

<<男人来自火星，女人来自金星>>

图书基本信息

书名：<<男人来自火星，女人来自金星>>

13位ISBN编号：9787508626789

10位ISBN编号：7508626788

出版时间：2011-10

出版时间：中信

作者：约翰·格雷

译者：曹植

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>

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

### 前言

20年前，当我在创作《男人来自火星，女人来自金星》这本书时，我被书中的观点在职场中起到的作用深深震惊。

在短短几个月内，我的学员人数增加了数倍，并排起了长长的队伍。

其实，我只是作出了一个简单的改变，这种奇迹就发生了。

对于女性顾客，我没有像往常一样立即向她们提供解决方案，而是耐心地倾听她们的心声，并多向她们提问，就这样，变化就悄然发生了。

当女人在和我讨论问题时，我努力地控制住自己火星人的本能，没有立即向她们提供我的解决方案，于是，我的女性顾客越来越多。

我曾多次询问我的女性顾客，她们是如何知道我的。

她们每一个人都给了我同样的答案：一个朋友告诉她们说，我真的很理解她们，关心她们，所以她们要来到我这里。

这真是不可思议，我只在我的交流方式上作了如此小的改变，就被认为是“真的很关心、很理解她们”。

可令人不解的是，在过去我也一直都很关心和理解她们，为什么没有这么多人对我这样说呢？

在过去，我通过立即向她们提供解决方案来表示我对她们的关心。

虽然男人们都很感谢我这种迅速提供解决问题的能力，但我发现：当我花更多的时间来倾听女性顾客的心声并向她们询问时，她们中的大部分都会对我表示更多的感谢。

有了这个发现，我就能更有效地向她们提供我要给的帮助。

随着我对男女解决问题方式差异的进一步理解，我更能有效地表达我对她们的支持了。

在《男人来自火星，女人来自金星》这本书中，虽然我重点讨论的是个人和浪漫的关系，但很多人都告诉我，书中的很多观点和见解在职场中也起到了很大的作用。

男人和女人都谈论着对男女本身差异的正确理解在职场中为他们带来的好处。

针对大家需要更多信息的要求，在本书中，我运用了很多《男人来自火星，女人来自金星》中的基本观点，还增加了许多其他观点，以便满足大家的需求。

就像我们的差异是以各种不同的方式在个人关系中呈现，它们也以不同的方式在商业关系中呈现。

虽然有时这些差异在职场中并不明显，但它们的确存在，并经常被误解。

人们经常谨慎地保护自己的个人情感，在这种环境下，洞悉他人的想法和需求，就能使你出类拔萃。

虽然有时男女之间的差异在职场中并不明显，但它们的确存在，并经常被误解。

本书所揭示的观点和见解是通用的，适用于所有人——首席执行官、首席运营官、经理、顾问、普通职员、助理和秘书。

职场环境颇为复杂，有着各种不同的等级、团队、分工、部门和机构，男女之间的理解和误解更能在很大程度上影响到公司的成败。

在职场中，更好地理解男女之间的差异能为个人和公司带来更大的利益。

在职场中，如果你能了解男女之间交流和处理问题方式的差异，你就能赢得更多的尊重、信任和支持。

在展示自我和对他人作出回应时，如果你作一些微小而重要的改变，你就会受益匪浅。

根据他人的需求，以合理的方式和他人进行沟通，你就能大有所获。

在职场中，我们彼此之间的差异都很大，似乎我们都来自不同的星球。

是的，我们的确来自不同的星球：男人来自火星，女人来自金星。

若能更好地理解我们之间的差异，世界就会变得更加和谐。

差异并不意味着隔阂和分歧。

理解了差异，男女就能相互尊重，相互信任，我们共同奋斗的职场也就会变得更加丰富多彩。

如果不能理解我们之间的差异，许多合作、信任和尊重的机会就会被忽视。

如果女人误解了男人提供支持的本意，男人通常就不会去认同女人为职场带来的价值。

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

理解了男女之间的差异，职场中各个级别和层次的男人和女人就更能相互感激。

认识到这一点，男人和女人就能积极地调整他们的思想和行为，就能更有效地支持对方，就能得到对方更多的支持。

如果不能理解男女之间的差异，我们会按照原来的方式来行为处事，就会止步不前。

合理的沟通方式创造成功的人通常会根据需要，以合理的方式和他人进行沟通，并尽量地满足自己的需要。

比如，一个伟大的演员和普通演员的差别就在于表现人物真实情感的能力。

同样，在职场中，只有当我们以合理的方式来表现自我，并和他人进行积极有效的沟通时，才能获得成功。

对性别差异的理解，能让你更好地与异性进行沟通。

在职场中，人们的沟通方式千变万化，在这种场合有效的方式，在其他场合却不一定有用。

显然，有些时候，我们可以表现真实的自我，但有些时候，我们却需要根据对方的需要作出适当调整。

自负的人可能会这样说：“我就是我，我不必为他人作出改变。

”但聪明的人会这样说：“我怎样才能更好地为你服务呢？

”事实是，我们身上都有火星人和金星人的特点。

我们可以根据需求来展示我们火星人或金星人能接受的一面。

在职场上需要基本的生存训练男同事在一起开会时，开一些成人玩笑或谈论体育是合适的，但如果有女性在场，这样做显然有些不合适。

同样，当有男人在场时，女人表露出自己脆弱的情感（如哭泣），或大谈八卦新闻，这显然也不太合适。

随着越来越多的女性进入职场，也随着男女之间的合作越来越紧密，我们需要认清哪些是合适的行为，哪些是不合适的行为。

如果每个人都只关心自我，我们的职场就会充满怨恨、沮丧和排斥。

在其他的星球上生活，如果不进行一些基本的生存训练，不以合理的方式和异性进行交流沟通，那么，生存或成功就是不可能完成的任务。

即使我们对火星人和金星人有了一定的了解，我们还是不会有一个准确的答案去判断某种行为的是与非。

行为的方式有千万种。

有时男人对女人说话，他需要格外小心，有时则不需要这样。

同样，有时女人可以表现出真实的自我，但有时，她却需要对自己的自然风格作出适当的调整。

做出合适的行为需要敏锐的洞察力、策略、灵活性和智慧。

幸运的是，如果我们能了解男女之间的差异，我们就能合理地选择行为处事的方式。

当我们犯错误时，不再积极地为自己辩护，而是从错误中吸取经验教训并调整我们的行为；当他人犯错误时，我们也能变得更加宽容，因为我们知道在其他星球上选择合理行为方式的难度。

