

<<与刺猬共舞>>

图书基本信息

书名：<<与刺猬共舞>>

13位ISBN编号：9787504473943

10位ISBN编号：7504473944

出版时间：2011-10

出版时间：中国商业出版社

作者：【美】鲍勃·菲利普斯（Bob Phillips）

页数：213

译者：王怡

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>

## &lt;&lt;与刺猬共舞&gt;&gt;

## 前言

几年以前，我参加了一个专门为机构领袖召开的会议。

我在会上初次了解了社交风格理论。

该理论与人际关系管理相关，由大卫·梅瑞尔和罗杰·利德创立。

在《个人风格和高效表现》这本书中，二位作者对社交风格理论做了详细的阐述。

虽然我之前也读过类似的材料，但社交风格理论的简单和实用还是令我深深折服。

回家后，我继续研读了那些材料。

从那时起，我开始意识到梅瑞尔和利德所介绍的概念，对人们的人际交往具有巨大的指导意义。

随后，我在一次会议上和70名员工分享了社交风格的概念，反响热烈得令人难以置信。

我的员工们针对那些材料进行了长达数月的讨论。

后来，我开始在许多会议上分享社交风格的概念。

听众的热情和兴趣再次震撼了我。

打那以后，我就记不得自己曾围绕社交风格这一话题做过多少次演讲、进行过多少次讨论了。

人们对有关社交风格的信息具有如此浓厚的兴趣，因此，我迫切希望能够与更多的人分享这些概念。

于是，我决定就这一专题进行写作。

马丁·路德的一句名言鼓励了我，他说：“如果你想改变世界，就拿起笔写作吧。”

当我在许多场合下分享社交风格的主题时，我在脑海里反复地构思这本书的内容。

一次会议上，我公开提出我在考虑就这一主题出书。

演讲结束后，有人表示他们切切期盼我的书出版。

一位列席的出版商也鼓励我着手写书。

接下来的几天里，我仔细考虑了这件事，并评估了自己听到的意见。

著书的念头在我的头脑中酝酿了很长时间，仿佛星星之火已经形成燎原之势，我感到时机成熟了，于是，我开始了本书的写作。

而您下面所读到的，就是我的成果。

在书中，我未曾尝试修改梅瑞尔和利德的术语，也未曾否认欧·哈里斯比博士、蒂姆·拉黑博士、大卫·凯尔斯、玛丽莲·贝茨和伊莎贝尔·布瑞格·梅尔的著作对我创作思路的影响。

本书力求清楚地向基督徒展示这些作者的精彩见解，帮助他们改善人际关系。

我希望本书能为你提供帮助，使你在生活中更好地与人交往。

我深信，关注每个人不同的社交风格，甚至让我们能够“与刺猬共舞”。

我向上帝献上祷告，希望阅读和讨论这本书的人能够获得启迪，愿这本书能够坚固并鼓励他们，帮助他们成长。

鲍勃·菲利普斯 写于美国加州弗雷斯诺

## <<与刺猬共舞>>

### 内容概要

正所谓“有人的地方就有江湖”，又所谓“人在江湖飘，谁能不挨刀”。从家人、朋友、同事，到老板、客户、陌生人，总会有人让你感觉格格不入或备受伤害——和他在一起生活令你焦虑不安，一起工作则导致整个团队效率低下，若他是你的客户，更会让你坐如针毡。

要对付这些“刺猬”，该怎么办？本书介绍了一种名为“社交风格”的理论，并教你如何运用在实际生活中。掌握这个工具，分析自己和身边的人，我们就可以躲开“刺猬”身上的“刺”，扬长避短，和他们翩翩共舞，同谱和谐乐章。

家庭关系健康，团队更有凝聚力，老板和客户都对你青睐有加——你就是下一个“舞”林高手！

## <<与刺猬共舞>>

### 作者简介

鲍勃·菲利普斯，资深辅导专家。  
著有70多本书，总销售量超过600万册。  
长期从事辅导工作，在全球90多个国家举办人际关系方面的研习班，积累了丰富的经验。  
经常在美国各地的电视和广播节目中担任嘉宾。  
在社交风格方面有深入的研究，并结合多次演讲及实例分析经验写作了本书。

