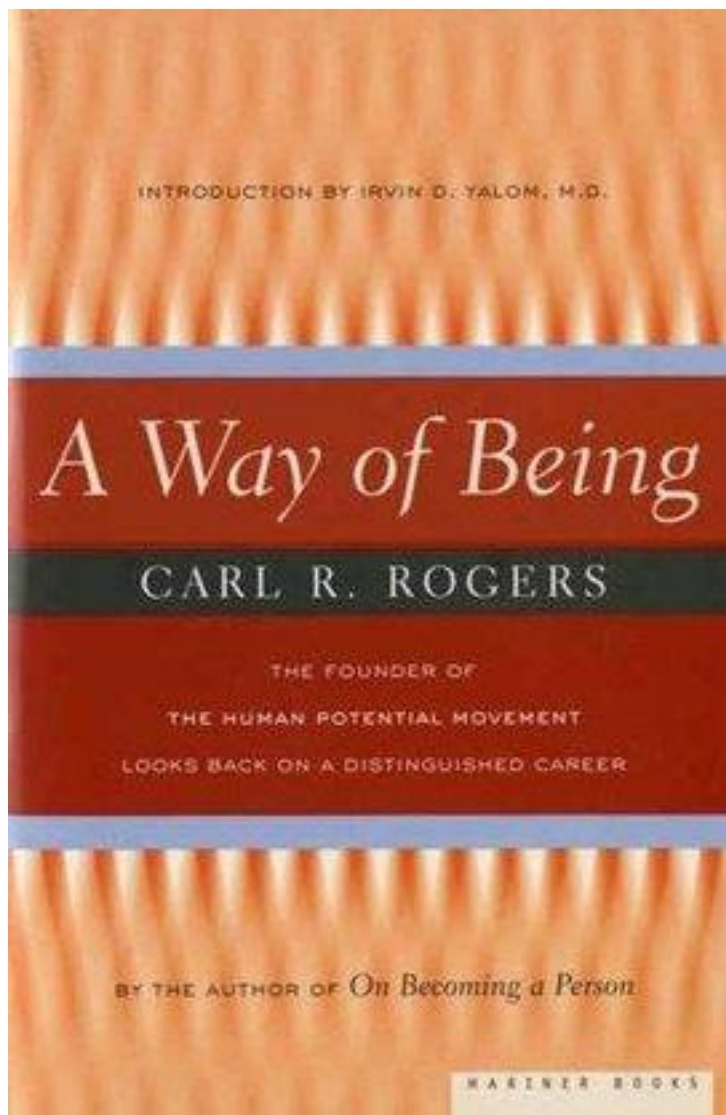


A Way of Being



[A Way of Being_ 下载链接1](#)

著者:Carl R. Rogers

出版者:Houghton Mifflin

出版时间:1980-11-24

装帧:Paperback

isbn:9780395300671

作者介绍:

卡尔·罗杰斯（1902—1987），美国著名心理学家、人本主义心理学的理论家和发起者、心理治疗家，被誉为“人本主义心理学之父”。他从事心理咨询和治疗的实践与研究，并因“以当事人为中心”的心理治疗方法而驰名。他曾当选为美国心理学会主席，也曾担任临床和变态心理学分会主席，1956年获美国心理学会颁发的杰出科学贡献奖。

目录:

[A Way of Being_ 下载链接1](#)

标签

心理学

WZH

ING

评论

真的是改变交流观念的一本书，一下子找到许多次交流不顺的答案。“unconditional positive regard”，我知道这会是我记得一辈子的词。

[A Way of Being_ 下载链接1](#)

书评

原来我有着孤独的模样 ——《论人的成长》读后感 (文/婧婧)
自从意识到该自我成长，要学会看这个世界后，思维的灵感...

对人本主义的误解还是很流行的。轻视它的人说，人本太简单了，不就共情倾听吗，这算什么心理疗法呢？

人本主义的共情，倾听其实一点都不简单。就像是内功，这一出手看起来好像和普通人没什么不一样，力道却差远了。共情，积极倾听说起来容易，都会说，做起来却不是那么简单。老...

生命的过程就是做自己，成为自己的过程。

——这句话是写在罗杰斯《论人的成长》这本书封面的话，每每看到这句内心都被激起无数感动、激动、幸福的涟漪。

我想，自己这10年的成长之路，其实就是这样一个过程。

罗杰斯的这本《论人的成长》是今年新出版的一本书，也是他的文集...

推荐序中的错误 亚隆写的推荐序，亚隆的文字其实通俗易懂，很好翻译。

这篇文字中错误如下： 1. p001 第三段：

罗杰斯不仅为她悲惨荒芜的一生感到悲痛，也对精神病医生通过毫无人情味和带有偏见的精确诊断，将其移情为一个物体而感到愤怒。

此处“移情”不妥，原文是“transfor...

