

非合理的で自己破壊的なエリスさん

© 2025.03.14

非合理的信念に対して徹底的に反駁するというエリスさん（REBTを始めた人）であるが、話によれば、対人関係は非常に非合理的で自己破壊的であったらしい。不思議なものである。結局、人間は非合理的な存在である。