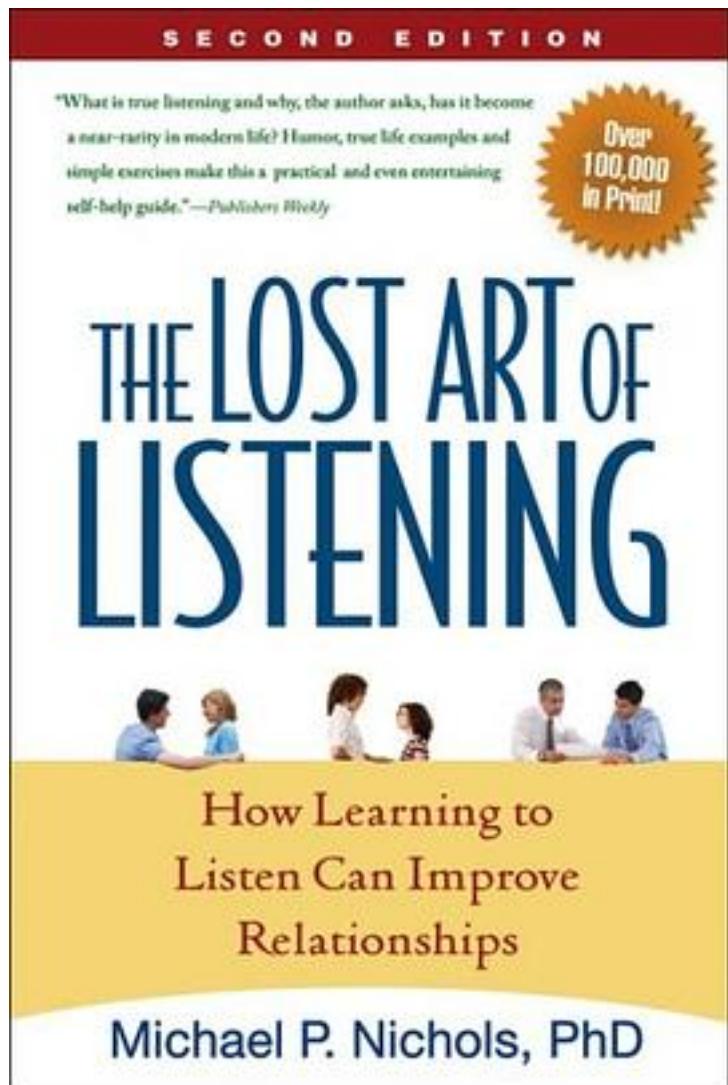


The Lost Art of Listening, Second Edition



[The Lost Art of Listening, Second Edition_ 下载链接1](#)

著者:Michael P. Nichols PhD

出版者:The Guilford Press

出版时间:2009-02-16

装帧:Paperback

isbn:9781593859862

This perennial bestseller has already helped many thousands of readers resolve conflicts and transform their relationships with family members, romantic partners, colleagues, and friends. Experienced therapist Michael P. Nichols explains why we often feel cut off from those we care about and provides easy-to-learn techniques for really hearing and being heard. Thoughtful, witty, and empathic, the book is filled with vivid examples that readers of all ages and walks of life can relate to. The revised second edition features practical exercises for building key skills, plus a new chapter on listening to kids and teens.

作者介绍:

麦克▪P.尼可斯博士 (Michael P. Nichols, PhD)

威廉玛丽学院的心理学教授，擅长家庭及婚姻心理治疗，也是极受欢迎的讲座演讲者，常做客于《欧普拉秀》《早安今天》等电视节目。他的著作除了广受欢迎的《好好说话第一步：学会倾听》(The Lost Art of Listening: How Learning to Listen Can Improve Relationships)之外，还包括修订十版的经典教科书《家庭治疗的理论与方法》(Family Therapy: Concepts and Methods) 及《停止与你的孩子争论》(Stop Arguing with Your Kids)、《家庭与伴侣评估》(Assessing Families and Couples) 等适合一般大众阅读的心理学著作。

目录:

[The Lost Art of Listening, Second Edition 下载链接1](#)

标签

communication

生活

心理学

人文

英文

科普

社科

沟通

评论

又是一本阅读过程中频频扎心的书，一直觉得自己沟通能力很强（好像很多人都这么觉得），但实际上，我们都是只顾着自己说个不停的混蛋，面对别人的倾诉，要么是压根没听进去，要么是像作者说的那样，男人忙着给建议女人忙着分享类似经历...

