

# 青蛙变王子



[青蛙变王子\\_下载链接1](#)

著者:约翰.葛瑞德

出版者:

出版时间:1997-2

装帧:

isbn:

作者介绍:

NLP的原创之一，心理学硕士，语言学博士。早年曾乡美国CIA机构海外单位服务。以其模仿语言及行为的特殊能力，屡建奇功，数度获奖。退役后在圣塔. 克鲁斯加州大学一方面研修博士学位，一方面当助理教授。就在这段期间与另一NLP创始人理查. 班德勒，当其所开课程的督导教授。于焉一段骇人听闻、惊天动地的新临床心理学被发展出来。

理查. 班德勒

NLP的创始人。出生及成长于美国北加州的圣荷西市。生而聪颖，常有惊人之举。他大

学毕业于圣塔. 克鲁斯的北加大数学信息系。醉心于临床心理学。因不满于传统学院式的心理学，私淑当时在北美最有名的四大应用及临床心理学大师之门下。于七十年代初期在无心插柳的情况下与其助理教授约翰. 葛瑞德合创了神经语言程序学的初胚。引进许多后来人的加入发展，而使NLP快速成为临床心理治疗的显学。

目录:

[青蛙变王子 下载链接1](#)

标签

NLP

科普

心理学

justdoit

@作者\_理查·班德勒、约翰·葛瑞德

评论

[青蛙变王子 下载链接1](#)

书评

此书三章，写的很好，只有一点没有点明：逻辑。  
但其实书是按照逻辑写的，只是没说出来。  
首先是经验了解，第二是历史映射，第三是重建架构。 实战其实就是这样：

首先要通过观察，了解对方的经验，这是最基本的，最开始的。  
接下来，就是同步于对方的经验，完成映射、呼...

---

NLP四大原始手稿之一，也是《瞬间亲和力》的班德勒版本。与其说是本书，更多的是  
一场工作坊的逐字稿。本来就很口语化随性的演讲，加上晦涩的翻译，让这本书看起来  
异常的便秘。  
还好有一些基础，不至于云里雾里。这本书主要是介绍解读线索（Accessing  
Cuse）、心锚（Anchoring）...

---

NLP是建构人类经验和沟通模式的，明确而有效的方法。

许多NLP的执行师已经证明：灵活运用NLP原则，可使人有办法以详尽的方式，描  
述人类活动，并使你能够轻易而快速地深层改变行为，并持续其效果。NLP使用的范  
围非常广，也非常「神效」，它可以：（一）在不到一...

---

关键词：契合、心锚、重建架构

如果对NLP有兴趣，那这本NLP创始人的著作之一，则是必读之物，NLP的发展离不开  
这些基本。

美国心理学家研究发现，沟通的效果来源于：文字占7%、声调占38%、身体语言占55%。  
那沟通是为了什么？我个人认为沟通的目的和本质是能够清楚...

---

好像是一个研讨会的笔录，但不乏闪光点 前2章适合心理治疗师看  
第3章，即使自己用来看做自我治疗，也是非常有效的

---

生活就像强奸，要么反抗要么就去享受 工作就像轮奸，您不行就让别人上  
社会就像自慰，所有的都要靠自己的双手来解决

我相信，很多人都处于这样的生活，为了生存，生活，工作，人际，甚至是爱情，都是  
凑合。生活中，总受人白眼，发现自己说的话，总是让人忽略，工作总是拿不到...

---

[青蛙变王子 下载链接1](#)