

<<跳出自己>>

图书基本信息

书名：<<跳出自己>>

13位ISBN编号：9787506053532

10位ISBN编号：7506053535

出版时间：2012-10

出版时间：东方出版社

作者：美国亚宾泽协会

页数：205

字数：84000

译者：张燕芳

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;跳出自己&gt;&gt;

## 前言

一直以来，“自我欺骗”问题就是那些对人文科学进行深入思考的哲学家、研究人员、学者们的研究领域。

人们通常都察觉不到自己的自我欺骗，而非自欺的事例“涉及”生活中的方方面面，这也许并非坏事。

而说到自欺的影响，也许“涉及”一词太过笼统。

事实上，自欺行为“决定”了人在生活中方方面面的经历。

它从哪些方面给人以影响，特别是它在多大程度上影响到个人发展和职业领导力等核心问题，是本书的主题。

自欺有多危险，我们看看下面的例子就知道了。

一个婴儿正在学习爬行，她在房子里练习往后退的时候，钻到了桌子底下。

然后她跌跌撞撞，哭着喊着，小脑袋一会碰到桌子边，一会碰到桌子腿。

她被卡住了，她很愤怒。

于是，她用她唯一能想到的办法让自己出来——她使劲儿地推，可这下更糟糕了，她卡得更厉害了。

如果这个婴儿会说话，她会埋怨这个桌子碍了她的事。

毕竟她已经竭尽全力了，不能怪她。

虽然她看不见自身的问题，但是问题的确在于她，因为她看不到自己是如何让事情发生的。

如果察觉不到自身的问题，她是永远也找不出解决办法的。

自我欺骗就是这样，它蒙蔽了产生问题的真正原因。

而事实上，一旦我们的双眼被蒙蔽，我们那些解决问题的方法就反而会把状况变得更糟。

于是，自我欺骗决定了一个人领导能力的优劣，因为领导力是一种把窘境化险为夷的能力。

一旦我们自欺欺人，我们的领导力就会在“每一个拐角”被‘破坏，就像这不关“桌子”的事儿一样。

本书的目的是想让大众了解自欺——这个所有问题中最核心、长久以来都曲高和寡、只在学者们的研究列表里出现的问题。

当然，这本书里不仅介绍自欺是怎么回事儿，同时也为我们提供了很多解决自欺问题的方法。

了解自欺这一概念及其解决方法会让我们大受裨益。

它能锐化人们的视野，减少矛盾冲突，活跃团队精神，增强责任感，更能提升人们获取成功的能力，加深幸福感和满足感。

无论我们面对的是纽约的企业高管、伦敦的政府官员，还是马来西亚的社会活动家或日本的育儿组织，这都是千真万确的。

从某种程度上讲，任何文化背景之下的任何人都会存在个人的或文化的自欺。

若能找到自欺的出路，我们也就找到了问题得以解决的方法，找到了新的希望和可能。

本书出版于2000年，平装版于2002年上市。

书中通过一个虚构故事所展现的自我欺骗的观点深深吸引了读者，使之成为了目前拥有二十多种语言译本的国际畅销书。

我最近的一本畅销书《剖析平静》出版于2006年，它是这本书的续篇。

很多时候，人们会把自己的问题归因于他人，而这两本书就以崭新的视角剖析了人们的工作和生活，为那些习惯于自欺的人，找到了强有力的、切实可行的解决方法。

我希望这本书中关于自欺的介绍和其解决方法能给人们的工作和生活带来一些新的思路，即用另一种视角去思考自己和他人，从而明白究竟是什么阻碍了我们解决问题的能力。

毕竟，无论是在商业企业中还是在家庭、邻里之间，这个世界需要的都不仅仅是有能力的人，而是具有永久影响力的人。

## <<跳出自己>>

### 内容概要

《跳出自己：责任与自我欺骗》运用了心理学小说这种流行的讲述方式来探讨管理和领导这一话题，整部书深入浅出地把对“责任”精髓的阐释，融入到了一个现代经理人汤姆日常生活工作的点滴中，很多人都曾经和正在欺骗自己，在内心努力为自己所做的每件事寻找理由，却没有意识到自己的欺骗行为。

