第一图书网, tushu007.com

<<舌尖上的沟通>>

图书基本信息

书名：<<舌尖上的沟通>>

13位ISBN编号：9787121193293

10位ISBN编号：7121193299

出版时间：2013-3

出版时间：电子工业出版社

作者：石甲武

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

前言

你是否曾经有过这样的困惑： 面对陌生人的时候该如何打开话匣子？
怎样才能更清晰地表达自己的想法？
为什么自己常常因为说话而得罪别人？
该怎样创造愉悦的交谈气氛？
要如何让对方认真听我讲话？
…… 人无法孤立地生活在社会当中，因而免不了要与别人打交道。
随着社会的发展，世界变得越来越小，人与人之间的沟通变得越来越方便，但沟通过程中的种种障碍却始终无法避免。
面对这些问题，我们常常会不知所措，也总是羡慕那些处理沟通问题游刃有余的人。
或许你的内心也有这样一种期盼——成为一个沟通达人：面对陌生人时可以侃侃而谈，能够轻而易举地化解冲突，不会因为不会说话而将自己陷入尴尬的境地等。
这样的问题有没有什么办法可以解决？
任何沟通问题都可以通过有效的途径得以避免或解决，这也正是笔者编写此书的目的。
17世纪西班牙作家、哲学家巴尔塔沙葛拉西安曾经在《智慧书》中这样写道：“没有哪一种人类所从事的活动需要像说话那样小心翼翼，因为没有一种活动比说话更频繁、更普通，甚至决定我们输赢成败的，往往就是我们所说的话。
”人们的沟通形式体现在很多方面，说话只是其中的一种，但几乎是最重要的一种。
人与人之间的沟通是一个复杂的问题，在语言沟通的过程当中人们会遇到各种各样的障碍，从而影响到彼此的交流。
为了帮助人们发现并解决这些问题，笔者编写了《舌尖上的沟通》一书。
本书以现实生活中人们常会遇到的沟通问题为立足点，对各类问题的表现形式进行了说明，并向读者提供了行之有效的解决方案，从而帮助人们扫清沟通过程中可能出现的障碍。
本书从结构上来讲，是从沟通障碍的表现形式出发，方便读者断定自己所面临的沟通障碍的类型，是一本应用性较强的沟通手册。
关于沟通的问题一直都有受到人们的关注，因而市面上有关这方面的书籍可谓是数不胜数，那么《舌尖上的沟通》与其他的书籍又有什么不同呢？
一、众所周知，沟通的形式有很多种，本书专门研究语言的沟通，也就是人们在说话交流的过程中所遇到的诸多问题，因而具有较强的针对性。
二、本书抛开了理论内容的讲解，仅从实践应用出发，详细地介绍了存在各种各样问题的沟通现象，并结合实际，提出解决问题的办法。
阅读起来简单易懂，更方便读者加以运用。
三、本书中介绍的问题不会对沟通的对象加以束缚，也没有情境的要求，而是大部分人都有可能遇到的沟通问题，因而具有普遍性和广泛性。
沟通中的问题关乎到很多事情，如果得不到良好的解决，可能就会对我们的生活造成影响。
因而在沟通的过程中所产生的障碍，一定不可小视。
本书列举了各种不同的沟通障碍，相信其中一定有你碰到过的状况。
如果以前你不知道该如何解决，希望你以后不会再出现类似的问题。
其实大部分的沟通问题，最终还是要靠沟通来解决，你所说的话能否达到最佳的效果就看你对话术的把握了。
相信本书在处理沟通问题等方面，会对你有所帮助，它绝对是一本值得花时间来阅读的图书。
但笔者能力有限，本书中如有叙述不详尽的地方，敬请谅解，同时也期待您的宝贵意见。

<<舌尖上的沟通>>

内容概要

《舌尖上的沟通》以话术交流为核心，是一本深度解读沟通障碍和沟通方法的指导手册。
它以现实的沟通实例为立足点，指出了生活当中人们有可能遇到的沟通问题，并提供了行之有效的解决方法。
《舌尖上的沟通》旨在引导人们运用恰当的语言来解决沟通中的障碍，同时避免不当语言所造成的沟通误区。
通过《舌尖上的沟通》，你可以了解到沟通中可能存在的种种问题，也可以找到有效的解决问题的沟通方法，是一本实用性很强的沟通手册。

作者简介

石甲武，是教育工作者，高级培训讲师，曾长期从事教育、文化传播工作。
曾为某教育集团管理人员，从事人事管理、资源协调及管理课题研究等工作。
有20年在不同领域企业和岗位的实战经验；对集团管理工作中的企业文化建设、高绩效团队组建、中基层管理者领导力提升、教练技巧，以及企业学习与发展体系构建等有系统、独到的研究。
曾为数十家单位举办过200多场专场讲座和培训，显著改善了受训单位的团队沟通现状和执行能力，提升了受训学员的职业素养。

