第一图书网, tushu007.com

<<高效能家庭的7个习惯>>

图书基本信息

书名：<<高效能家庭的7个习惯>>

13位ISBN编号：9787544247375

10位ISBN编号：7544247376

出版时间：2010-6

出版时间：南海出版社

作者：史蒂芬·柯维

页数：385

译者：李耘

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

在儿子的篮球赛决赛时，我跟另外一位妈妈一起去观看。
她说：“真让人惊讶，每次乔舒亚打比赛的时候你丈夫居然都会到场。
我知道他很忙——要写书，又要做咨询，跑来跑去，他是怎么办到的？
”第一个在我脑子里闪现的答案是因为他有一个特别棒的妻子以及一个全职助理。
但是我把那个念头放在一边，说：“因为他把家庭放在了第一位。
”他的确是这样做的。
有一次史蒂芬告诉一些位高权重的商人说：“如果你们的公司岌岌可危，你们一定会竭尽所能去挽救公司，不管怎样你们都会找到出路。
同样的逻辑也适用于你们的家庭。
”大部分人都知道该做什么，但我们真的想做吗？
史蒂芬跟我都拥有愉快的童年，希望我们的孩子也能如此。
生活会因此单纯得多。
我仍然记得孩童时期在那些长长的夏夜，跟邻居的孩子们玩游戏：踢罐子、躲猫猫等。
父母坐在草坪上或走廊里，望着我们，聊着天。
他们还常常手挽手走到芬屋冰激凌店，买几个蛋筒冰激凌。
我们这些孩子则躺在清凉的草地上，看云彩在天空作画。
有时看着银河中成千上万的星星，我们就在外面睡着了。

<<高效能家庭的7个习惯>>

内容概要

每个家庭都会面对挑战，家家有本难念的经。
或许你在建立家庭或维持婚姻而奋斗；或许你有一个不服管教的孩子或青春期的叛逆少年，正在严加管教和溺爱之间摇摆不定；或许你正试图让两个重要的家人和平共处；或许你的精力都投入到了工作，和家人在一起的时间少之又少……　　唯有家庭美满，才能享受真正快乐的人生。
作者史蒂芬·柯维以深刻的洞察力、务实的智慧和简明扼要的语言探讨了如何建立牢固、互爱的高效能家庭关系。
在书中介绍了7个习惯，教你和家人在生活中齐心协力；教你的家庭琐事中有章可循，让家庭关系变成一门管理学；教你一种思维方式，用最少的气力解决棘手的家庭问题，建立一个幸福而高效的家庭。
　　高效能家庭的7个习惯　　习惯1：积极主动　　家庭成员对自己的选择负责，他们选择的自由建立在原则和价值的基础上，而不会基于一时的情绪和情况。
他们发展并使用4个人性天赋——自我意识、是非观、想象力以及自由意志，用由内而外的方法来创造改变。
他们不会选择去默默承受、被动反应或者指责他人。
　　习惯2：以终为始　　家庭成员拥有愿景，不管事情大小都先确立目标，家庭可以依此建立起自己的文化。
家人们不会没有目标地过日子，建立目标的最好方式是全家讨论或建立家庭使命宣言。
　　习惯3：要事第一　　全家商量并决定家庭事务的优先性，然后写进他们的个人使命宣言、婚姻使命宣言以及家庭使命宣言里。
他们拥有每周家庭时间和一对一时间，依照共同的目标行动，而不会被琐事和压力牵着鼻子走。
　　习惯4：双赢思维　　家庭成员依据共同利益来考虑问题，互相支持，互相尊重。
他们不再单单考虑“我”——而是考虑“我们”——来达成双赢协议。
他们不再想自己赢（赢-输模式），也不会妥协让别人赢（输-赢模式)。
　　习惯5：知彼解己　　家庭成员会诚心地聆听和理解别人的想法和情绪，然后再寻求别人对自己的理解和共鸣。
通过互相理解，他们建立了深深的信任和互爱的关系。
他们给出有帮助的反馈，不会被动反应，也不会急于让自己先得到理解。
　　习惯6：统合综效　　家庭成员通过尊重和重视彼此的差异，综合了个人和全家的力量，从而使综合的力量比各个人简单相加的力量总和大。
他们建立一种共同解决问题、抓住机遇的家庭文化，一种乐于爱、学习和奉献的家庭文化。
他们不会追求简单的折中（1+1=1/2）或仅仅是力量合并（1+1=2），而是创造了统合综效（1+1=3……或更多）。
　　习惯7：不断更新　　个人和家庭在日常生活中不断更新人生的4个方面：身体、社会/情感、精神和心理，家庭能提高效率。
他们建立家庭的传统来不断滋养家人的更新精神。