此书勇敢地打破了关于“责任”的传统观念，将读者的视点由外部认识转向领导者的“内世界”，揭示了何谓“自欺行为”，通过“自我背叛”、“自我辩解”、“串通”一系列概念，分析了人们如何陷入自欺困境，而自欺心理又是如何制约个人成就和企业发展的。

更重要的是，《跳出自己：责任与自我欺骗》为我们提供了解决问题的途径。

用心阅读并身体力行，你的生活态度将受到潜移默化的影响，工作中的诸多问题也会得到相应的答案

。

## <<跳出自己>>

### 作者简介

亚宾泽协会，是一家深具学术底蕴的管理咨询与培训公司，协会由来自商业、法律、经济、哲学、教育、心理学等诸多领域的资深专家组成。

亚宾泽协会与许多著名的大型企业和机构建立了良好的合作关系，包括微软公司、3M公司、世界最大的眼镜连锁企业Lens

Crafters公司、美国导弹制造企业雷神公司、贝恩投资公司，康奈尔大学以及美国海军等。

## <<跳出自己>>

### 书籍目录

#### 前言

#### 第一章 巴德VS汤姆：自欺行为就像困在“盒子”里

- 1、巴德先生
- 2、你必须知道的问题
- 3、自我欺骗
- 4、寻找自欺的病因
- 5、潜在的自欺隐患
- 6、“盒子”内外两世界
- 7、别做“盒子”里的人
- 8、不止我困在“盒子”里

#### 第二章 凯特VS汤姆：为什么会陷入自欺的“盒子”里

- 9、凯特女士
- 10、沉默的开场白
- 11、自我背叛
- 12、自我辩解
- 13、“盒子”里的生活
- 14、原来大家都在“盒子”里
- 15、不可忽视的传播效应
- 16、困在“盒子”里挣扎

#### 第三章 卢先生VS汤姆：如何跳出自欺的“盒子”

- 17、卢先生
- 18、钻进“盒子”的领导
- 19、准备起跳
- 20、死胡同
- 21、出路
- 22、终于跳出了“盒子”
- 23、新的自我诞生记
- 24、明天，开始新的生活

## &lt;&lt;跳出自己&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：“当然不会。

你确实不是真心在道歉，南希说得没错。

”我说道。

“是啊。

我嘴上是在说对不起，可我心里却没这么想。

而且通过我的声音、眼神、姿势，我对她的关怀程度，处处都透出我的敷衍。

所以，也难怪南希会那样说。

”巴德停了下来，我不禁想到那天早上我和劳拉之间的事：她的脸，那张原本充满着活力、关怀以及对生命的热爱脸，现在却因为受到伤害，透露出些许冷漠，而她的冷言冷语更是动摇了我对婚姻所持有的信念。

