

《愛的語言——非暴力溝通》

图书基本信息

书名：《愛的語言——非暴力溝通》

13位ISBN编号：9789575466565

10位ISBN编号：957546656X

出版时间：2011-10

出版社：光啟文化

作者：Marshall B. Rosenberg 马歇尔·卢森堡

页数：216

译者：阮胤華

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《愛的語言——非暴力溝通》

內容概要

生活在充斥著比較與論斷的社會文化中，我們習於判斷他人的是非對錯，話語中也往往充滿指責、嘲諷、批判的意味，這些思考和溝通模式帶來了情感和精神上的創傷，導致人與人之間的關係愈加疏離、冷漠，人際衝突也就在所難免。

馬歇爾·盧森堡博士早年深受言語和肢體暴力之苦，使他不禁開始思索：「究竟是什麼，使人們難以體會到心中的愛，以致互相傷害？又是什麼，讓有些人即使在充滿敵意的環境中，也能心存愛意？」最後，他發現了一種愛的語言，依此來談話和傾聽，能使人們心意相通、和諧共處，這就是「非暴力溝通」。

作者深信在一切衝突的表面下，反映出人心深處尚未得到滿足的種種需要。透過非暴力溝通，我們不但能誠實地表達自己，又能深入地傾聽他人，建立心與心之間的聯繫，使雙方毋須委曲求全就能滿足彼此的需要，和平地化解衝突。

非暴力溝通的功能：

突破那些引發爭論、憤怒和焦慮等負面情緒的思維方式。

和平地化解人際衝突，諸如發生在家庭、學校、職場或種族間的衝突。

培養彼此尊重、互愛互助的人際關係。

療癒人際關係中的傷痛，建立和諧的生命體驗。

《愛的語言——非暴力溝通》

作者簡介

盧森堡博士 (Marshall B. Rosenberg, Ph.D.)

是非暴力溝通中心(CNVC: The Center for Nonviolent Communication)這一非營利機構的創始人及教育服務主管。2006年，他獲得了地球村基金會頒發的「和平之橋」獎。

他早年生活在動盪不安的底特律市，遭遇了許多暴力。於是，他對運用新的溝通方式和平解決分歧產生了濃厚的興趣，促使他開始學習臨床心理學。1961年，他從美國威斯康辛大學獲得該專業的博士學位。他接下來的生活經歷和對宗教的比較研究激勵他發展了非暴力溝通模式。

手上拿著吉他和布偶，在世界上一些最為暴力的區域工作，盧森堡博士展示了如何創造一個更和平的世界。

《愛的語言——非暴力溝通》

精彩短评

- 1、因为是台版，读的不是很顺畅。
这种书只读一遍是远远不够的。
- 2、看看

《愛的語言——非暴力溝通》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com