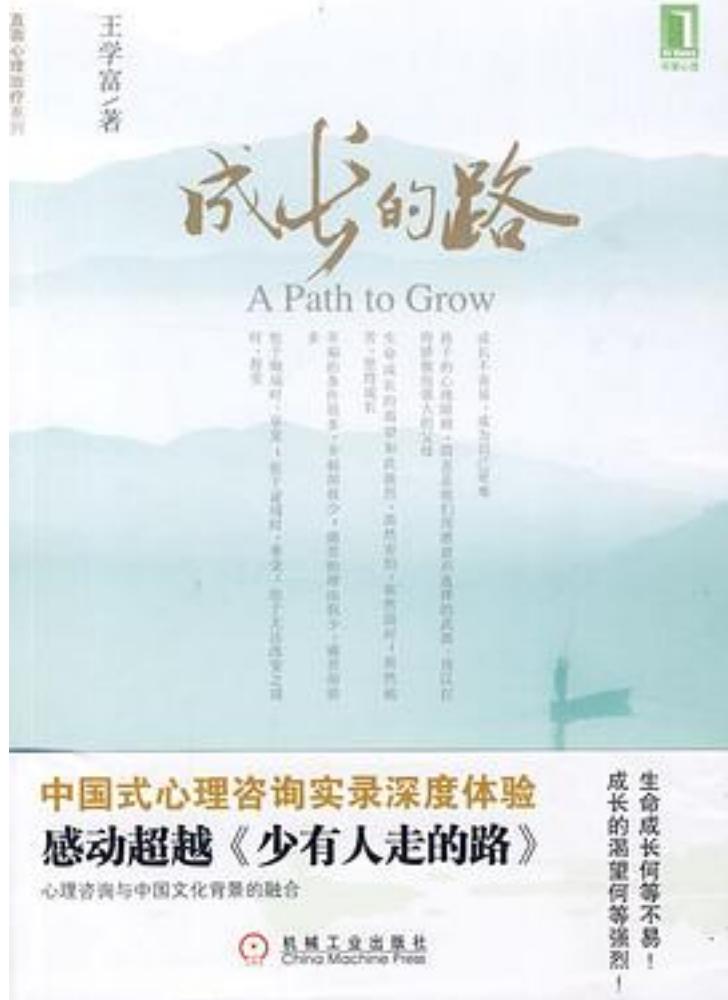


成长的路



[成长的路_下载链接1](#)

著者:王学富

出版者:机械工业

出版时间:2010-4

装帧:

isbn:9787111301486

《成长的路》不仅仅是作者十多年心理治疗经验的精华提炼，更是一本带给人心灵和精

神冲击的经典之作，它像一座灯塔，指引着那些在自我探索和提升中迷失自己的人们，发现爱的本质，体会内心的宁静，从而找到真正的自我。心理障碍是一个人生命受损、成长停滞的状态，而心理咨询全部的工作就是医治生命，助人成长，让一个人有空间、有机会改变，获得更充分的成长。

十多年来从事心理咨询，几乎每天接待前来寻求帮助的人。在我眼中，他们往往是受伤的人，在情感上受了伤，在关系里受了伤。他们向我讲述自己的困难和困扰，在所有这一切的背后，我看到的是伤害。对此，他们自己并不觉察。生命成长何等不易！一个人在成长过程中要受到许多因素的阻碍、伤害，最可悲的是，最深的伤害和阻碍往往来自最亲的人。

成长的渴望又是何等强烈！虽然会有阻碍和伤害，但他内心里有一个强烈成长的渴望，只要有一点机会，有一缕光亮，有一个缝隙，这个渴望就会冒出来。

“直面心理分析”是中国文化背景下的智慧，有中国精神的品质，更是在心理咨询室里长期跟求助者进行深密接触的经验里建立起来的。

《成长的路》是我十多年心理治疗经验的总结提炼，不敢奢求它能带给您内心多么深的触动，只希望它能像一座灯塔，指引那些在自我探索和提升中迷失自己的人们，发现爱的本质，体会内心的宁静，从而找到真正的自我。期待与您一起踏上生命成长之路，在喧嚣之中寻觅一份宁静深省。我总在那里，叩门即可。

作者介绍：

王学富

南京直面心理咨询研究所所长、心理咨询专家，美国安多弗·牛顿学院心理学与辅导专业硕士，美国富勒心理学院访问学者，洛基大学存在一人本心理学国际学者，“直面疗法”创导者，中国存在主义心理治疗第一人。