在谈到办公室中的男人时，著名的电台主持人雪儿说：“杰克真是个极好的经理，跟他聊天就像跟女人聊天一样。

”在这种情况下，谈论她的情感、男友和个人生活上的事情是完全合适的。

杰克学会了以一种尊重的方式倾听她的心声。

通过调整他的行为，他显得更为尊重雪儿，这样他也赢得了她的信任、合作和支持。

当销售代表汤姆谈到他办公室中的女人时，说他的经理凯伦“很棒”。

她就像男人一样，他可以和她讨论任何事情。

当他当着她的面讲一些成人笑话时，她也不会感到被冒犯。

他们两个人的相互适应能力为他们带来了很大的好处。

当然，不是每个人都能作出这样积极的调整。

但幸运的是，这种适应能力不是成功所必需的唯一技能。

我们只要能简单地认识、接受和尊重这种差异就够了。

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

男人没必要表现得像女人，女人也没必要表现得像男人。

如何使用本书对大部分人来说，本书所提供的方法和见解能让他们更好地理解异性在思维、情感和反应上的差异。

在我的研讨会或工作室中，有些参与者点着头，将所有的事情都和自己联系起来，而有些参与者则只会选择那些对他们有用的地方作为参考。

我建议你以同样的方式来阅读本书，并将本书看成一份自助餐。

在这份自助餐里有大量的见解和方法供你挑选和参考。

某个方法对你有用，但对他人却不一定有效。

阅读本书时，请你选择对你有用的部分，并将其他不适合你的留下。

本书揭示了男女之间存在的大量差异。

但这并不是说，所有男人都是一样的，或者所有女人都是一样的。

事实是每个人都是不一样的。

当差异出现时，我们需要积极准确地理解它们，从而避免沮丧、失望和焦虑。

当某人没按照我们的需要作出反应时，请不要去怨恨和愤怒，而应该知道：他本来和我们就是不一样的，他们有着不同的价值观和敏感度。

不要对他人的差异产生敌意，只有这样你的职场生活才会变得更加轻松和愉悦。

每个人身上都带有男性和女性的特征。

本书的目的不是要求你去改变这些特征。

你已经很完美了。

本书的目的就是为了帮助你了解男女之间的差异，并以一种最为有效的方式去和异性沟通，以便获得你所寻求或希望付出的尊重和支持。

本书是成功所需的实用手册本书不是有关心理差异的理论研究，而是关于如何获得成功和增进合作的指导手册。

认真阅读完本书后，或许，你会以更少的付出换来更大的收获。

或许，你会发现你的工作经验立即得到了丰富。

或许，你会发现有些工作根本就不适合你。

不管你是在寻找更好的工作，还是想在目前的工作中得到更多的收获，现在，你手中掌握的就是一个能助你更加成功的金矿，里面有很多金灿灿的见解和方法。

本书的方法源于无数成功的个人经验，这些经验曾经对无数个人和无数家公司产生了积极的影响。

很多不同规模的公司都从本书提到的方法中受益匪浅。

通过更好地了解我们之间存在的差异，本书能为你提供一系列实用的方式来帮助你更好地进行团队合作、改善沟通和增加各个层次之间的合作：管理层、员工、同事和客户。

若能更好地了解我们之间存在的差异，团队合作就能得到增强。

本书对男人来说，非常容易读懂。

书中有很多有用的信息和方法，它们能帮助男人更好地了解女人，使他们在和异性相处的过程中更为成功。

男人若能认真地学习本书，并加以练习，就能和他们的女性经理、员工、同事和客户建立起相互更加信任的关系。

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

### 内容概要

职场不分男女，可男人和女人的处事方式却大不相同，男人习惯于陈述事实、忽略感觉，并追求个人挑战，女性则较重视和谐与亲密感，感觉对了、工作效率自然就提高。在《男人来自火星,女人来自金星:职场沟通你学得会》中，约翰·格雷博士针对男人和女人天生特质的差异，给正处于职场中的男女们提供了很好的沟通与激励方式，让你了解自己、了解他人，拥有足够的智慧与应变能力来降低人际沟通成本，轻松获得尊重、支持及信任。

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

### 作者简介

约翰·格雷(John Gray)

全球最著名的两性专家、婚恋情感专家、超级演讲家、心理学博士、畅销书作家，是当之无愧的心理学大师，有一双洞悉情感奥妙的慧眼，一颗探究两性秘密的心。

为各个年龄层次的男女读者完善爱情关系、经营美满婚姻提供了极有益的帮助和技巧。

其著作《男人来自火星，女人来自金星》系列自问世以来，销量已经超过1.4亿册，被译成40多种语言

。

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

### 书籍目录

自序

第一章 职场中的火星人和金星人

梦想成真

理解火星和金星的不同

职场中的生活

第二章 不同的星球，不同的语言

火星人和金星人之间的交流

女人交流的四大目的

四大交谈目的的混合

第三章 金星人的倾诉 火星人的牢骚

金星人的倾诉和火星人的牢骚听起来是一样的

请记住这些差异

火星人不满意的嘟囔听起来就像金星人的怨恨

女人是如何对牢骚作出反应的

请记住男女之间的这些差异

抱怨时请别情绪化

尽量少用修辞疑问句

避免质询和盘问

第四章 “修理先生”和“职场改造委员会”成员！

火星上的生活

金星上的生活

修理先生和职场改造委员会可以和谐共处

不要强行向女人灌输自己的解决方案

提供建议和提供支持的区别

不要告诉男人应该去做什么

两种男人，一种行为

如何放弃去改变男人

提供建议的六大招数

请运用这些招数来提供不伤面子建议

男人所需的七大招数

第五章 女人滔滔不绝，男人躲进“洞穴”