“汤姆，我觉得我好像不再了解你了，”她说道，“更糟糕的是，大多数时候我觉得你根本不想去了解我在想什么。

这就好像我在折磨你似的。

我已经很久没有感受到你的爱了。

我们之间越来越冷漠，现在简直有点儿形同陌路。

你只知道忙你的工作，哪怕是在家里，你也永远只是工作。

老实说，我也对你越来越没有感觉了。

我也不想这样，但好像不管我做什么都会感到很无聊。

我们这种所谓的‘在一起’，根本不是真正的‘在一起’。

我们就像同一个屋檐下的陌生人，各过各的，偶尔打个招呼，问一下各自的安排。

我们甚至也在强颜欢笑，可这也太虚伪了，这些笑容后面根本没有感情。

”“汤姆，问题是……”我听到巴德在对我说话，思绪被拉了回来，“问题在于我们能感受到别人对我们的态度。

只要花点儿时间想想，我们就能知道是谁在和我们作对，谁想操纵我们，又是谁在算计我们。

这种虚伪是很容易被我们发现的。

我们常常能感受到虚伪的善意背后隐藏着的责备，这可真让人讨厌。

有些人会刻意地在我们身边走来走去、坐在椅子边上认真地听我们说话，或者通过打听我们家人的情况来表示友好，或者运用书上教过的那些有效的技巧以显示他们和我们很亲近。

然而，事实上当他们这么做的时候，我们只会根据他们对我们的看法来感觉、体会和做出反应。

”我的思绪又再次转到了查克身上，“嗯，我懂您的意思，”我说，“您认识查克吗？

就是泰得力克斯公司的首席执行官。

”“身高大概6尺4寸，有着稀疏的红头发，眯着双小眼睛的那个查克？

”巴德问我。

“就是他。

嗯，我花了10分钟就知道，他以为整个世界都围绕他转，当然，如果整个世界都在围着他转，那么公司里的每个人也理所当然都该听他的。

我还记得有一次，为了解决我们产品的一个问题，我们整个十月都忙得焦头烂额。

这项任务极其艰巨，我和下属们把时间都耗在这上面了。

在一次电话会议上，乔说我们干得不错。

然而你猜猜看，谁把这个功劳邀走了？

”

## &lt;&lt;跳出自己&gt;&gt;

## 编辑推荐

《跳出自己:责任与自我欺骗》编辑推荐：你可曾想过，在领导、团队协作、沟通、信任、忠诚、激励等等方面，企业之所以总是处理不佳，其实根源只有一个——责任者习惯性的自我欺骗。

这正是《跳出自己:责任与自我欺骗》一书所揭示的惊人观点。

亚宾泽协会，由来自商业、法律、经济、哲学、教育、心理学等诸多领域的资深专家组成。

亚宾泽协会与许多著名的大型企业和机构建立了良好的合作关系，包括微软公司、3M公司、世界最大的眼镜连锁企业Lens Crafters公司、美国导弹制造企业雷神公司、贝恩投资公司，康奈尔大学以及美国海军等。

《跳出自己:责任与自我欺骗》运用了心理学小说这种流行的讲述方式来讨论管理和领导这一话题，整部书深入浅出地阐释了责任与自我欺骗问题，其所揭示的道理是大多数人从未曾思考过的惊人观点《跳出自己:责任与自我欺骗》中文版还未出版，就已经有大量参加此协会的成员，要求购买，《跳出自己:责任与自我欺骗》作为此协会多年来管理经验的结晶，再版几次，经久不衰，并且是很多行业协会的指导性教材。

《跳出自己:责任与自我欺骗》为我们提供了解决问题的途径。

用心阅读并身体力行，你的生活态度将受到潜移默化的影响，工作中的诸多问题也会得到相应的答案。

《跳出自己:责任与自我欺骗》结合具体事例娓娓道来，文字优美，读来舒心，情节的发展非常引人入胜，是不可多得的领导管理艺术之书籍，更是与众不同的一部震撼人心灵的小说。

<<跳出自己>>

名人推荐

什么是自我欺骗？

它怎样消损性能？

你该做些什么？

深刻、迷人……充满洞察力。

我极力推荐这本书。

——斯蒂芬·R.塔瓦雷斯《高效率人的七种习惯》一书的作者 一次不可思议的旅行给我提供了影响其他人的巨大洞察力。

这本书完全改变了我是怎样以个人和领导的身份看待自己的。

——路易斯·弗兰西斯科尼 雷神公司副总裁 非常吸引人，思想深刻，富于洞察力！

这本书为那些自认为善于与人交往的人敲响了警钟，是那些渴望更好地与人交往的人的必读之书。

对于此书，我真是不忍释卷！

——斯蒂文·C.惠瑞教授 哈佛商学院副院长



<<跳出自己>>

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>