

《解决冲突的关键技巧》

图书基本信息

书名：《解决冲突的关键技巧》

13位ISBN编号：9787510843707

出版时间：2016-7

作者：[美] 达纳·卡斯帕森

页数：256

译者：王丽

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.tushu000.com

《解决冲突的关键技巧》

内容概要

《解决冲突的关键技巧》

作者简介

《解决冲突的关键技巧》

书籍目录

引言

让聆听和对话变得更容易

1. 不要只听攻击性语言。听听字面背后的意思。
2. 忍住攻击的冲动。发自内心的去改变对话。
3. 当作自己在和最佳状态下的对方对话。
4. 区分需求、利益和行动计划。
5. 承认已产生的情绪。把它们当作信号。
6. 区分确认和同意。
7. 避免在聆听对方说话的过程中提建议。
8. 区分评价和观察结论。
9. 验证自己的假设。如果结果证明它们是错误的，放弃它们。

改变对话

10. 在困难情况下培养好奇心。
 11. 相信有效对话是可能的，即便它当前看似不太可能。
 12. 如果你正在把事情变得更糟，停下来。
 13. 弄明白当前是什么情况，而不是追究究竟是谁的错。
- #### 寻找前进的方法
14. 承认冲突。找对谈话对象，面对真正的问题。
 15. 相信存在尚未被发现的选择。寻找大家都乐于支持的解决方案。
 16. 明确一致意见，明确它们的任何改变。
 17. 对未来可能发生的冲突保持警觉，并做好应对计划。

《解决冲突的关键技巧》

精彩短评

- 1、不知所云
- 2、不是书，是Ppt,太坑了。
- 3、简洁有效，表达需求和观察。聆听时候了解对方需求，不要用个人情绪、喜好做判断。无论是错误的对话还是正确的示范，都比我的台词写的好。
- 4、ppt书籍
- 5、不喜欢
- 6、学习如何哄未来女朋友
- 7、实用性不强！
- 8、弄明白当前是什么情况，而不是追究究竟是谁的错。
- 9、首先这是一本非常实用的沟通技巧书，虽然很厚但是废话较少；其次很多观点和《高效能人士的七个习惯》里的第四个技巧双赢思维重合；再次解决冲突在于克制自己，发现根源，寻求解决之道；最后中国的儒家文化，君子文化可以解决一切冲突。
- 10、言简意赅 直中要害
- 11、很不错哟
- 12、太实用了！不光传授技巧，还有很多干货举例
- 13、相当精炼又实用
- 14、要实践
- 15、「不要浪费时间去争论行动计划。要发现需求和利益」保持好奇心，不要被“显而易见”的事情蒙蔽了双眼
- 16、最好看英文版
- 17、还行
- 18、我觉得我看的不是完整版，挺好的，要多看几次。
- 19、已阅还没做笔记，道理我都懂姑且三星吧
- 20、一个是倾听，了解对方真实意图，很多冲突是沟通的问题，然后是改变说话的方式，多用收益型，多用我，少用你
- 21、没有情景代入
- 22、「人生指南」
- 23、恩，谁能告诉我为什么ppt也能出书啦。嗯，可能干货还没泡发我还不能理解。
- 24、举的例子，情景没有代入感，其次，中西方的说话思维方式有差异，给人感觉怪怪的！实用性一般。
- 25、简明扼要，挺不错的
- 26、总的来说就是对事不对人，面对冲突时大家心平气和坐下来通过建设性的提问找到问题的根源，然后通过协商来达成一致性的意见。
这样说来，其实冲突并不是一件坏事，而是让我们变的更好的原因。
- 27、很实用的解决沟通问题的方法书。
- 28、冲突是一种摩擦，我们要练习接纳冲突的能量和信息，计划好遇到摩擦时的说话方式，用建设性的方式利用这些能量和信息，更好的解决问题。
- 29、分清目标和行动
- 30、好像在刷逼乎
- 31、刚开始翻觉得书印的太浪费，留白太多。读完发现这么排版还是有它的优点，里面也提到一些我们平常自己很难挖掘到的点。
- 32、值得看第二遍
- 33、强烈建议同《关键对话》一起阅读！书中提及的17个处理技巧能看见NLP的“换框法”影子，非暴力沟通模式，避免自己与对方进行防卫性回应的措施。
- 34、其实只需几十页就能讲完的方法，硬是扩到了二百多页，性价比太低了。
- 35、实用

《解决冲突的关键技巧》

- 36、书是不错，但是ios的kindle体验实在太差了，准备买本实体书看看
- 37、道理都是简单的，但又是大众所欠缺的。
书非常有调理，传达给读者的流程也比较到位。这便是干货了。
- 38、真的很棒的一本工具书，不像很多的教课书，真正教你很多决绝问题的办法
- 39、嗯，冷静了不少，，，
- 40、技术书不错，比起说教有用很多。
- 41、2016年第116本书。本想吐槽这本书的排版……后来想想内容还不错，虽然大多观点在《关键对话》都看到过类似的。
书如其名，讲解决冲突的关键技巧，很实用，但还是得多练才能真正内化。
- 42、需求、利益、行为
- 43、如果读ppt有用，我干嘛还买书阿
- 44、句句干货没有废话，举例也恰到好处。很实用的沟通技巧
- 45、怎么说呢？看书很像喝茶。尝过极品大红袍，袋泡茶就会变得索然无味。在看这本书之前已经看过《非暴力沟通》。学会了简练有力的“观察-感受-需要-请求”四个步骤，再看这本书中的17个原则，就会觉得，繁琐凌乱，难以下咽了。
- 46、所以你的选择是在冲突中只听攻击性语言，还是听取关键信息？
- 47、同理心、好奇心、建设性对话、双赢思维。
- 48、需学以致用
- 49、换位思考，双赢思维
- 50、书到手，有种面对无赖的感觉；书读完，这个无赖还有点意思。

《解决冲突的关键技巧》

精彩书评

《解决冲突的关键技巧》

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.tushu000.com