

<<零误解沟通>>

图书基本信息

书名：<<零误解沟通>>

13位ISBN编号：9787122123732

10位ISBN编号：7122123731

出版时间：2012-1

出版时间：化学工业出版社

作者：田秋

页数：200

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>

<<零误解沟通>>

前言

有人说，我们在日常生活、工作，或结交朋友中，最大的烦恼是被别人误解。这句话有一定道理。

如果说人际关系本来是一条水流畅通的小溪，误解则是致其不再欢畅的“暗礁”。被人误解确实是痛苦的，但是从某种意义上说，又是人生中难以完全避免的。真正不被人误解或误解别人的情况恐怕是没有的。

即使双方都很努力让对方明白自己的真正意图，还是很容易在不经意间发生误解。有些误解是由表达不准确造成的。

20世纪80年代初，联合国秘书长瓦尔德海姆到伊朗，希望通过中间斡旋，争取美国人质的获释。抵达德黑兰后，他第一时间通过伊朗国家广播电台和电视台发表讲话，但是翻译成波斯语后意思却错误地变为“我此行的目的，是以爱管闲事者的身份找到有损于你们原则的办法”。此番讲话播出不到一个小时，愤怒的伊朗人就用石头砸了瓦尔德海姆的车，结果导致他在伊朗的努力严重受挫。

还有许多误解是由人的思维特点造成的。

一些对人脑的研究结果表明，普通人的大脑只能逐字逐句地理解对方表达的思想。

而每一个人头脑当中都会有一个假定，就是同一顺序或者时间出现的表达内容，必然在逻辑上存在某种联系。

在对话过程当中，无论你事先有无说明，他或她大脑里的雷达都会自动开启，逐一扫描你的话语——或者关注开头和结尾（注意力容易涣散者），或者捕捉关键词（律师较为常见），或者根据音调高低和语气（女性尤为多见），然后从中寻找和总结共同点，对你的一大段话提炼出当中的逻辑关系。就像在水里拉起一张大网，将网里的水都漏掉，剩下的“鱼”，就是他认为重要或者关键的信息。然后，他把打上来的“鱼”——你所要传达的信息，贴上自己事先已经设计好的逻辑标签，归入到同一类当中去。

由于每个人的知识背景、理解力和信息系统千差万别，因此很少有人能够对你的表达作出完全正确的解读，正所谓“1000个人就有1000个哈姆雷特”！

结果，我们想要说的意思，在对方听来，却可能是别的意思。

此外，沟通中的误解还有多种原因，比如，身体语言的误读、文化背景的差异、不为对方着想、知识水平的不对称、对语境缺乏了解，缺少足够的反馈等。

那么，我们在沟通中怎样预防误解的产生呢？

其实，在许多情况下，如果自己说话准确些，考虑周到些，行事大方些，就可能会避免许多误解，也避免了由于误解产生的委屈、伤心、焦躁……本书就是解答这个问题的。

书中比较全面地列举了生活中经常遇到的误解情况，分析了其中的原因，阐述了避免这种误解需要注意的问题。

总的来说，包括以下三个方面。

一，学会明白地表达。

许多时候，词不达意、不擅长表达是误解产生的原因，因此，锻炼自己的口才和表达能力是避免误解的基础。

二，沟通要具备一定的心理品质。

参与沟通的双方，应该事先树立某些正确的沟通态度，才不容易使对方产生误解。

三，还需要了解一些人情世故。

在许多情况下，只有了解一定的人情世故，才能跟对方达到默契和共鸣。

虽然把话说明白和听明白都不是容易的事情，但是阅读本书，可以帮助你避开人际沟通中误解的“暗礁”，使你听得更加清楚，说得更加明白，消除你与他人之间的隔阂，实现真正的心的交流。