目录：

推荐序
前言
成长的路
恐惧与成长
“我不要长大！”
为了成为自己存在的谈话是穿越，还是绕开爱的智慧
当心孩子太乖顺
过度保护下的孩子
聪明之误
智商与成功享受过程，接受结果
度成长无法逃避高自尊的人
成长的路
“一大堆人”
老吴的难处
成长的四个层面
直面的四种能力
放下执念
当“缺钱”成了一种症状……放下与放弃
完美与独特
我是普通人
直面生活
我们内心的倔根人
与自己的对抗生活
三“受”
作者简介

· · · · · (收起)

[成长的路 下载链接1](#)

标签

心理学

成长

心理咨询

心理

疗愈书籍

心理学案例、分析

成长的路

心灵

评论

直面成长这苦旅，我们要修炼的是，关联、拒绝、分辨、超越的能力。要享受，这样得以欢喜；要承受，这样活出意义来；要接受，这样葆有自由。

亚马逊电子书，手机上读完。挺喜欢这个作者的，但感觉这本书内容有些杂乱，四星。

省，思，行。努力是本分，收获是意外。

中亚特价买的，满分好评。“生命的目的是成长，目标是成为自己”。以案例作为引子，引出一个个理论，但并没有深入。感觉作者的目的还是让读者自己探讨。

浅显但很有启发性，从细节和经验而来，不是从理论往下套的

贴近我国现实的心理问题解读与疏导

每一篇都值得自我反省，写一篇短评。

没想到王学富老师还是文学博士！

心理障碍是一个人生命受损、成长停滞的状态，而心理咨询全部的工作就是医治生命，助人成长，让一个人有空间、有机会改变，获得更充分的成长，不是追求完美，而是活得完整。“不是完美，而是完整”。

很多亲子关系和抑郁症的案例，可以以此来反观内省，增加对自我的了解和改善自己的心理。

给我的某些病态的观点指出了错误的来源和原因，收获了一些有益可行的教导。
有几段的分析写得太抽象，读着太费劲，这种书可以写得稍微口语化，便于接受些。

《成长的路》更关注自我的成长，作为家长，作为孩子都适合阅读。家长和孩子的都是相互独立的个体，应持有共同成长的态度。这本书将工作中的案例和心理学教学穿插进行，让读者更好的理解，是难得的心理学方面优秀的作品，作者同系列的几本书建议都可以阅读，发现我们自己成长中的缺失。

把老师的第二本书看完了，讲的很透彻清晰，比起分析更像是一种记述。

主题写太大了，能力又不足，想讲的都没讲清楚。
不过想了解心理咨询是怎么一回事的人，可以以此作为科普。

这么少人读~专家推荐的，直面心理分析（不懂这个专业术语），计划读中

享受，承受，接受

近距离有接触过的老师之一，非常有感染力非常有智慧的长者。读的时候几次落泪不仅仅是老师的洞察力更是因为发现原来世界有如此之多的相同病患孤儿

字字珠玑

非常让人感动的一本书，我一直坚信痛苦的经历可以磨砺人，让人更加优秀，没想到大多数苦难只能让人活的更加痛苦，就像绝大多数基因突变给生物带来的只有灾难一样，只有少数的基因突变是好的，痛苦也一样，大多数给人带来的是更大的摧残，努力的把痛苦转化为动力

在他人的故事里疗养自己

虽然受伤，但依旧可以选择成长。

[成长的路](#) [下载链接1](#)

书评

中国大多数的家长有一种惯性，会将自身做不到的事变成任务加到孩子身上。望子成龙，望女成凤这两个用烂的成语更是体现出中国家长培养孩子的执念。《成长的路》是王学富老师心理治疗经验的精炼汇总，书中的部分案例，点出了父母的期望值与孩子需求不对等的坏处，给人以警示。为...

生命成长何等不易！成长的渴望何等强烈！成长不容易，成为自己更难。
孩子的心理障碍，简直是他们用潜意识选择的武器，用以打垮骄傲而强大的父母。
生命成长的渴望如此强烈，虽然害怕，依然面对；虽然痛苦，坚持成长。
幸福的条件很多，幸福却很少；痛苦的理由很少，痛苦...

“成长不容易，成为自己更难。”
这条路确实应该自己经历，自己体味，自己找寻，自己继续一直一直，在路上！

从普遍的角度来说，我们大多数人都没受过什么系统的心理学训练，也没有经历过真正的心理咨询，与此相关的知识好像自然地就在我们的脑海之中生成并存在着，就像不需要新华辞典我们也能在读到“心理”这个词的时候领会它的意思。
但绝大多数并不能代表全部，造物之神奇就在于对所...

幸福的条件很多，幸福却很少；痛苦的理由很少，痛苦却很多。我安慰了自己三个月。
反反复复的翻这种书..可是还是有要全线崩盘的趋势..ヽ(ﾟ_ゝ)ノ快要装不下去了。我
错了咩？我哪里不够好？我很委屈。

[成长的路](#) [下载链接1](#)