殊的认识倾向，它促使个体去积极地学习和探索新事物，并从中得到心理满足，获得积极的情感体验，使身体和大脑协调活动，最后实现对环境的全方面适应。对新事物不断学习和探索是创造性人才的共同特征，因此，兴趣是小学生从事创造活动的心理动力之一。它有利于创造性人才智力的充分发挥，增强他们的创造性动机，提高其观察事物的敏感性和注意力的集中程度，从而提高创造的效率。而且，学习和探索新事物的兴趣能帮助小学生增强克服困难的决心和信心，激发他们的创造热情，促使其更快更好地完成创造性活动。培养小学生对探索新事物的兴趣，对小学生创造力的发展，特别是创新精神和创新意识的培养有巨大的推动作用。
- 14、实用而不晦涩的心理入门书，确实加深了对自我的认识。就像介绍说的，“对一味地想掩盖伤处的自我，这本书告诉了我们怎样去了解面对的方法”。
- 15、剖析现代人的一些心理，并提供了一些解决方法。
非常值得一读。
非常好！
- 16、适合自己读的一本精分书，内容比较通俗易懂，自己也能看懂
- 17、在书店里看到的，喜欢就来当当买了。
- 18、弗洛伊德被大家熟知或者吸引大家的往往都是他对性、对梦境的理解和描述，但他吸引我的却是对人类精神方面的分析。如今的社会压力巨大，各种各样的事发生在我们眼前，精神脆弱导致精神崩溃的事情太多太多。躺在弗洛伊德的椅子上，好好看看自我吧。

《弗洛伊德的椅子》

让精神分析学家来帮助心里受伤的人，让他们自觉地解开心灵的千千结，回到自由自在的天地里。

19、当教科书加名著来看的，受益匪浅！

20、从精神分析发展史和重要概念到无意识对我们的影响，再到无意识在日常生活中的体现，最后是解决方法。

21、在一起热恋过的从前情人的名字，有时压根就想不起来。如果记起来，就怕重新勾起弃我而去的伤心往事，索性干脆忘掉吧。又如，留下伤心记忆的恋人照片，原来放在桌上的分手时就扔进抽屉里，时间久了放在什么地方都忘了。这正是“压抑”的表现。

压抑就是在意识中，把接受不了的难言的欲望、冲动、想法统统埋到无意识中去，是一种活埋葬，尽管这样压抑的东西并非完全消失。在无意识中生活、活动，不能以原来的面貌呈现，只好改换成象征性的其他形象来露脸，梦里出现或在现实里也会表现出症状。

“压抑”，是弗洛伊德的理论确立后，在防御机制的理论中占据着重要的位置，起着主角的作用。另一方面与压抑不同的“抑制”，是指在意识中实现的防御机制。比方说，为了清静不招麻烦，对他人的请求有意推脱或回避；和恋人吵架后，气未消，故意关掉手机不接电话，暂时想忘却对方等等，都是抑制的具体表现。抑制可以说是“掩耳盗铃”的行为。

我们拿什么去释放压抑的情怀，怎么做去让自己的心灵解放，这本书，教给我的就是直面压抑，坦对人生！

22、这本书不错，很深邃的感觉，适合我现在的心境

23、弗洛伊德的椅子。。。相信一定会让人觉得神秘但又有诱惑力

24、这本书是一本引进的韩国版权的书，是韩国的一位心理医生在诊疗椅上和病人之间的故事，主要是告诉病人如何成长、如何独立、如何建立自己新的三观的书，读完以后很受启发，对中国人也很适用。

25、不知道初一的孩子能不能看懂

26、个人的自由不是文明带给的，文明诞生之前其自由已达至高点。

——弗洛伊德•西格蒙德

弗洛伊德提出“人格结构理论”的时候，并没有把“地形理论”抛掉。现代精神分析家们，也仍然把两套理论——“地形理论”和“人格结构理论”同时使用。“地形理论”和“人格结构理论”合二为一使用的话，会是这样的，伊特（本我）在无意识世界里寻找机会，自我在意识与无意识间工作，超我也在意识与无意识中观察着我们。精神分析学叫“纠葛心理学”。在这个世上，谁的心里都有纠葛，纠葛是人生中无法甩掉的相伴者。

徜徉于精神分析的领域，带着疲惫的心灵，感受这本书带给我们的的心灵分析，你值得拥有！

27、一本心理学的书籍，主要是讲了弗洛伊德关于人的心理防御机制的一些看法

28、忙碌的工作，生活的压力，让我们都处于崩溃的边缘，这就是现实，没办法呀，我能做的也就是自己想办法给自己减轻压力，让自己能够更舒适的生活在这座城市！没事儿，真的应该多看看书，缓解自己的紧张...