作者简介

史蒂芬·柯维，国际著名领导学权威、家庭问题专家、教授和机构顾问，在领导理论、家庭与人际关系、个人管理等领域久负盛名。
他曾被《时代》杂志誉为“人类潜能的导师”，并入选为全美25位最有影响力的人物之一。
他的《高效能人士的七个习惯》曾长居《纽约时报》畅销书排行榜之首，在全球以32种语言发行过亿册，影响深远。

书籍目录

致读者 前言90%的时候你都会“偏离轨道”，那又怎样习惯1：积极主动　成为改变家庭的动力习惯2：以终为始　建立家庭的使命宣言习惯3：要事第一　在动荡的世界中家庭第一位习惯4：双赢思维　从“我”到“我们”习惯5：知彼解己　通过移情式沟通解决家庭问题习惯6：统合综效　通过拥抱差异凝聚家庭力量习惯7：不断更新　通过传统重建家庭精神从生存……到稳定……到成功……到辉煌

章节摘录

插图：他的儿子回答：“ 你从来都不了解我，从来不。
”然后就走开了。
第二天我的朋友说：“ 史蒂芬，那没用。
我已经尽力了，可是你看看他怎么对我！
我真想说“ 你这个笨蛋！
难道你看不到我已经做了什么，看不到我正在做什么吗 ”，真不知道是否还有希望。
”我说：“ 他只是在考验你的诚意。
结果你看他发现了什么？
他发现你并不是真想了解他，你只想让他乖一点。
”“ 他应该乖点，自命不凡的小子！
”他回答，“ 他当然知道自己在干什么蠢事。
我告诉他：“ 看看你现在的想法。
你很生气，也很沮丧，并且对他下了断语。
想一想，你能不能用些基本的倾听技巧来让他敞开心扉？
你能不能在跟他谈话或看着他的时候，摈弃你心中的成见？
你应该在自己的想法上多下工夫。
你得学会无条件地爱他，而不是除非他改变否则就不再爱他。
你得学习从他的角度听听他的想法，而且有必要的话，还要为你过去的评判和错误道歉。
”我的朋友听从了我的建议。
他试了一些浅层的倾听技巧，但是不够真诚，也没能坚持，而真诚和坚持才是真正管用的。
结果他又回到我的课堂，从自己的感觉和动机人手。
很快他就对自己有了新的认识，对儿子的态度也变得比较温和、敏感和开放。
最后，他说：“ 我准备好了，我要再试试。
”我说：“ 他会再次考验你的诚意。
”“ 没关系，史蒂芬，”他回答，“ 这次我感觉即使他反对我的任何建议，都没有关系。
我会坚持的，因为坚持才对嘛，我的儿子值得我坚持下去。
”那天晚上他坐到儿子身边，说：“ 我知道你觉得我没有试着了解你，但是你要知道我想了解你，也会坚持下去。
”

媒体关注与评论

如何在一个动荡的保创立和维护一种强有力的家庭文化，本书在这方面提供了宝贵的经验。
——《纽约时报》《高效能家庭的7个习惯》激励我们建立良好的家庭关系，并提供了非常实用的经验。
——《男人来自火星，女人来自金星》作者 约翰·格雷

编辑推荐

《高效能人士的七个习惯》编辑推荐：作者力作！
荣登《纽约时报》畅销书排行榜！
唯有家庭美满，才能享受真正快乐的人生！

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