<<舌尖上的沟通>>

书籍目录

Chapter 1 第1章 距离不只是点到点的长度 1.多说一声“ 早安 ”的好处 2.谁都有情绪不好的时候 3.敌意是沟通的“ 不谐之音 ” 4.过度自信不利于沟通的顺畅进行 5.自卑是否在作怪 6.信任可以在沟通的过程中建立 7.忌妒的眼睛，犀利的话语 8.代沟真的不可跨越吗 9.与地位高的人沟通会产生压迫感 10.文化水平的差距让沟通无从下手 11.羞怯也会造成沟通障碍 12.距离真的不妨碍交流吗 13.不要让气质形象阻碍你沟通 Chapter 2 第2章 注意力是否在沟通对象的身上 1.啰唆的语言特别容易分散注意力 2.“ 话不投机 ”也可转为“ 惺惺相惜 ” 3.人们只关注自己关心的问题 4.选择性注意会干扰信息的接收 5.注意力被意外的刺激所吸引 6.过多信息会减弱对方的注意力 7.声高未必有理，却能吸引别人的注意 8.不愿被听到的信息可能会被刻意地忽视掉 9.沟通对象忽然陷入了某种回忆当中 10.你的话语戳到了对方的痛处 Chapter 3 第3章 你真的听懂对方的话了吗 1.语言不通，如何沟通 2.同样的语言，不同的意义 3.过量的信息难分主次 4.话未听全，何谈理解 5.模糊的信息，难以准确地掌握 6.专业术语会增加沟通的阻力 7.选择性倾听会漏掉部分信息 8.属于群体内部的语言不易参透 9.主观臆断不等于正确理解 10.你不理解的话语可能源于误解 Chapter 4 第4章 弦外有音，不可错过 1.有些问题是用来刁难人的 2.被隐藏起来的善意，你能发现吗 3.从言语中探索对方的兴趣所在 4.并非暗号却暗藏玄机的语言 5.批评还是表扬全在你的听功 6.另类的抱怨能否被听出来 7.明确的态度不明确表达 8.没有新意的话题很难引起共鸣 9.某些沟通关系中你只需要配合 10.参透小故事中的大道理 Chapter 5 第5章 语言是制造误会的摇篮 1.简化的信息不一定方便沟通 2.说者无心，听者有意 3.玩笑果真不能随便乱开 4.你是否上过“ 方言 ”的当 5.文化差异也能成为误会的根源 6.沟通时难免会戴上“ 有色眼镜 ” 7.语气中透露着态度和情绪 8.你是否觉得信息中缺少点什么 9.性格多疑的人常陷入误会的谜团 10.内心的期望也误人 Chapter 6 第6章 不轻易放下的戒备状态 1.初次接触的困惑 2.过往的经验常作为判断的依据 3.你是爱猜忌的人吗 4.你肯放低姿态，对方就能放下戒备 5.敌对的态度将人置于最高的戒备状态 6.安全感的缺乏会让人提高警惕 7.值得信任的人才不会被防备 Chapter 7 第7章 生活中少不了冲突 1.“ 唇枪舌战 ”未必有意义 2.固执己见容易导致“ 失聪 ” 3.冲动的性格最易误事 4.伸手不打笑脸人 5.你会往别人的伤口上“ 撒盐 ”吗 6.利益冲突总会让人产生不公平感 7.无所谓的态度要看对谁 8.关心和干涉有着本质上的区别 9.损人面子惹怒火 10.换位思考才能避免盲目 Chapter 8 第8章 谁都不想遭人排斥 1.自我中心的人不会关注他人的世界 2.一见如故的状况并不常见 3.热情能赢得别人的好感 4.你炫耀的资本，别人未必认同 5.等别人说完再发表意见也不迟 6.打破砂锅就能问到底吗 7.赢得了语言的胜利，却失了人心 8.直来直往的性格惹争议 9.乱发脾气的人不会有好人缘 10.你会对“ 说三道四 ”的人敬而远之吗 Chapter 9 第9章 语言的陷阱，你躲得开吗 1.语言陷阱之“ 引君入瓮 ” 2.语言能够转移人们的视线 3.利用别人的话来设置陷阱 4.谎言也可理解为陷阱的一种 5.利用语言的漏洞设置陷阱 6.语言陷阱之“ 激将法 ” 7.太过有利的事态要小心 8.善意的劝导，从对方的角度出发 9.语言陷阱之“ 循循善诱 ” 10.两难的选择即是一种陷阱 11.多重解释中暗藏陷阱 Chapter 10 第10章 对方为什么不说话了 1.找不到新的话题可谈 2.被外界的干扰因素打断 3.敏感话题总是引人沉默 4.嘴上没有一个“ 把门 ”的 5.不是所有的赞美都能被人笑纳 6.你始终无法关注到对方的需求 7.不知情时难免会说出不该说的话 8.不要在封闭式交谈中妄想突破 Chapter 11 第11章 为什么总把事情办砸？
1.理解偏差是问题的根源 2.不合时宜的信息传递 3.不佳的信息传递方式 4.失真的信息怎能直指“ 原貌 ” 5.职责缺失了明确的界限 6.搞错沟通对象的“ 乌龙 ”事件 7.不透彻的沟通必然引发问题 8.不明确的信息让人困惑 Chapter 12 第12章 有些话，不知该如何开口 1.求人办事开口难 2.说“ 不 ”很难吗 3.找到说服别人的突破口才好开口 4.好的倾听者绝不是一言不发 5.爱要大胆说出来 6.承认错误不必难以启齿 7.自闭症的患者更需要沟通 8.社交恐惧可以克服

