

《森田疗法》

图书基本信息

书名：《森田疗法》

13位ISBN编号：9787500484936

10位ISBN编号：7500484933

出版时间：中国社科

出版社：2010-02-01

作者：贾蕙萱,康成俊

页数：211

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

《森田疗法》

前言

欣闻《森田疗法——医治心理障碍的良方》一书即将付梓出版，甚为高兴。该书由资深知日派学者贾蕙萱教授和20年如一日实施森田疗法并进行研究的康成俊大夫撰写，实在是心理障碍和精神疾病患者的福音，对精神卫生领域可谓雪中送炭。众所周知，心理障碍和精神疾患已成为中国人健康的杀手之一，而我国对其治疗的资源却很少。森田疗法是不用药物、少用医疗器械、经济实惠的治疗方法。加之其疗法含有不少中国文化元素，如它吸收了道教的“道法自然”等思想，所以易被国人所接受。书中写入了一个引人注目的典型治愈病例，他就是日本关西地区的拼命三郎企业家冈本常男。他受惠于森田疗法，恢复健康后竭尽全力推广介绍森田疗法。实践证明，它不仅对患者治疗有效，而且对普通人身心健康也颇有裨益。有鉴于此，我以为该书很值得一读，因而特向读者推荐。

《森田疗法》

内容概要

森田疗法由医学博士森田正马先生于1919年前后在日本创立。森田正马博士以东方哲学为理论基础，从其自身心理疾患中获得灵感，总结临床经验，历经实践、探索、研究，形成了这套独特的心理疗法。

森田疗法的特点是不用药物、不问症状，引导患者做应做之事。简言之：“顺应自然”、“为所当为”，在行动中排解心理障碍。它最初以神经症为适应症，后扩大为治疗多种心理障碍的辅助技术。

森田疗法简便易行，医患都易于掌握，节时省钱，且疗效显著，业已得到国际医学界好评，森田正马本人则被誉为“东方的弗洛伊德”。

本书介绍了森田疗法的历史由来、医治方法、文化渊源、临床病例与普及推广。

《森田疗法》

作者简介

贾蕙萱，1941年3月生于河北省安国市。1966年毕业于北京大学外国语学院日语系。当年被分配到中国人民对外友好协会从事民间对日友好工作。长期担任中日友好协会理事兼友好交流部长，不断就中日民俗、文化等作比较研究，并撰文、著述。1988年调回北京大学，参与创建北京大学日本

《森田疗法》

书籍目录

序前言1 森田疗法的起源 1.1 森田正马的身世 1.2 学校恐怖 1.3 死亡恐怖 1.4 受神经质等多种疾病困扰 1.5 神经衰弱悄然自愈的启迪 1.6 实践森田疗法 1.7 森田正马的婚姻趣事2 什么是森田疗法 2.1 森田疗法的适应症 2.2 森田疗法的治疗原理 2.3 森田疗法的实施方法 2.4 森田疗法的基本技术 2.5 森田疗法及其地位3 森田疗法的适应症——神经质症 3.1 神经质症的常见症状 3.2 神经质症的发病机理4 森田疗法经典病例 4.1 读书治疗病例 4.2 门诊治疗病例 4.3 住院治疗病例 4.4 集体治疗病例5 森田疗法与儒学 5.1 森田疗法形成的社会背景 5.2 森田疗法与儒学 5.3 森田正马恩师吴秀三是中国后裔 5.4 吴秀三与儒医吉益东洞6 森田疗法与道教 6.1 道法自然与顺应自然 6.2 道教在日本的传播情况 6.3 道教对日本文化的影响7 森田疗法与禅 7.1 关于禅的几个基本概念 7.2 中国禅宗简史 7.3 禅宗传入日本的路径与特点 7.4 森田疗法与禅8 典型病例中的冈本常男9 冈本常男与森田疗法的推广10 森田疗法在中国后记

《森田疗法》

章节摘录

1919年，为实践其心理疗法，森田正马让一名神经症患者住到自己家里，同家人共同努力，治疗这位病人，患者经过一个月的治疗，就奇迹般地得以治愈。当时森田正马对他的治疗方法没有找到一个合适的名称，他的继承者们发挥集体的智慧，把这一有效疗法命名为“森田疗法”，也有人称其为“森田心理疗法”、“顺应自然疗法”。森田正马说过：“对神经质的治疗，还是顺应自然好，除顺应自然外，别无他法，必须顺应自然。”当时在日本的精神科医生中尚没有“神经症”这一概念，普遍用语是来自西方的“神经衰弱”。神经衰弱名称是美国精神科医生格。姆.比尔德首先提出来的，他认为神经衰弱是与器质性疾患不同的一种功能性疾病，患者大都具有神经质素质。那时弗洛伊德的精神分析理论也刚刚介绍到日本，在学术界基本上还无人接受，也不认为它对“神经衰弱”病人有什么治疗作用。在此以后，医学界才认识到“神经衰弱”其实是“神经质症”或“神经症”，面对临床上大量的神经症病人，实在缺乏有效治疗的方法，这时森田正马以他的个性和经验，不甘寂寞地探索，独树一帜地创立了自己的治疗方法。森田正马的个性是不安分，善思考，头脑清晰而又富于创造性，同时他又是一个较为机智、幽默和富于爱心的人。森田正马还是一个热爱哲学的思想家，他从青年时代就有志于哲学。

