

<<语言的魔力>>

图书基本信息

书名：<<语言的魔力>>

13位ISBN编号：9787506291361

10位ISBN编号：7506291363

出版时间：2008-10

出版公司：世界图书出版公司

作者：罗伯特·迪尔茨

页数：260

译者：谭洪岗

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：<http://www.tushu007.com>

<<语言的魔力>>

前言

我最早看到关于NLP(身心语言程序学)的书，是2000年前后，当时还在北京大学心理系读研。一开始看不出这和市面上流行的成功学有何区别，只感觉夸大其词，便下意识归到“怪力乱神”一类，没怎么上心。

我对NLP的印象，直到2007年4月才霍然改观。

那是在杭州，见到香港的系统排列导师和NLP导师郑立峰先生，听他谈起NLP心得，大意是说：NLP的核心是模仿，模仿成功和卓越模式。

成功学抄了NLP一些皮毛，但未得要领。

NLP本身只是一套方法论，就像一把钥匙，掌握好了，可以开很多扇门。

当然如果把钥匙当成了答案，那会走偏。

我听了顿时为之心动。

是谁说过，人生的一切际遇，无非是为了帮助我们学习，和精神上成长。

今天，终身学习快要说滥了；然而，我曾在学校里读过二十年书，近年也参加众多短训，却越来越觉得少学了重要的一课：学习和模仿的方法——怎样了解和确定，眼前这个阶段需要学些什么？向谁学对自己更为合适？怎样学到精髓，而不仅仅是形似？如何让学习带来生命的改变？或者至少促进改变的历程？这是杭州一席话后，NLP吸引我的地方：关于模仿本质的探索和总结，若能拿来灵活变通地运用、触类旁通地汲取、融会贯通相关的思想和体验，岂不是可以加快很多事情的进程？从那以后，我才开始好奇和留心，在学习与模仿中，如何掌握“可以开很多扇门”的钥匙，并把它用在合适的地方，用到合适的程度。

之后，便有了机缘翻译本书。

<<语言的魔力>>

内容概要

从如何与别人交谈到确定自己的生活道路；从简单的句式转换到各种回应术模式的综合运用，本书在不知不觉间转变了我们的信念，教会了我们一种全新的世界观——这就是回应术的神奇之处。或许本书教会你的远不止这些。一个积极的人生态度；一种快乐、健康的心理状态，体现在我们日常生活的点点滴滴中。

<<语言的魔力>>

作者简介

罗伯特·迪尔茨 (Robert Dilts) , 国际顶级NLP大师, 被公认为现今对NLP贡献最多的人。自1975年以来作为NLP的开发者、作者、培训师和顾问, 除了率先把NLP应用于组织发展、教育、创造力开发、保健、领导力培养之外, 还整理和开发了系统NLP、理解层次、重塑印记法、矛盾整合、消除过敏等许多著名的NLP技巧。他对NLP领域的贡献还包括策略和信念系统NLP技术的前期工作。NLP作为改变人类思维方式的工具, 正被越来越多的人应用于生活和工作。

<<语言的魔力>>

书籍目录

译者序 献辞 致谢 前言 第一章 语言与经验 神奇的语言 语言和身心语言程序学 地图和实景 经验（体验） 语言如何框架体验 第二章 框架和换框 框架 转移结果 换框 改变框架大小 情境换框 意义换框 批评与批评者换框 回应术模式之“意图”与“重新定义” 一字换框法练习 以“第二人称”的另一世界 观看事情 第三章 归类 归类的形式 向下分类 向上归类 横向归类（找出比喻） 练习：找到相类 标记和重新标记 价值观与准则 意义的结构 价值观与动机 准则和判断 以重新定义来链接准则与价值观 向下分类以界定“标准等同” 现实检验策略 现实检验策略练习 向上归类以识别和应用价值观与准则 层次 准则层次技术 第五章 信念和预期 信念和信念系统 信念的力量 限制性信念 预期 预期与回应术 模式之后果法 描绘关键信念和预期 评估改变的动机 信念评估单 用“就像”框架强化信念和预期 “就像”练习 第六章 信念的基本结构 信念的语言结构 因果 回应术与信念结构 价值观审视 价值观审视工作表 信念审视 用反例重新评估限制性信念 引起限制性信念陈述的言语框架 产生反例 第七章 内在状态与自然发生的信念改变 信念改变的自然过程 信念改变循环 信念改变与内在状态 练习：启动和锚定一个状态 指导和内在指导者 信念改变循环的程序 信念链接 非言语沟通的影响 第八章 思想病毒与信念的后设结构 信念的后设结构 思想病毒 前提假设 自我参考 逻辑类型理论 对信念或归纳总结 反击其身 超越框架 逻辑层次 改变逻辑层次 第九章 系统应用各种模式 回应术模式的定义和举例 回应术模式作为言语干预的一个系统 将回应术用做系统模式 用回应术创立和维持“思想病毒” 回应术与必需的多样性法则 用回应术换框和“破框” 思想病毒 练习回应术 第十章 结论 结论后记 参考文献

<<语言的魔力>>

章节摘录

我们的世界地图可以与我们对世界的经验相对照。

“经验”指感觉、感受、觉察周围的世界和我们的内在反应的过程。

我们对日落、争辩、度假的体验，与我们对这些事件的感知和参与有关。

根据NLP的观点，我们的经验由感官所接收的外部环境信息，和内部出现的相关的记忆、幻想、感觉和情绪所构成。

“经验”这个词也用来指生活中所累积的知识。

我们感知到的信息被持续编码或叠加到以往的知识中。

这样，我们的经验就是用来创造地图或世界观的原材料。

感官体验指通过某种感官(眼睛，耳朵，皮肤，鼻子，舌头)所接收到的信息，以及由这些信息得来的对外部世界的认识。

感官是人类和动物感知周围世界的能力。

每个感觉通路，都是某种只回应一定范围刺激(光波，声波，躯体接触等等)的过滤器，这些感觉通路因物种而各异。

作为我们与外界互动的主要方式，感觉是我们“认识世界的窗口”。

我们关于自身存在的所有信息都来自这些感觉窗口。

因此NLP高度重视感官体验。

NLP认为感官体验是我们所有对外界认识的最初来源，也是我们建构世界观的基本建筑材料。

有效的学习、沟通和模仿，都扎根于感官体验。

感官体验可以与其他类型的体验例如幻想和幻觉做对照，幻想和幻觉产生于人脑内部而不是由感官所接收的。

除了由感官所获得的体验外，人类也有内部知识网络和由内在体验所建构的信息，例如“思维”，“信念”，“价值观”，“自我感”。

我们内在的知识网创立了另一套内部过滤器，来集中和指导我们的感觉(也会对感官接收的信息加以删减、扭曲和归纳总结)。

<<语言的魔力>>

后记

希望你喜欢对于回应术的探索。

如果你有兴趣更深地探索这些模式，或者身心语言程序学的其他方面，本页介绍了进一步发展和应用这些特性、策略和技能的其他资源与工具。

NLP大学是为基础NLP技能和高级NLP技能提供高质量培训的组织，也促进NLP的新模式及其在健康、工商管理、创新与学习等领域的应用。

每年夏天，NLP大学在加州大学的圣克鲁兹(santa cruz)有培训项目，提供关于NLP技能的延伸课程，包括高级语言模式如回应术。

<<语言的魔力>>

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:<http://www.tushu007.com>