火星人的方法

金星人的方法

男人在“洞穴”中解决问题

男人在“洞穴”中缓解压力

女人在团队中缓解压力

“洞穴”龙人

女人对男人的“洞穴”是如何作出反应的

参与和排斥的政治学

谈论问题的好处和坏处

团队协作

第六章 职场中的情感

在火星和金星上分享情感

个人与非个人情感的对比

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

到底是谁在责备谁

给予和获取支持

金星上的安慰

火星上的激励和鼓舞

在职场中表达情感

隐藏自己的消极情感

### 第七章 男人为什么不愿聆听或为什么愿意聆听

男人是如何不慎丢掉生意的

聆听的好处

在金星上，学会聆听

### 第八章 火星人的规则，金星人的态度

职场需要革新

生意和体育运动

火星上和金星上的董事会

职场中的平等

火星人的规则和金星人的态度

如何寻求帮助和获得帮助

女人为什么不主动索取

在金星上获取赞赏

如何向女人主动提供帮助

女人为什么变得怨恨

直接索取的五大招数

当女人不直接时，男人可能会这样想

“愿意”替代“能否”的魔力

### 第九章 设立界限

火星和金星上的边界

男人为什么会有很强的进取心

坚定的语调

学会坚持

升职请求

愿望、价值和信心

索取的艺术

职场中的脆弱

职场性骚扰

设立性界限

男人为何抗拒性界限

为什么性注意会让人不安

对性挑逗说不

关于性的明确态度

在职场和私人生活之间设立界限

### 第十章 利用情感支持来减缓压力

压力和损失的生产力

身处压力之下，男人如何作出反应

身处压力之下，女人如何作出反应

职场不是医院

学会给予他人支持

种情感需求

<<男人来自火星，女人来自金星>>

在火星和金星上的首要情感需求

你是如何不经意地丢掉生意的

如何赢得女人的支持

男人应该如何聆听女人的心声

如何赢得男人的支持

第十一章 自我展示，与众不同

对权威的感知

学会争取“比分”

明显的标记

让成就说话

火星人会维护自己的比分

金星上和火星上的幽默

当女人使用男人的幽默时

理解女人的幽默

他们喜欢新闻，她们喜欢“八卦”

