

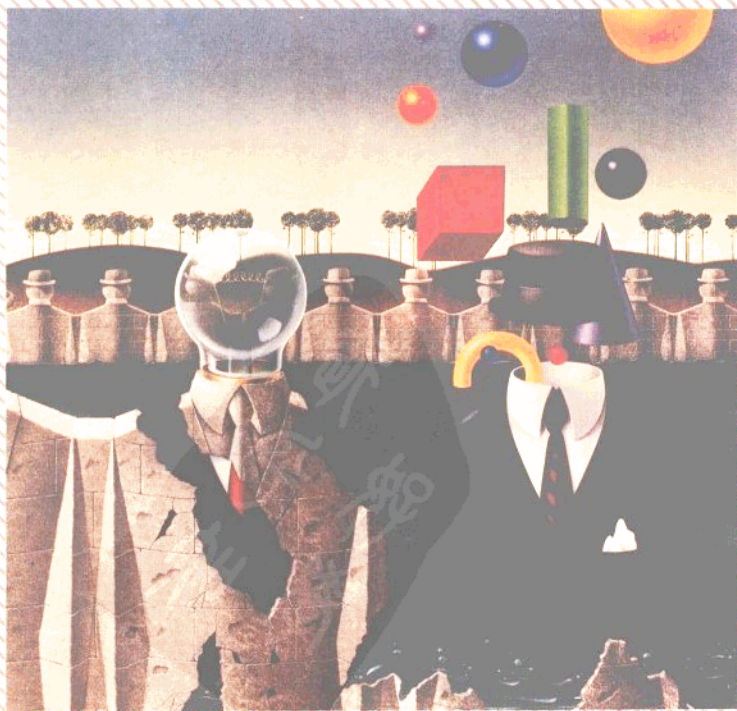
現代人心理

探討

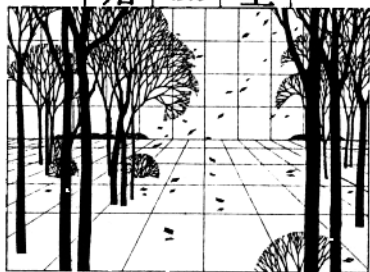
31篇具有代表性的臨床實例，深入探討現代人的普遍心理困擾，為您指引明路，推開一扇窗。

孫天倫博士◎著

●附自我心理測驗問答



每一個心理問題就是一
礙在我們人生的道路上
可以幫助你，以及你關
切心理的路障都化解殆
樂的旅人。



道路障，它阻
，希望這本書
心的人，將一
盡！做一個快

編序



科技文明愈進步，相對地使人在生活上愈覺空虛。由於客觀環境或內在因素，引發個人心態的不平衡，導致與社會大眾脫節的反常現象，是現代人所必須勇於面對及妥善處理的現實問題。

生活節奏快速的現代都市人，受到不同因素的影響，很容易出現心理不平衡狀態，又苦於束手無策，即使看了許多有關心理學治療方面的書籍，絕大多數也都停留於理論的紙上談兵，對於實際上的問題於事無補。

本社有鑑於此，特將香港知名心理醫學專家孫天倫博士所發表的系列心理探討專書，重新整編在台出版。

本書特色是：以講故事而帶出心理個案的方式，對現代人常見的心理疾患作科學的理論分析，並指導人們如何防治。由於本書為許多實際案例串連

而成，深入淺出，實用價值頗高。

其次是本書每篇最後都附有相關之自我測驗，可以提供你作為心理測驗的參考，同時有助於瞭解自己與別人的心理傾向。

最後，希望本書能帶給你實質上的若干幫助，是本社樂於所見及出書之目的。

郭智德



序

生活於繁忙的都市裏，凡事都講究效率，所以時常有人問我：「怎樣可以用最短的時間，學習到最實用的心理學知識？」我認為最佳的方式就是研究心理學裏面的個案。

在這本書裏，透過所搜集的個案，探討了絕大部分較常見的心理問題。爲了保障當事人的權益，所有個案當事人的姓名、年齡、職業狀況等都是虛構的，但其心理症狀、成因及處理方法卻全是真實的。

每一個心理個案就像一個有趣的故事，看完一個故事就會對一種心理問題有頗爲完整的瞭解，而所花費的時間一定不會多過煮和吃一碗速食麵的時間！

在日常生活裏，我們需要不斷地去承受各種各類有形無形的壓力，稍爲處理不當，就會有心理不

平衡的現象出現。閱讀本書的個案，可以使你對自己可能出現的心理問題有深切的瞭解。同時，你更可以嘗試利用本書設計的療程幫助自己。

又或者，你是一個心理健康的人，但你發覺親朋中有某些人心理有偏差現象，那麼，你可以利用從這本書裏所學到的心理知識，去分析他們的問題及協助他們恢復心理健康。

記着，每一個心理問題就像一道路障，它阻礙在我們人生的道路上，使我們無法得到更高的成就，做一個快樂的旅客。我希望這本書可以幫助你，以及你關心的人，將一切心理的路障都化解殆盡！

孫天倫

台北市潮州街59巷5號1樓

世茂出版社

一分收穫

從潛移默化裏改變氣質

在日積月累中充實自我

服務電話 ● 3972757-8

世茂書訊

郵撥帳號 ● 075030017

實用心理叢書

血型人際關係手冊

4

在日常生活中，瞭解自己的血型和個性，自我表現美好的一面，有助於擴展良好的人際關係，使你在人生的賽場中，能攻善守，事事得心應手。

● 修訂三版



劉少玲 ● 編著
定價 / 100 元



實用心理叢書

自我實現

14

處於千變萬化、光怪陸離的生活迷宮裏，找尋一條順暢的捷徑，循序漸進，堅持到底，排除曲折阻礙，是自我實現理想與願望的憑藉，掀開生活中的重重疑雲，化腐巧為神奇，海闊天空任君遨遊！

