

# 《為什麼我不敢告訴您我是誰》

## 图书基本信息

书名：《為什麼我不敢告訴您我是誰》

13位ISBN编号：9789579085106

10位ISBN编号：9579085102

出版时间：1992年06月15日

出版社：道聲

作者：包約翰

页数：210

译者：崔菱

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《為什麼我不敢告訴您我是誰》

## 內容概要

Why am I afraid to tell you who I am?

本書告訴你一個你所熟悉而又陌生的問題——「我是誰？」

每一個人都可以在這本書中找到他自己所扮演的角色，並能找出在現代錯綜複雜的社會中怎樣與人相處的秘訣。

# 《為什麼我不敢告訴您我是誰》

## 精彩短评

- 1、为什么国内不出这本书呢？这本书从书名到导读到内容，都非常有畅销书气质，香港中文大学也有推荐，书的内容对处于不稳定期的大学生来说，确实是蛮有用的，为啥都没再出呢？
- 2、我们每个人都虚与委蛇的过着生活，我知道坦诚无比艰难，可怎么能忍心辜负内心那个真实的自己。
- 3、應該是不錯的書 然而有些地方翻得實在讓人看不懂....
- 4、:无
- 5、这本书多年看的了，所以具体内容其实我是想不起来的。但是这本书当时看完后带给自己的改变，确是一直在受益。

道声出版社的这本书是以前一个香港的朋友送的，真是好机缘巧合，这本书送给我很久很久我都没有翻过。直到有阵子一直觉得自己内心很不快乐，当时也看了市面上很多这种类型的书，也在google百度上搜索如何寻找真正的快乐这类看似直白无力甚至白痴的问题。但真正帮我解决问题的是这本书，书中的很多章节看到我多次流泪。

这个系列另外那本为什么我不敢爱（名字有点忘记了，自己乱翻译的），朋友也送了我，不过翻了几次都没看完，相比之下应该这本书更有普世救治的效用吧。

祝愿所有寻找快乐的人都能早日接触到这本经典好书！

- 6、讲了要把真实的自己放在人前。但是没有教我，真心被扔进垃圾桶后要怎么收拾。践踏之后很痛。
- 7、好看，清楚解剖人的内心。可是它一面倒寫不坦白的壞處，而沒有解釋坦白後如何應付被拒絕的情緒。
- 8、完全人的内向性与外向性的平衡；沟通的五个层次。
- 9、强烈推荐~
- 10、這本書我是在修會讀的，也是用了一天的時間，為什麼我不敢愛這本書在網站有電子版的可以看，都是非常的深入淺出，我也很喜歡。難得看到書評真是不錯，哈，因為我太懶了，都沒有寫過書評

# 《為什麼我不敢告訴您我是誰》

## 精彩书评

1、这应该算是一本个性心理学的书，但是我看着却十分励志。书的篇幅不多，字数简练，只要短短一天不到的时间便可以通读，在阅读的过程中，每每拍案叫绝。美国人在研究人的个性和心理方面果然十分深入，难怪走在学术前沿。本书出版于92年，但是这本92年的书却有着到现在仍然十分通用的观察分析。道声出版社是台湾的一家出版社，我草草看了一下它这套系列里面其他的丛书，发现，真的都很不错，可惜，没有时间和精力去全部通读一遍。why am I afraid to tell you who I am? But, if I tell you who I am, you may not like who I am, and it's all that I have. 这本书深入浅出的分析了人的心理缺陷，可能并不全面，但是也有很深刻的值得借鉴学习的方面。我们不敢面对自己心理上的一些残缺，通过一些补偿的方式反应在自己的性格上面。我们成了这些缺陷的奴隶，而本书希望我们能够正视自己或他人身上这些种种的问题，去平衡它们，而不是被它们所控制。诚实的面对自己，诚实的表达自己。但是这种诚实，同样也应该是理智的，聪明的，适当的，而不是莽撞的，愚蠢的。我们反省自己，与别人做正常诚恳的交流，以此来达成与别人交心的沟通，不断完善自己。书中讲述的内容如醍醐灌顶，确实让我有了某种程度的透彻和理解。但是，也需要表明的是，其实要在生活中实践需要很大的智慧，很不容易做到。巴金曾经说过：把心拿出来吧。雷抒雁痛苦的说：当心被鸟啄破了。我想人与人之间彼此敞开心扉，是一件不容易做到的事情，道理可以借鉴，但是也要活学活用。不过，诚实待人，虽然偶尔会遭受挫折，但是只要有豁达的心胸，适当的智慧，总是会收获无价真心。五星推荐

。-----豆瓣竟然没有这本书的前一本读本，why am i afraid to love. 等我去补上，这本书应该是why am i afraid to tell you who i am 的前传，有兴趣的可以看看。~~~~(&t;\_&t;)~~~~ 算了，不看也罢

2、这本书多年看的了，所以具体内容其实我是想不起来的。但是这本书当时看完后带给自己的改变，确是一直在受益。道声出版社的这本书是以前一个香港的朋友送的，真是好机缘巧合，这本书送给我很久很久我都没有翻过。直到有阵子一直觉得自己内心很不快乐，当时也看了市面上很多这种类型的书，也在google百度上搜索如何寻找真正的快乐这类看似直白无力甚至白痴的问题。但真正帮我解决问题的是这本书，书中的很多章节看到我多次流泪。这个系列另外那本为什么我不敢爱（名字有点忘记了，自己乱翻译的），朋友也送了我，不过翻了几次都没看完，相较之下应该这本书更有普世救治的效用吧。祝愿所有寻找快乐的人都能早日接触到这本经典好书！

# 《為什麼我不敢告訴您我是誰》

## 章节试读

### 1、《為什麼我不敢告訴您我是誰》的笔记-第1页

"我对我自己的了解，只有我有勇气对你表露的那么多。开放和诚实地表露我自己需要最赤裸裸的勇气。例如如果我告诉你我是谁，你可能不会喜欢那个真正的我，而那是我所仅有的。如果我赤裸裸地向你暴露我这个人，不要让我觉得羞耻。"

名字和最开始的简介都很棒啊，一直很想看，后来发现图书馆有就跑去借了

借到的是民国77年版，看着比这本还老.....

这一版的封面设计也很精彩，双重的遮掩感，很适合《为什么我不敢告诉你我是谁？》这个书名。

总领全书的一句话，放在内页这里，也很精巧，老实说，这句话选的真棒啊，放在这里让人非常有共鸣感，诚如作者所说，现代社会，人人都有面具，无法坦诚相对。

而且这本书写的.....很平实，起码不像之前读过的别的心理学书籍，高深的理论很多，这本书很口语化，很多时候是用第一人称来讲述例子。

目录汇总，后面那些类型示意个人觉得看名字就够了

这五个等级划分的很有意思啊

自我防卫的方法也蛮全面蛮有意思的最后这个让我有点感慨，确实对于自己的面具，要坦诚、要表达，但别人的面具却是禁区。

# 《為什麼我不敢告訴您我是誰》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)