29、放松心情，安慰自我，对自己心灵的进一步认识！整天忧忧郁郁的工作，对什么都失去了兴趣，但凡有一点涟漪，总会引起心灵上的震撼！长期的压抑，让我的大脑处于极端，认识到该放纵的时候，发现自己没有什么好的方法，也不知道怎样停下来，为自己活一场！没有办法，只有看书了，看精神方面的，就找到了这一本，不过效果，嘿嘿，自己知道！

30、言之无物

31、工作的压力、家庭的压力、社会的压力，这一座座大山，压的我喘不过气来，精神处于崩溃的边缘，没有目的，没有动力，一切都是随波逐流，迷失了自我！

在种种压力面前，自我放荡、徘徊，始终找不到自己的方向，如孤魂野鬼般，迷失本性！

如何拯救自己，如何摆脱命运的安排，如何活出自己的精彩，尝试中...发现自己的精神何其脆弱，没有人能够帮助自己，唯有自己放开身心，才能够迎来自己的明天！

这就是看到这本书的收获，没有自我的陶醉，只有深深震撼！

32、个人比较喜欢这类心灵感悟的书籍，尤其是关于弗洛伊德的，翻译得很好！

《弗洛伊德的椅子》

33、过程比结果更重要。因为通过过程实现自我的欲求，往往会得到更多的满足。

所以，要想有个好的结果，得有个好的过程。好多因神经疾患受折磨的人，可惜的是忽视过程，把焦点对准到结果上，因此荒废了人生。生活中的好多事例证实，即使未得到令人满意的结果，但相信自己的潜在能力，不辞辛苦地历过程的人，最后都能获得更多、更完美的结果。

为了实现自我，你做得怎样？在这里可以提示大家，如果你的实现自我在正常地进行着，你就会有认真面对，并虚心接受自己一切现实的思想准备。否则，对明摆着的事实，不愿去接受，“打肿脸充胖子，掩耳盗铃”般地在人前不愿认帐、服输，我们是否也有过这种时候？这就是在实现自我中，不愿接受事实的弱点心理在作祟。

实现自我能力强的人，他们懂得人生要靠自己来驾驭的道理。因此，他们不卑不亢、自强不息；主动出击掌握主动权，不为外部的压力打击所左右，不屈不挠、坚定不移。懂得人生就是解决问题的反复和继续的道理，因此，遇到问题不绕着走，敢于面对问题，在解决问题上下工夫；面对现实，承认现实，如实地接受自己和他人，减少偏见，以诚相待。不是在人世间的水深火热中挣扎，而把人世间当做大海，勇敢地搏击畅游，做个健康豁达、诙谐幽默的人。

——摘自《弗洛伊德的椅子》

34、选择机会再读几遍。使人茅塞顿开的好书。

35、统计学方法在使用中需要确定的是，总体的分布是否符合正态分布。如果在一个异常优秀的集体中，个体偏离样本的平均达到比较高的程度，但是可能在一个更大的样本中处于一般水平。同时，正偏态和负偏态情况都可能导致判断的不准确。另外，有些心理与行为的分布可能虽是常态分布，但一端是异常状态，另一端则是优秀状态，如智力水平，一端是低能，另一端则是超常。

临床诊断法的科学性最强，是最客观、准确的一类方法，其要求也最高。只有建立在对症状关键点充分把握的基础上，才可能进行判断。小学教师并不是心理咨询与心理治疗的专业人士，在认定儿童心理问题的时候切忌武断、主观，简单的对号入座可能导致非常严重的后果。

36、精神分析科普文后还推荐一些好书译者可能不是心理学专业有个别用语不贴切

正直 诚实 活在当下 冲破藩篱 找回真我 找到出路

37、比较浅显易懂，读起来很畅快，但没有什么太多新内容

38、这本书用大家听得懂得话和比喻，介绍了佛洛依德的相应理论，看的不累，但是却能够我很多重要的，有意义的启示。我学习心理学的第一个目的，就是发觉自己的内心，了解自己的内心，能够驾驭自己。这本书是很好的指导。