● 再版發行 美國排行榜暢銷書



鄭嘉均 ● 編著
定價 / 110 元



實用心理叢書

7

肢體語言

身體的舉手投足之間，有意無意地傳達出某些訊息，細心觀察、用心體會，有效地運用提示及訊息，使你輕易的得到對方的信任、歡迎與友誼！

●修訂三版



張殿興 ● 編著
定價 / 110 元

實用心理叢書

9

走出自己的影子

在日常生活中充滿了種種矛盾的跡象，導致人們產生不安、恐懼和煩惱……。本書即針對此種種「心」的問題加以探討、疏解與運用，使您走出充滿矛盾的世界，創造健全的人格。

●修訂三版



林恩宏 ● 編著
定價 / 100 元

實用心理叢書

15

如何過你真正想過的生活

奔波、忙碌，有多少人自知找錯了工作，待錯了地方，甚至交錯了朋友而能決然地突發現狀，重審自己慾望再度出發？本書告訴你如何掌握自己，排解磨難與缺憾：

●四版發行



江駿 ● 編著
定價 / 100 元

實用心理叢書

16

做個真正成熟的人

拋開膚淺、無知的狹見，從這一刻開始，依照自己的意志做事，你將發現——依自己的意志行動，要比——處處迎合他人、毫無主見，更能得到別人的尊重。

●九版發行 金石堂排行榜暢銷書



閻爾薇 ● 編著
定價 / 110 元

實用心理叢書

初見面的心理戰術

從面試、商談、推銷到相親……和陌生人初次見面，您會臉紅嗎？緊張或感到不安？本書融合作者工作心得，加上生活實例，使您充滿自信與勇氣，掌握人際關係。

12

●修訂三版



郭致蘭◎編著
定價/100元



實用心理叢書

積極改變自我

愚昧的想法會讓你神經過敏，從而毀滅你的生活，從現在開始，遵照本書所列簡易方法，向挫折感挑戰，勇於突破生活的瓶頸，改變風貌，學習如何挺身為己說話，並掌握你的將來！

13

●修訂三版 美國排行榜暢銷書



江淑芬◎編著
定價/90元



實用心理叢書

做個真正會說話的人

本書作者以其豐富的人生經驗，結合生活實況，鞭辟入裡說明如何透過高明的說話技巧，建立良好的際關係，使你言善道，佔盡優勢。

18

●四版發行 天才書坊排行榜暢銷書



林水福◎編著
定價/110元



實用心理叢書

如何運用你的腦力

人類的腦力是取之不盡、用之不竭的智慧寶藏，開發自己的潛能、發揮腦力、善用要領，不論是讀書或工作，都能達到事半功倍的效益。如何運用你的腦力，將決定你的未來。

19

●二版發行



張純文◎編著
定價/100元





目錄

性格所造成的心理問題

鄭子康冰封的心

● 性格內向的形成及克服方法

潘麗文行屍走肉

● 抑鬱性格的形成及突破法

閻王拒收朱婉兒

● 自殺傾向的形成及處理法

麥霖全力以赴

● 受強迫觀念及強迫行為影響的人

陳松禮辭不達意

● 突爆性格的成因及療法

32

24

17

10

3

1

40

47

54

62

69

2

79

85

小瑛忍無可忍

● 性格自卑的成因及克服法

獨孤文升級成泡影

● 自大心理的成因及問題

醉貓楊無酒不歡

● 酗酒的原因及克服方法

老吳疑神疑鬼

● 妄想狂的成因及治療法

張明亮兩種極端生活

● 亢奮——抑鬱症起因及療法

讀書及學習方面的問題

范惠霞大叫好苦

● 考試壓力的形成及預防法

朱以文讀死書

● 改良讀書方法及減輕考試壓力

華仔復仇記

●少年學習情緒的問題

倒胃填鴨潘素玲

●學習障礙的形成及處理法

性心理問題

吳紹萍學做女人

●同性戀的形成及有關問題

父子爭愛記

●虐待狂的行為模式、心態及處理法

綺玲喜歡討打

●被虐待狂的行為模式、心態及處理法

黃標生眼愛偷看

●偷窺狂的心態及矯正法

精神神經症

李玉儀倍受壓力

●恐懼症的成因及療法

趙雲生綠帽遮眼

●歇斯底里失明症的真相

程太太無病呻吟

●臆想病的成因及療法

施振光彈力消失

●神經衰弱症的成因及療法

精神病

董平鬱鬱不得志

●精神分裂症的成因及療法

溫室小花受衝擊

●精神崩潰的先兆及預防法

兒童的心理問題

小薇無動於衷

●自閉兒童的世界

小薇終於有反應

●自閉症的成因及各種療程

文仔沒有片刻停過

●過度活躍症的成因及處理方式

文琪爭寵扮幼稚

●遺尿症的起因及處理方法

元仔無精打采

●形成兒童睡眠障礙的因素

文俊啞口無言

●言語障礙的成因及治療法

何敏立陰陰濕濕

●運動性抽搐形成及療法



江明憎恨女性

●不能與同性父母認同的問題

版面構成 / 郭智德

性格所造成的心理問題