## <<与刺猬共舞>>

### 书籍目录

#### 序言

#### 引言 人人都有社交问题

挑剔、挑剔、挑剔

永远的局外人

喜欢称霸的人

改善人际关系的利器

最大的诫命

首要之事

#### 第1章 哪一个才是真正的你

你被误解了

行为胜于言语

角度问题

主观标签和客观标签

观察人群

观察自己

#### 第2章 行为的基本类型

询问型和告知型

任务导向型和关系导向型

你是哪种类型

#### 第3章 不同的人群，不同的社交风格

不同风格的专才

行动中的社交风格

名人的社交风格

#### 第4章 我要提问

#### 第5章 软弱和冲突的时刻

发生冲突时

四种负面反应

陷入困境时的反应

行为的本质

#### 第6章 帮助痛苦中的人

面对压力

如何与爱回避的分析型相处

如何与霸道的驱动型相处

如何与沉默的混和型相处

如何与攻击性强的表达型相处

#### 第7章 导致摩擦的因素

节奏和优先次序的问题

#### 第8章 接纳他人的社交风格

负责任地回应

不要伪装

满足分析型的需要

满足驱动型的需要

满足温和型的需要

满足表达型的需要

#### 第9章 社交风格成就爱情

## <<与刺猬共舞>>

反向相吸

分析型与驱动型的婚姻

分析型与温和型的婚姻

温和型与表达型的婚姻

表达型与驱动型的婚姻

对角线组合的婚姻：双重麻烦

我们不需要克隆人

是什么摧毁了婚姻？

如何修复你的婚姻关系

第10章 好会的社交风格

分析型的领导：技术专才

驱动型的领导：控制专才

温和型的领导：支持专才

表达型的领导：社交专才

帮助下属

第11章 生活处处有风格

圣经中的社交风格

教会中的社交风格

以你的社交风格养育孩子

教育中的社交风格

工作场合中的社交风格

为你的社交风格充电

附录1 确定你自己的社交风格

附录2 确定你家人的社交风格

附录3 确定你朋友的社交风格

附录4 确定你同事的社交风格

## <<与刺猬共舞>>

### 章节摘录

但忧伤只是起点而不是终点。

伟大的牧者司布真说过：“忧伤不用付代价。

”一个人的抱歉不能换取一个打碎的花瓶、修补一辆被毁的车，或医治一个被尖刻的言语伤害的心。

忧伤不能让一个女孩不怀孕，或换回一个被酒后驾车的司机夺去的生命。

忧伤只表示一个人意识到冲突的存在，并期望问题从未发生过。

忧伤是起点。

当一个人意识到婚姻中不同的社交风格和不敏感的行为带来的冲突时，才能开始去着手解决问题。

简言之，一个人必须意识到他的社交风格在哪方面让自己的伴侣不舒服。

第二步：“我错了。

”如果你觉得说“对不起”很难，那么，可以试着说“我错了”。

承认你错了就像要你吃掉乌鸦。

不管是烤着吃、炸着吃、捣碎了吃、炖着吃，或者用其他的方法烹调，乌鸦都是非常难吃的。

承认你错了是一个悔改的行为，意味着你的忧伤让你做出改变。

只有在行为改变的时候，伤害才开始得到医治。

我们往往不愿意承认错误，不愿意承认自己的不完美，但这体现出我们的谦卑，并且会激励我们做正确的事，虽然痛苦，但我们要对自己的行为负责。

.....

<<与刺猬共舞>>

媒体关注与评论

一个人的成功，只有15%靠专业技术，85%要靠人际关系和为人处世的能力。  
——戴尔·卡耐基



<<与刺猬共舞>>

编辑推荐

问题：遇到难以相处的人，你可能会..... A.拒绝建立关系 B.保持一定距离 C.当面发生冲突 D.完全不知所措 E.以上皆有可能！  
社交风格理论，帮助你改变选项，扭转人生！  
就算再“奇怪”的人，你都可以..... A.理解他的反应 B.明白他的心情 C.采取相应方式 D.达到沟通目的 E.以上皆有可能！

<<与刺猬共舞>>

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>