

别永远伤在童年：如何疗愈自己的内在小孩



[别永远伤在童年：如何疗愈自己的内在小孩_下载链接1](#)

著者:[美] 约翰·布雷萧 著，马小原 译

[别永远伤在童年：如何疗愈自己的内在小孩_下载链接1](#)

标签

评论

商品很给力，价格实惠，值得购买

图书馆借的书，还不错，所以买一本慢慢看

给妈妈买的图书，妈妈说很好，京东送货也很快，挺专业的，好评！

治愈系书籍，个人比较感兴趣，书也很好

很不错的书，不止适合小孩子

这本书是自愈系，希望每个人心中的小孩都健康找个

此用户未填写评价内容

朋友推荐的，写的很不错

我们需要呵护好内在小孩，否则一生都有可能受其负面影响

很不错的一本书，很喜欢，速度也快，很好

试了一下，感觉还可以。就是不知道质量如何，反正随使用哈

挺好用还会再买。

疗愈自己，了解自身，没有什么比自我成长更重要的

书的质量不错，快递给力。内容没有预想的精彩。

还没看完但希望对治愈内在的自己有帮助

童年的伤 会跟随一生

这些书都是朋友推荐的、仔细甄别后值得购买、是正版图书、还会再再来光顾。

质量好，速度快。喜欢京东商城。学习

物流很给力，第二天就到了

挺好的，快递很快，隔天就到了。

感谢快递小哥，一直以来都在京东购物

京东就是快，一如既往好评！

不错。性价比高。值得购买！

买来送人的，希望对对方有帮助

很不错的书，希望能有所改变

还没读，希望对自己对家人有所帮助

不错，这书值得期待，送货也快

京东活动价格购买，希望多搞几次活动。

很好的书，很有见地，也很有感情

很好的书，调节自己。

还好吧！本来网上觉得挺好，买到手上居然不愿意看了！

据说不错 买来自己看看怎么样

是正版，质量很好！价格便宜！

还没看，应该不错吧，京东送货快，非常好，信任

适合尚在的、伤在童年但已长大的“小孩”读。

还没看，想好好学习下心理学

很好的书，值得一看。

心理治疗方法

书不错

非常好

一般，一般，一般

内容松散，虚占版面篇幅。

包装破裂，书已经变形了，纸质很差

好书

好

内容差

知道评论有京豆以后，我就复制了这段文字，评哪儿贴哪儿，很方便！一直喜欢在京东买东西，感觉京东还是挺好的，信任京东，希望越做越好！

为了孩子学习吧，值得阅读。

虽然还没有看完 但是我觉得这本书写的特别好 适合每一个人看 每一个受过伤害的人看

还没看 还可以

还可以吧……

自我的疗愈

帮别人买的，应该不错吧，希望是本好书吧，哇哈哈

别人推荐的，一直都想买，这次赶上活动，买下来了，期望有收获！

京东自营，送货就是快

适合忧郁的你 走出心灵的困境

书质量上乘！！ 京东的书折扣还非常大，一直在这里买！！ 买啦好多书啦已经、！！

「内在小孩」是源自于儿时经验而存在于人们内心的一个心理实体。很多人的形体虽然长大了，却因为小时候的一些基本需求没有被满足，或有被伤害的经验，导致这些人的内心其实还存留着脆弱、受伤、需要被关注的童稚小孩，这就是内在小孩。同时，这些人日后自我关怀与照顾能力也没被发展出来，以致于童年的负面经验仍持续干扰长大成人后的生活。很多人都不知为何就是没有力量，活得很没力无趣，不知道该怎么办？

很不错。

读书，益智明脑。特别是这批正面管教和积极看问题处理问题的方法论，很不错。

这本书让迷惑在痛苦中的我有，得到了很好的认识自我的依据。是一本自我诊断的书，不错。

一下买得太多说慢慢看！！

不错的书哦

快递非常快

一如既往的支持京东

值得你看的书，可以学习怎么治愈自己受伤的小孩

挺好的，一直买这个用这个，很不错

好书，值得一看。。。。

, , , , , , , , , , , , , , , ,

这是本非常棒的书，强烈推荐！

还没看，有塑封包装。

过去的事过去了还存在心里纠结，让自己走出来开始新生

非常好！方便快捷！物有所值！这本书我刚看了一点点，内容非常的好！需要慢慢的看，快递的小伙子也非常好。

还没打开包裹,等看了再评

书很好看，很多童年的伤痛，都得到了解释

不错，包装还行，起码不是残旧书。

还不错，疗愈也是一种爱自己的方式

帮单位买的，书是正版，包装很好，送货也快。

很有必要读，哪怕不是学习心理学。

还行吧，美国书籍，可能文化不一样，或者翻译版本的原因，看起来不如国内书籍通畅

好书贵在真实，受益匪浅

新书到，发货速度快，包装整齐。

不错，对自己有所帮助。

在书店看到的，感觉对自己应该有用，我们80后这一代，对原生家庭带来的一些伤痛是无法逆转的，后天只有靠自己来治愈了...

?开启时空旅行的大门！有用的一本书！ 非常推荐 鸡汤都在说 你要先学会爱自己 才能让别人爱上你 你才能更长久的去爱别人 可是具体的方法又有几个人知道呢？ 大多数人都以为爱自己是不节制地给自己买东西花钱或者想吃什么就吃什么 但这都是媒体给爱自己带来的是刻板印象 其实你并不知道自己真的需要什么 而若要找到这一问题的答案 你需要回到过去 问问你的童年 问问你的本心 这本书 提供了很好的“时空旅行”方案

很多实际例子，简单易懂，确实有收获

这本书的题材很好，但是操作起来不一定实际

非常好的书，感恩！！！！

不错，有启发，准备按照书中的方法练习，相信会有更大的收获。

正在学习中，希望能有帮助

可以看看，性格不好的人都适合看

挺好的。这本书对我帮助很大！

给我的童年一个很好的解放！

给我妹子买的书，听她说有黏连在一起的纸张，感觉买到盗版了，有点小失望

不错。。。。。。。。

这个书很好，值得一看，很多道理明白了就不那么困惑了

[别永远伤在童年：如何疗愈自己的内在小孩_下载链接1](#)

书评

[别永远伤在童年：如何疗愈自己的内在小孩_下载链接1](#)