关注到“个人成长”的话题由来已久，看了各种心理咨询的流派，希望理出来个线索和脉络。这本书是人本主义心理学代表人物罗杰斯的代表作。

人本主义的假设：个体的内在存在大量的资源给用于自我认知，改变自我概念、态度以及自我导向行动——只有提供清晰的氛围，促进心理上的...

看完后觉得人迷迷瞪瞪的，不太懂那些会心组织怎么就让参与者短短几十天或者几天就觉得有所收获，感动到哭泣，有种邪教既视感。倾听和共情是一个重要的手段，一对一或者少数人群可以达到效果，但是人数众多后，人们倾向于服从集体，这个效果必然大打折扣，我的认知目前还没办法...

“生命的过程，就是做自己，成为自己的过程。”——卡尔·罗杰斯

说到成长，我们可能首先想到的是，一个人在经历了诸多磨难，或者得到了别人的指导性的建议后，就会实现。但是，如果你仔细想想，现代人之所以会出现抑郁、神经症，甚至自杀倾向，真的是因为他们经历的磨难不够吗...

人本主义心理疗法

每个人的内心都蕴含着认识自我，发展自我和改变自我的丰富资源和巨大潜力，只要营造出支持性的心理氛围，就可以充分调动这些资源，帮助治疗心理疾病，实现人的全面成长。

现代人的孤独，其实是由于缺乏真正的沟通，不仅仅是言语上的沟通，必须伴随着深度倾听...

人本主义心理疗法

每个人的内心都蕴含着认识自我，发展自我和改变自我的丰富资源和巨大潜力，只要营造出支持性的心理氛围，就可以充分调动这些资源，帮助治疗心理疾病，实现人的全面成长。

现代人的孤独，其实是由于缺乏真正的沟通，不仅仅是言语上的沟通，必须伴随着深度倾听...

在20世纪五、六十年代的美国，人本主义流派作为一股全新的心理学势力兴起，成为行为学派和精神分析学派以外的第三势力。卡尔·罗杰斯正是人本主义的代表，也被心理学史学家誉为“人本主义心理学之父”。罗杰斯著作颇多，《论人的成长》一书，则是以他的自我经历为主线，讲...

有这样一个有趣的段子。妻子：我发现你越来越不爱我了！丈夫：我怎么不爱你了？妻子：我明天不吃饭了，去把你经理打一顿。丈夫：为什么打我经理？妻子：你果然不爱我了，都不问我为什么不吃饭？很多人会把这个段子里的争吵看作是女性感性思维的体现，实际上男性的感性思...

这次的书评，有感而发，不吐不快。

《论人的成长》是卡尔罗杰斯的代表作，但这唯一的中译本充满了生硬晦涩的翻译，让读者如堕五里雾中，只知前言，不明后语。举例来说，第48页，“接着，我听取磁带上的相互交流。这里的顺序是经验流动里丢失的。”什么是：顺序是...

这本书是05年的圣诞节一个外国朋友送的，当时正是我对人本主义心理学，或者说对罗杰斯痴迷的时候，想看看他的原著，一个美国同样感兴趣的朋友送了一本给我。我觉得书名可以翻译为《人生之路》，就像作者说，每个人都在通过自己的努力追求更好的生活，首先要接受自己，...

什么是现实，罗杰斯《论人的成长》说是人对客观事物的群体观念。
一直以来我不仅离得人群的观念有些远，还不是很能理解这些观念。但是最近的一些心灵上的成长，带我离喧嚣、热闹、生意更近了一些，离这些观念更近了一点，离现实更近了一点。从前心情焦虑，无所事事。现在在生...

第一次了解到人本主义心理学，去除了心理学的技术论调，充满了人文关怀。印象深刻的是
作者没有自上而下的作为心理学家和作者，去介绍自己的思想。而是从自己的感受出发，去和读者交流思想。每一个章节，作者都会先谈到他写这一章的感受，包括他的担心、期盼、困惑、坚持等等。...

2017年读完的第一本书，也是本周工作之余读的，只能说太棒，用我自己的任何话来总结与原文相比都写的太苍白，对人生的很多矛盾的过程都有了更加深入地认识和领悟，谁都给不了你答案，唯有投向自己的内心。“生命就是做自己、成为自己的过程”、“一个人有时要反对她的父母，有...

常觉得生活目标模糊游移 但是从未改变和怀疑的是 内在的自我发现与完善是一生的事
阅读这本书的过程本身就是一种growing experience

《论人的成长》是美国心理学家卡尔·罗杰斯关于心理学的一部著作，是大师七十高龄仍旧笔耕不辍的成果。全书分为四个部分，从个人到团体，从眼下到未来，论述了罗杰斯的看法和观点，关于心理学，关于他倡导的学派以及这个学派的发展。
在评价这本书之前，对罗杰斯的出身应该有所...

[A Way of Being_下载链接1_](#)