<<零误解沟通>>

内容概要

本书帮助读者解决沟通中的误解问题。书中全面列举了生活中经常遇到的误解情况，分析了其中的原因，阐述了避免这些误解需要注意的问题。

总的来说，包括三个方面。

一，学会明白的表达技巧。

许多时候，词不达意、不擅长表达是误解产生的原因，因此，锻炼自己的口才和表达能力是避免误解的基础。

二，沟通要有正确的沟通态度。

参与沟通的双方，应该事先树立正确的沟通态度，才不容易与对方产生误解。

三，还需要了解一些人情世故。

在许多情况下，只有了解一定的人情世故，才能跟对方达到默契和共鸣。

本书适合于初入职场的大学毕业生，及对心理学和沟通技巧、社交策略感兴趣的读者。

<<零误解沟通>>

作者简介

田秋，毕业于北京大学中文系，专长于管理、心理、生活、家庭教育、文化等领域。曾出版过《影响生活的77条心理定律》、《日常生活中的心理学》等多本畅销书。

<<零误解沟通>>

书籍目录

上篇 零误解沟通需要掌握的表达技巧

- 1 语汇丰富, 用词准确
- 2 一个错字, 谬以千里
- 3 成分缺失, 指代不明
- 4 对外行人, 莫说“行话”
- 5 对外地人, 莫说方言
- 6 口头之禅, 不能滥用
- 7 合乎逻辑, 富有条理
- 8 开门见山, 结论在先
- 9 说话啰唆, 云里雾里
- 10 提纲挈领, 概括几条
- 11 深入浅出, 通俗易懂
- 12 语义模糊, 莫名其妙
- 13 话有歧义, 理解错位
- 14 列出数据, 客观清楚
- 15 举个例子, “原来如此”
- 16 简单事物, 打个比方
- 17 语序不同, 感觉迥异
- 18 适当停顿, 把握节奏
- 19 根据目的, 调整语速
- 20 音量语调, 高低适度
- 21 表情动作, 辅助表达
- 22 说给他听, 亮给他看

中篇 零误解沟通需要具备的心理品质

- 1 “乔哈里窗”, 导致误解
- 2 “传播扭曲”, 信息变形
- 3 态度明确, 不费思量
- 4 公开透明, 不易误解
- 5 别学“知了”, 听话半截
- 6 耐心倾听, 鼓励他说
- 7 及时反馈, 确认听懂
- 8 氛围轻松, 让他敢说
- 9 寻“关键词”, 察对方意
- 10 理解话语, 不离“语境”
- 11 避免“投射”, 设身处地
- 12 个性不同, 方式各异
- 13 风俗不同, 看法悬殊
- 14 秀才遇兵, 怎样说清
- 15 对方处境, 话语背景
- 16 情绪波动, 妨碍沟通
- 17 “PAC心态”, 巧妙对应
- 18 别为争辩, 迷失目的
- 19 去除“成见”, 就事论事
- 20 “循环论证”, 猜疑所致
- 21 亲眼所见, 未必为实

<<零误解沟通>>

22 信息不足，勿下结论

下篇 零误解沟通需要了解的人情世故

- 1 听人说话，察其情绪
- 2 听人说话，察其动机
- 3 观察动作，知其心理
- 4 应酬话语，不必当真
- 5 听懂绕弯，解其真意
- 6 听出试探，谨慎作答
- 7 话中带刺，是否不满
- 8 编造借口，实为拒绝
- 9 一箩筐话，实为宣泄
- 10 仪表符合，不致误解
- 11 不合身份，令人猜忌
- 12 转换场景，调整情绪
- 13 礼貌不周，影响关系
- 14 时机不对，对方不听
- 15 涉及多人，出口谨慎
- 16 感知氛围，随机应变
- 17 说还是写，要看情况
- 18 电子邮件，独特规则
- 19 手机短信，最“短平快”
- 20 只说半句，引人猜想
- 21 知他痛处，不“误伤”他
- 22 评论对方，勿作比较
- 23 得意之时，切勿炫耀
- 24 显示聪明，易遭人嫉
- 25 劣质玩笑，容易伤人
- 26 勿显鬼祟，光明正大
- 27 丑话先说，事后无怨
- 28 传播闲话，惹一身骚
- 29 安慰别人，勿显怜悯
- 30 嘴说不清，暂避锋芒
- 31 相处太近，易生嫌隙
- 32 平时诚信，不令人疑
- 33 平时融洽，沟通顺畅
- 34 减少缠节，防止误会

<<零误解沟通>>

章节摘录

版权页：就如尹先生所说，客套话往往是心口不一的，为了别人高兴而说的话。

对方知道是客套话，就不会当真。

客套话表面看似是假话，但它是必不可少的，它是社交中的润滑剂。

没有它，人和人之间的交往就会生硬得多。

比如，常常有这样的情况，我们明明知道对方已吃过饭了，却要问“吃饭了吗？”

明明知道对方所去的地方，我们却问“上哪儿去？”

我们并不关心天气，却要说“今天天气真好”。

我们对对方并无好感，碰面时却要对他微笑，并说“你好”。

这里，我们并不需要明白言语的所问所指，我们只是在用言语应酬，以保持双方交际顺畅而已。

假若一个人认真起来，认为这是一种虚伪，误认为人们内心怎么想言行就应该怎样表现，那么，他就无法进行正常的交际。

在社会交往中，我们对别人的热情话语，要听出到底是真心的还是客套话，以避免把应酬话听成真心话，而产生误解。

要想看出应酬话是真心还是假意，我们可以认真观察其表现。

你在同事家作客，现在你站起身说，“我该走了”。

对方也许会说：“再坐一会儿，不着急。”

他的这句话是真心留客？

还是碍于情面的一种客套，而心中巴不得你赶快走呢？

<<零误解沟通>>

编辑推荐

《零误解沟通:说得清楚、听得明白的艺术》：我们随时都可能被别人误解，也可能误解别人。擅表达，懂心理，识世故，沟通零误解。

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>