39、其实我们都徘徊在精神病的边缘。人们提到精神分析学家都认为：他们一眼就会看透对方的心思，会使对方紧张起来。其实，对方未开口之前，精神分析学家是无法知道对方不愿说出并回避的问题的。他们帮助心里受伤的人自觉解开心灵的千千结，回到自由自在的天地里。

40、对于没读过弗洛伊德的读者是启发性的

41、书不错，通俗易懂，文字流畅。

42、直指内心的一本书，能够让人反思自己身上的缺点，让人的内心强大。

43、赞赞赞赞赞赞赞赞，多么好的一本书啊，弗洛伊德的精神之椅！

44、广图。人心像豆腐脑，碰碰就会散架，并会留有长时间的伤痛。

45、我在接受分析的时候，分析家根据我的自由联想，一旦捕捉到了机密要员的行踪，分析家首先就会把防御机制召唤到意识世界，开始调查了解防御机制在防御着哪些本能的欲求，其作用是否得当，是否有效地执行等情况。这时防御机制从机密要员编入为正规军，其活动情况透明度高，容易让人掌握实情。接受分析的人，就会知道对本能的欲求，用的是哪些防御机制、怎么用的，从而选择和运用更成熟、更活跃的防御机制，使人往健康的方向转移。

但要到达这种转移点，会有徘徊彷徨和抵抗斗争的痛苦过程。防御机制正如其字面上的意思，为了不叫我痛苦，为了守护我，一直起到了防患于未然的作用，这样进行不懈努力的它，突然在接受精神分

《弗洛伊德的椅子》

析的场合端到桌面，接受变形手术，感觉就像是在敌军面前放下武器投降一样。所以，靠一时半会儿的精神分析，是解决不了问题的，要经过反反复复循环反复地接受分析的过程。通过反复接受精神分析的防御机制，会以更高的意识、更主动的精神、更先进的形式，脱胎换骨以新的面貌来登场。

46、用弗洛伊德的精神分析手法，洞悉人的行为背后的秘密，通俗易懂，还不错哈。

47、看过之后，抑郁了，没想到这么一个正常的人，居然成了精神病了，自己发现问题也许是好的，相信自己早点克服是最正确的，不能再犹豫了

48、充满评判的一本书 读的很难受

49、可以看很多次的好书~~要好好消化一下

50、这是一本心理学的书，里面的案例非常普遍，很多都是日常生活中经常见到的，读完以后可以很好地关照自己的生活。虽然是一本心理学的书，但是语言比较通俗，易于理解。

51、“博诺莱”是指法国博诺莱地区酿出的葡萄酒，虽然清新，但没有浓郁的味道。防御机制里也有博诺莱的级别，青少年时期也许适用，但成年后继续用就显得未成熟了。我的身上是否也留有这些未成熟的防御机制呢？

行动化为了与人套近乎，不计后果、冲动地轻易和人上床，为了达到目的，似乎选择了积极合适的方法。但仔细一想，为了一时的小利，而失去了最珍贵的节操，当次日清晨起床后，对爱情的憧憬就会在一瞬间破灭。

像这样把无意识里的欲望和冲动赤裸裸地移到行动中的行为叫做“行动化”。把无意识的幻想直接用行动来满足欲望的本能，会使人得到一时的快乐和满足，但接着就会陷入无尽的悔恨之中。当然此类事情不是故意的，是不知不觉的和无意中发生的行为。

遇到上述的事情时，我们有些人，表现出“一失足成千古恨”这样的一蹶不振，以为谁也不理解自己的心，因此破罐子破摔，过放荡不羁的生活。奉劝这样的人，不要灰心，不要气馁。应该找人交谈沟通，来解决伤心苦恼的问题。否则，用盲目的行动去发泄，这样的行动既害自己又伤别人。总之，行动化的方法是不会使人成熟起来的。

《弗洛伊德的椅子》

精彩书评

《弗洛伊德的椅子》

章节试读

1、《弗洛伊德的椅子》的笔记-第37页

驱使人类的两个基本欲望：力必多（性欲，生存），桑纳托斯（死亡，攻击性，攻击力）

2、《弗洛伊德的椅子》的笔记-隔离

"隔离"不是受人排挤的隔离，而是自愿独处的行为，是指自我封闭。

心情极度悲哀恶劣的时候，要谁给拥抱一下，这不是性行为。只是想回到童年，重温一下拥进妈妈怀里的过去记忆而已。所以，得了心病的人，平时再坚强也会变得像孩子。采用这种办法至少也能得到心灵的安慰。

《弗洛伊德的椅子》

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:www.tushu111.com