如何寻求帮助并帮助男人保全面子

第十二章 职场中的比分

金星上的比分

获取女人手中比分的件秘密武器

火星上的比分

获取男人手中比分的件秘密武器

第十三章 记住男女之间的差异

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

### 章节摘录

男人的幽默：女人的幽默：你真的很蠢。

我真的很蠢。

哦，成熟点儿。

真不敢相信，这是我干的。

你不会做。

我没办法做。

你糊涂了。

我很尴尬，完全不知道该说些什么。

活该。

我完全忘记了我应该说什么。

你太糟糕了。

我完全搞砸了。

你出局了。

我看起来就像个傻子。

你不知道你在说什么。

没人知道我在说什么。

我不相信你。

我不断地说着废话，完全忘记了该问的事。

哦，万能先生说话啦。

我真的很害怕，我的裤子都快汗湿了。

谁让你当领导的？

我不知所措，迟到了两个小时。

我恨你。

他们恨我。

我感到非常失望。

男人喜欢新闻，女人喜欢“八卦”男人通常会利用外界信息来使自己出类拔萃，而女人则通过了解内心世界来使自己与众不同。

当男人在一起聊天时，他们会谈论运动、天气、生意和新闻。

消息灵通的男人或女人都会得到男人更多的尊重和认可。

如果只谈论新闻，男人就会失去和女性同事建立友好关系的机会。

如果不分享一些个人生活信息或不多问女人一些个人问题，女人就会觉得你不关心她。

就像男人不想错过最近的一场棒球赛一样，女人也不想错过谈论有关个人生活情况的机会。

当男人和女人分享他的个人生活信息时，他就会得到更多的比分。

女人对“八卦”很敏感。

她们会非常关注她们身边朋友的个人生活。

分享和保守个人秘密能增进女人之间的友好关系。

和女人一起探讨个人生活问题，能增进男女之间的友好工作关系。

当男人听到女人在讨论个人问题时，他们就会认为女人是在浪费时间、散布消极消息。

谈论个人生活细节或谈论公司小道消息，对他的成功是一种威胁。

对男人来说，女人的“八卦”不仅会使她显得无能，还会使她成为他的威胁。

在金星上，“八卦”是有益无害的，“八卦”能帮女人缓解压力，发泄消极情感。

但在火星上，女人的这种“八卦”，听起来就像在向男人的竞争者或敌人释放更多信息，以便他们用此来攻击他。

在火星上，同事或经理的弱点和性格缺陷是要严格保密的，在这种竞争激烈的环境下，竞争者会用这些信息来攻击他们。

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

在火星上，男人不屑于知道你的个人问题，但也不想你知道他们的个人问题。

比如，如果你从事的是服务性行业，你的工作就是为他人服务，如果你将你的个人生活带到工作中来，你就不再是完全为他人服务，因为别人还要考虑你的需求。

他们不想这样做。

他们为你的服务支付了费用，他们希望得到自己应得的服务，而不是去为你服务。

女人如何寻求帮助并帮男人保全面子在职场中，由于女人寻求帮助的方式错误，所以她们经常碰壁，感到无助，并产生怨恨和抵触情绪。

当女人问男人对某个问题的看法时，男人通常会错误地认为她是在找他解决问题。

其实，她是在邀请他参与解决问题，并为她自己的解决方案提供支持。

在这种情况下，他往往会误解她的意图，如果她不同意或不遵循他的建议，他就会为她浪费时间的行为而埋怨。

女性经理或许会认为邀请男人参与解决问题是在培养员工的团队精神和合作感，但男人通常却不这样想。