[The Lost Art of Listening, Second Edition 下载链接1](#)

书评

从小就被灌输要学会倾听，而不要只顾着表达自己。职业的关系，免不了要和许多各种各样的人打交道，却发现好的沟通可不只是“少说多听”这么简单，于是看到这本书就想从中得到些方法。

《好好说话第一步：学会倾听》一共分为四部分，第一部分告诉我们为什么倾听在我们的日常生活...

关于倾听的艺术，是沟通技巧中必不可少的一环，目前各大世面畅销书、课堂也多在讲解。

沟通与倾听是每个人要常常经验的，有时是顺畅有时是困难，因而造成了各种情绪的发生。

这看似每天都发生的小事，实则背后隐藏着我们的心理防御机制，和潜意识的诉求，甚至很多都是不经审视...

最基本的沟通公式：沟通=说话+倾听 说话=说事实+说观点+说情绪 倾听=? ? ?

微信读书上，关于『如何说话』的书随便一搜就超过了100本，关于『倾听』主题的书认真真的搜，加起来也没超过10本。其中真正专注于『成人世界如何倾听』并且确实有价值的，只有两本：《懂得倾听， ...

“我说话，你听得见吗？” “我不要你觉得，我要我觉得” 这几句话在影片《囧妈》中反复出现。

一个人说话，另一个人倾听，我们想当然地认为它是理所当然的，但很多时候，人们似乎都不听彼此说话。只说不听，就好像从中截断电线，还希望它能导电去点亮什么一样。那么，我们为什么...

每章的导言很好概括了本章内容。第一篇 为什么倾听这么重要

在多重的人际关系中，说与听是联结并维系双向关系的重要纽带。被倾听就是被认可，也就是我们的表达在别人身上得到反应，使我们的感觉、行动及用心有了意义。

如果一个人在说话时没有人听，那么说话者变无法满足传递...

现代社会生活节奏快，很多心理疾病成了这个时代的标准配置。前几天看了一篇微信公众号推文，写的就是现代人大多数遇到的问题，都是因为说话不当，引发的沟通问题。仔细想想，我们究竟为什么会有这些沟通问题呢？我想，这些沟通问题都是因为我们没有好好倾听别人讲话。临床心理学...

是否有人说你嘴笨，说话都说不来。是否本来想表达一个意思，出口之后却变成了另外一种意思。许许多多的误会来自于词不达意，许许多多的矛盾又源于解释不清。因此，好好说话就成为了重中之重。

本书《好好说话第一步——学会倾听》作者麦克·P·尼克斯博士，威廉玛丽学院的心理...

倾听是一件费力又沉默的事

读这本书的期间，和一帮朋友聚会，大家有一年半左右没坐在一块聊天了。有一个朋友忽然对我说：“有一天，你在电梯里对一个人说，‘下班了，玩游戏的时间不可以用来学点业务知识吗？’ 我觉得你做得非常不好！八小时以外，我的时间怎么安排，需要你来告...

人与人之间沟通的第一步，就是先倾听，只有听懂了，才能往下交谈。很多人，会出现“牛头不对马嘴”的现象是大多数是因为一开始没有好好倾听。因此，本书的书名称，好好说话第一步—学会倾听，尤为重要。

先说说书的作者麦克▪P.尼可斯博士，威廉玛丽学院的心理学教授，擅长家...

我们总是在抱怨：为什么不好好听我说话！每当我们发现对方似乎并没有那么认真的倾听了，难免会觉得受伤难过甚至生气，可能会有种没有被重视和尊重的感觉，那么在这时，我们是不是也该反思一下，在每一次的日常对话和沟通中，我们自己是否做好了倾听者这个角色？说来容...

上帝造人的时候让我们拥有两只耳朵、两只眼睛和一张嘴，就是让我们多听、多看、少说。我们对还不会说话的婴儿察言观色，倾听婴儿不同的哭声来了解他真正的需求，及时给他喂奶、换尿片和玩耍。随着孩子长大，我们变得越来越没有耐心倾听孩子，经常用命令的语气要求孩子做这做那...

[The Lost Art of Listening, Second Edition 下载链接1](#)