**新 书 推 荐**

**中文书名：《讨好心理学：被遗忘的第四种创伤反应》**

**英文书名：FAWNING: The Forgotten Fourth Trauma Response**

**作 者：Ingrid Clayton**

**出 版 社：Penguin/Putnam**

**代理公司：ANA/Zoey**

**页 数：待定**

**出版时间：2025年9月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：大纲和样章（2025年春有全稿）**

**类 型：大众心理**

**版权已授：英国、西班牙、土耳其、罗马尼亚、巴西、韩国、德国、意大利、荷兰**

**内容简介：**

逃跑（Flight）、战斗（Fight）以及僵住（Freeze），这三个创伤反应（3F）为大多数人所熟悉，但第四个创伤反应：讨好（Fawning），却少有人知，发表的研究材料更是少之又少。

从多迷走神经理论（polyvagal theory）角度来看，战斗或逃跑反应就像把脚踩在油门上。人处于危险中，就会产生战或逃的动作和动力。僵反应就如同把脚踩在刹车上，让人与不安全事件及身体解离。讨好则可以看作是一只脚踩油门，一只脚同时踩刹车。这样，既可以利用一定的社交活动来安抚自己，同时与完整自我断开联系。

英格丽德·克莱顿博士（**Ingrid Clayton, Ph.D**）是“讨好”心理专家和临床心理学家，她在《讨好心理学》一书中揭示了“讨好”这一未被充分理解但极其重要的创伤之谜。克莱顿借鉴了创伤反应的个人和临床经验，希望为借助自我抛弃来不断寻求安全的人提供资源和工具。

本书适合陷入人际关系中困境的人，适合渴望建立有意义和互惠关系的人，最重要的是，适合渴望与自我建立融洽关系的人。

**作者简介：**

**英格丽德·克莱顿博士（Ingrid Clayton, Ph.D）**是注册临床心理学家，拥有超个人心理学（transpersonal psychology）硕士学位和临床心理学博士学位。2004年以来，她一直在不同临床环境中工作，为酗酒者、成瘾者及其家人服务。英格丽德在成瘾方面的专业知识促使她深入研究12步康复中的精神分流（spiritual bypass），即利用精神来避免处理个人的现实或情感经历。她著有《恢复精神:在精神实践中实现情绪清醒》（Recovering Spirituality: Achieving Emotional Sobriety in Your Spiritual Practice），还有回忆录《相信我:从自恋虐待和复杂创伤中治愈》（Believing Me: Healing from Narcissistic Abuse and Complex Trauma）。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：[**Rights@nurnberg.com.cn**](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