他会这样想：如果你向我寻求建议，你就最好不要反过来质疑我所提出的建议，首先，你是没有答案才来问我的；然后，你又告诉我，我的建议不对。

这样，你不仅浪费了我的时间，还花了更多的时间来告诉我，你为什么不喜欢我的建议。

如果你认为你比我强，那你不需要向我求助。

这样的火星人完全没有理解女人向他提问的真实意图，他也不懂得协作和包容的价值观。

这样，碰壁几次之后，她就会感到沮丧和怨恨。

她也会得出这样的结论：我只有两个选择，要么按照他的建议去做，以便挽救我们之间的工作关系；要么按照自己的想法做，并向他解释为什么不采用他提供的建议。

所以，对她来说，寻求帮助和支持就是一个错误的选择。

其实，她还有另外一种选择。

如果她不同意男人的建议，为了保全他的面子，她可以简单地感谢他所提供的建议，同时避免为此进行更多的讨论。

如果详细地向他解释为什么不采纳他的建议，他就会觉得丢面子，从而感到不快。

详细地向他解释为什么不采纳他的建议，是火星人最不愿意看到的事情。

在这种情况下，她要说的就是：“这是个好主意，谢谢。”

或者：“你的主意听起来不错，它对我弄清该怎么做帮助很大。”

谢谢。

”这种方式就向他表明了：她很感谢他的帮助，她还在考虑最终的方案当中。

这样，即使她不采纳他提供的建议，他也不会觉得丢面子。

男人天生就会熟练地掌握保全面子的艺术，但女人却无法理解。

当你向男人寻求解决方案时，他会感到十分高兴，因为他认为，你没有答案，所以来找他，你把他当成专家。

这样，他就沾沾自喜地为自己戴上这顶“修理先生”的帽子，充满干劲地帮你排忧解难。

在他给出答案后，你有两种选择：要么喜欢他的答案，对他表示感谢；要么不选择他的答案。

在第二个选择当中，其他的男人就会帮助他保全面子。

他不会详细地向他解释为什么不选择他的答案，而只会对他简单地表示感谢，并说：“这是个好主意，谢谢。”

”这样，他就向“修理先生”传递了这样的信息：他非常感谢他的时间，即使他没采纳他的建议，但他还是非常感谢他。

通常，在向他人寻求帮助时，男人会以一种合理的语气和态度来向他人暗示，他是来寻求帮助的。

他可能会这样说：“我已经和其他的几位专家讨论过了，我也想知道你的看法。”

”这样，当他没有采纳“修理先生”的建议时，也不会使他感到难堪。

当男人在寻求帮助时，他会以各种方式来向他人暗示：他基本上已经知道答案了，但在作出决定之前，他需要一些小小的帮助或其他的见解。

## <<男人来自火星，女人来自金星>>

除非男人决定采纳他人的意见，不然他不会这样去问：“你认为我应该怎么做呢？”可女人却不会意识到这一点。

所以，当向男人寻求了建议，而又没有采纳他的建议，女人通常就会让男人难堪。

准确地说，男人不会因为女人没有采纳他的建议而感到愤怒。

他愤怒的原因是：一开始她把他当成专家，而过了一会儿，又将他专家的帽子摘掉。

如果你邀请一位专家从国外专程来访问你的公司，并以高出别人10倍的价格支付他酬金，那么在知道最终结果之前，你至少要试一下他的建议。

男人通常不会要求你将他看成特殊的专家，但一旦你为他戴上了特殊专家的帽子，过了一会儿，又将这顶帽子摘下，他就会感到十分愤怒。

<<男人来自火星，女人来自金星>>

编辑推荐

<<男人来自火星，女人来自金星>>

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>