



图书基本信息



## 内容概要

這是一本女人寫給女人的書，源自於作者在格稜巴哈身心症臨床醫院的治療工作，以暴食症（與厭食症）的理論為基礎，探討「女性自戀」的人格特質，例如非常容易受傷、無法承受拒絕與批評、對自己的感情和需求認識不清、貶抑自身願望、害怕被拋棄、擔心不受喜愛、擺盪在獨立與依賴之間……在強調青春美麗、苗條身材、個人媚力、傲人成就、物質生活、完美形象的今天，光鮮亮麗的外表下，女人遇到什麼樣的困境？

說這是一個自我中心、自我為是的時代，也就是「自戀主義」的時代，不是沒有道理的。但是所謂自戀並非只是以自我為中心劃圈，更深層的解釋是：絕望地尋找自我、尋找界線。

同樣身為女性並長期與暴食症的患者接觸，本書作者認識到，不只是飲食疾症的女性缺乏自我認同或是自我價值感扭曲；表面上自信洋溢，但是內心充滿不安的女人難道不多嗎？

事實上很多女性雖然有成就卻受自卑之苦，雖然長得好看卻常覺得自己其貌不揚，雖然渴望愛情卻無法有固定的關係……。

這本書就是為這些女性寫的，旨在幫助情感上有困難、擁有很多但內心無所適從、對自己對世界缺乏信心飽受空虛之苦的女性。

本書藉由「女性自戀」這個概念描述女性特定的心理歷程，並說明以前未曾正面處理的陳年「老問題」，如何影響到女性未來的人生，以及更重要的是，如何將自己從內心的牢獄解放出來。



## 作者简介

芭貝．瓦德茲基，心理治療師，自一九八三年起任職於德國格稜巴哈身心症臨床醫院（Klink fur Psychosomatische Medizin Gronenbach），工作重點為飲食疾患者、上癮症者的治療，目前於慕尼黑市執業。

著有《我終於能夠正常飲食了！》、《不再感到受傷害》、《落在靈魂上的巴掌》等書。



## 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>