# 少有人走的路读后感1500字

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2025-02-19

*倾听是爱的艺术——读《少有人走的路》有感这本书的作者是毕业于哈佛大学，获得硕士和博士学位的M.斯科特.派克，他长期从事心理治疗实践，取得了卓著成绩，他被誉为“我们这个时代最杰出的心理医生”。这是一本震惊世界的名著，出版后未经宣传，经人们口耳...*

倾听是爱的艺术

——读《少有人走的路》有感

这本书的作者是毕业于哈佛大学，获得硕士和博士学位的M.斯科特.派克，他长期从事心理治疗实践，取得了卓著成绩，他被誉为“我们这个时代最杰出的心理医生”。

这是一本震惊世界的名著，出版后未经宣传，经人们口耳相传，迅速畅销起来。仅在北美，其销售量就超过了700万册，被翻译成23种以上的语言；在《纽约时报》畅销书榜单上连续上榜近20年，被西方媒体誉为“来自上帝之手”的时代杰作，它创造了出版史上的一大奇迹!

这本书处处透露出沟通与理解的意味，它跨越时代限制，帮助我们探索爱的本质，引导我们过上崭新宁静而丰富的生活；它帮助我们学习爱，也学习独立；它教诲我们成为更称职的、更有理解心的父母。归根结底，它告诉我们怎样找到真正的自我。

本书共分为四个部分，它们分别是:第一部分:自律；第二部分:爱；第三部分:成长与信仰；第四部分:恩典。其中感触最深的是:爱和爱的本质以及爱的艺术。生活中身为父母的我们常常将自己的意愿或未完成的心愿强加给我们的孩子，如有的父母从小就有想当歌唱家的梦想，而由于自身或家庭的原因未能实现愿望，便寄希望于自己的孩子，希望孩子替他圆了这个梦。于是乎给自己的孩子报声乐班，可孩子并不喜欢也没有兴趣，当孩子高中毕业未能如愿考上家长心目中的理想学校便大发雷霆，认为孩子不争气，疏不知孩子根本就不喜欢，还美其名曰:是为了孩子。这是爱吗?很显然不是。

真正的爱是一个长期、渐进的过程。爱，意味着心灵的不断成长和心智的不断成熟。真正意义上的爱，既是爱自己，也是爱他人。爱可以让自己和他人都获得成长。爱要付出努力，付诸于行动，不能停留在口头上，而要真诚付出。爱是心甘情愿，是自觉自愿的主动的，而不是一种被动的强迫。

那么怎么爱呢?爱，最重要的体现形式就是关注。著名心理学家罗洛梅说过:“如果用现代心理分析工具去分析每个人爱的意愿，我们就会发现，爱的意愿的本质，其实是一种关注。为了完成意愿所需要的努力，就是对关注的努力，也就是努力的关注。我们要头脑清醒，让心智健全，这是体现关注的最基本要素。”

体现关注最常见、最重要的方式，就是努力倾听。我们大部分时间都在听别人说话，可多数人却不懂得如何倾听，他们只听到了自己想听到的部分，愿意听的听到了，不愿意听的都忽略了，听不全面。而且对听到的内容总是从自己的主观感受和意愿出发，而不是站在孩子的角度，站在孩子的立场，站在孩子当时的处境下，不能很好的感同身受去想，去思考。譬如有许多家长听到自己的孩子考试成绩不好，就会片面地认为，是孩子没下功夫，总是盲目地拿自己的孩子与他人的孩子比较;更有甚者有些家长教育方法简单粗暴，顿不顿大发雷霆，不问青红皂白，劈头盖脸就是一顿拳打脚踢。很少有家长心平气和地、耐心地询问孩子为什么此次没考好，耐下心、静下心来认真地倾听孩子说。

倾听是件不容易的事，他需要倾听者认真对待，不能敷衍了事，学习倾听的方法，在众多的倾听内容中，做出选择，找到最佳平衡点，尽可能满足孩子的需求。只有满足了孩子的需求，孩子才愿意与你交流与倾诉。首先倾听者要做到全神贯注，让孩子感受到你的尊重和爱，因此感受到自己的价值，从而懂得自尊自爱。生活中你会发现，当你认真地全神贯注地去倾听你的孩子说话的时候，孩子会很愿意与你分享他（她）的故事或感受，他（她）会敞开心扉，毫无保留地与你交流。其次，在对孩子的倾听中，孩子感受到尊重越多，有价值的表达就越多。你会发现孩子的独特和出色之处，就越愿意倾听，对他们的了解就越多，认可也就越多。第三，了解的越多，便会更加有的放矢，便会取得更好的效果。最后，孩子感受到你的尊重，他们认为你把他们看成出成色的人，他也希望不辜负你的期望，成为你所期望的人，更愿意听你的话，并给予你同样的尊重。

真正的倾听，意味着把注意力放在他人身上，这是爱的具体的表现形式。此时，倾听者需要把个人的想法和欲望放在一旁，努力去体会说话人的内心世界和感受。我真心地希望我们家长朋友们可以通过练习，让自己变得更加善于倾听。爱是一种特殊的“任务”，艰辛而道远。让我们在实践中共同学习爱的艺术---倾听的艺术吧!也真诚地希望大家通过阅读《少有人走的路》能够使自己的心智不断地更加地成熟！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找