《森田疗法》

编辑推荐

心理障碍：是心理活动中出现的轻度创伤，是在特定情境和特定时段由不良刺激引起的心理异常现象，属于正常心理活动中暂时性的局部异常状态。神经症：是一种精神障碍，主要表现为持久的心理冲突，如焦虑、抑郁、恐惧，强迫、疑病症状等，病人觉察到或体验到这种冲突并因之而甚感痛苦，且妨碍心理功能或社会功能，但没有任何可证实的器质性病理基础。神经病：是另外一种病，指神经系统有器质性病变，通过物理化学的检查手段（如CT、脑电图、脑地形图、解剖、化验等）能发现神经系统组织结构或化学成分上与常人不一样，有器质性病变。精神病：是以精神活动障碍为主要表现的一类疾病，是由社会、心理、生物三方面的因素影响，导致大脑功能紊乱。临床上表现为知觉、思维、情感、智能和行为等方面的失常，症状主要表现为出现错觉、幻觉、焦虑、淡漠、妄想、自知力障碍。常见的有精神分裂症、神经症、精神发育迟滞和人格障碍等。

《森田疗法》

精彩短评

- 1、森田疗法是使用心理学专业知识来治疗一些常见的心理问题的一种比较好操作的一种方法，它甚至可以通过自学来改善自己的症状直至痊愈。这本书只是一个对该方法的详细介绍。
- 2、昨晚下单，今天到货，速度较快
- 3、只是个森田疗法的大概介绍,其实方法很简单,所以才被后人诟病.前半解释神经质症和儒道禅进入日本和霓虹人如何提取哲学精粹影响文化略简单,很有趣.后半段宣传伟大事迹的就可以直接跳过去了.不过也能在森田疗法上看到二战后心理学快速发展和后来欧美沿用的互助小组的影子.
- 4、这本书康成俊教授写的，康教授是森田疗法在国内的权威人士，他用森田疗法治疗了很多患者。这本书通俗易懂，对森田疗法进行了深入的介绍，最适合非专业人士阅读
- 5、听说森田疗法很多年了。读这本书算是一个系统的了解。森田疗法从他的生平说起是有道理的。他的疗法是从他自己的生活经历给他的困扰和他自己的学习和经验而来。读这本书的时候正是失眠夜，他讲到：失眠本是正常的，如果过度担心失眠，比如明天精神不好怎么办？引起更多的焦虑，造成长期神经衰弱。其实是非常合情理的一个过程。于是顺势读书，也没什么不好。我理解他的治疗理念其实是“接受自己，顺其自然”，和现代“悦纳自己”是一致的。不断想起之前读过的《我们内心的冲突》，其实很多时候是要认识和接受自己内心的冲突，那是医治心理障碍的良方。
- 6、这本书救我于水火之中，很适合进行自我治疗，不过有相关问题的话还是建议先去找医生
- 7、顺应自然，为所当为。
- 8、这本书不值这个价钱，全书200多页也就前60页讲些有用的东西，至于后面的东西，全是扯淡~！
- 9、废话太多
- 10、森田疗法
- 11、书来说还行
- 12、看了想睡觉.....只记住了「精神交互作用」
- 13、多看上看完的。书本身对于疗法介绍的不是太详细，而且各种历史发展说的太多了，不是该多说点案例的吗亲！！
- 14、这本书很不错，贾老师她们的叙述笔法如说书人一样，让人读着很舒服。
- 15、好笔记
- 16、心理自助第二本
- 17、基本是为了出书而编撰的，不值得买，无关的东西多，还是买森田本人的著述保险。我也是不知怎么，下错单了！！
- 18、一本超级搞笑的书.....
- 19、无论是否有心理问题，都应该读一下这本书，会更利于我们清醒的认识自身存在的问题。
- 20、患有轻度抑郁的可以一试
- 21、
- 22、もりたtherapy：
精神分裂症：
精神分裂症并不是想死的人，而是对自己要求很高的努力家
在治疗第一阶段中，让其隔离，安静下来之后 患者会比较轻松愉快
第二阶段的治疗过程中，只要让其注意力集中在现实的工作之中，就会减少妄想或心情方面的怨言
第三阶段：由医生辅导 与患者沟通 与患者家人沟通 使其明白自己的阶段能做些什么工作
- 23、有点拼凑
- 24、零散的资料汇编，不值一读
- 25、缺少案例
- 26、比较全面地介绍了森田疗法，属于知识普及型书籍。只是感觉有些地方叙述略显累赘，再就是个人感觉跟专业关系不是很紧密的东西扯多了点。

《森田疗法》

章节试读

1、《森田疗法》的笔记-读书笔记

《森田疗法》

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