章节摘录

版权页： 过度的自信即是自负，也是沟通路上的一块绊脚石。
结合我们自身的经验就非常清楚了，和别人聊天的时候，最怕碰到那种自吹自擂、自以为是的人。
他们总是一副不可一世的样子，听他们说话总给人一种强烈的不可接近感。
很久以前，有一只小老鼠，它有一面能够将形象放大很多倍的哈哈镜。
每当小老鼠看着镜中的自己，它便觉得自己是世界上最强大的，根本就是无人能敌。
它甚至瞧不起自己的同类，所有同伴也不愿意跟它玩，都讨厌它说话时自大的口气。
有一天，小老鼠听说大象很厉害，便扬言要找大象决斗，并傲慢地说道：“大象是个什么东西！
我要将它粉身碎骨！
”附近的动物听闻后，欷虚乏不已。
小老鼠开始上路，去寻找大象。
在森林中，小老鼠遇见了许多以前没有见过的动物，有蜥蜴、甲壳虫和狗。
每看到一种动物，它都会问人家是不是大象，然后这样回答它们：“幸亏你不是大象，不然我非把你碎尸万段不可。
”而其他动物听，不是哈哈大笑，就是嗤之以鼻，谁也没有想到一只小老鼠竟然如此狂妄。
小老鼠与大象的对峙，结果可想而知，它差点儿被大象喷过来的一鼻子水呛死。
小老鼠不听别人的劝告，落得个惨败的下场。
而对于其他的动物，即使它们想要好心劝阻，可是听到小老鼠自大的话，也忍不住想要给它一个教训。
人们过高地评价自己，就是一种自负的表现。
当与别人沟通的时候，就会无意识地抬高自己的位置，这样双方的定位就出现了偏差，自然而然就产生了距离。
伟大的发明家富兰克林，在许多领域都取得了骄人的成绩，并深受美国人民的爱戴。
然而，他年轻的时候却有着令人退避三舍的人格缺陷——自负。
与人沟通的时候，他在言行上总是表现得不可一世。
他父亲的好友就曾对他进行了一次善意的劝告：“世侄，我想告诉你几句话。
当你事事都自以为是时，你一定会在人生的道路上栽跟头，并会为此付出代价。
同时，别人会因为你的自以为是而感到难堪，并受到伤害，也就疏远你了。
你现在的朋友不多，他们当中也会有越来越多的人离开你，免得自己总在你身旁受到不合理的待遇。
这样你就再也无法从别人身上学到任何知识。
你要知道，事实上，你现在还没有什么了不起的。
”富兰克林在听到这番话之后有所醒悟，并且不断地做出改变，最终成为一个谦逊的人。
我们感觉与自负的人沟通很苦恼，可如栗你也摆出一副傲慢的姿态与别人交流，也会遇到困难。
在这种情况下，我们应该如何与自大的人交流呢？
（1）一个能够包容别人的人，往往在沟通中会做得更好。
听到别人狂妄自大的口气，我们可能就不愿意再继续同他交流了。
所以，要想沟通有效地进行下去，我们一定要用包容的心态秃待对方。
（2）自大的人往往不容易听取别人的意见，与其苦口婆心地劝说，不如用事实说话，这才是一语击破的秘密武器。
（3）直接指出对方的问题可能效果会更好一些。
如果交流的对象是关系比较好的朋友，大可以直言不讳地向对方讲明，以减少不必要的沟通障碍。
（4）自负的人自己不会意识到这一点，当你发现别人对于你的交流表现出抗拒的时候，你就要检查一下自身是否存在某种问题，很有可能是你的自以为是疏远了彼此的距离。
自大的口气最容易引起别人的反感，但很多时候不是你想，就可以放弃与对方的沟通。
既然是一件必须要做的事情，那就只好想办法来调节自己的心态，以保证沟通顺利进行下去。

编辑推荐

《舌尖上的沟通》以现实生活中人们常会遇到的沟通问题为立足点，对各类问题的表现形式进行了说明，并向读者提供了行之有效的解决方案，从而帮助人们扫清沟通过程中可能出现的障碍。
《舌尖上的沟通》从结构上来讲，是从沟通障碍的表现形式出发，方便读者断定自己所面临的沟通障碍的类型，是一本应用性较强的沟通手册。

第一图书网, tushu007.com

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