

<<争论的十大金律>>

图书基本信息

书名：<<争论的十大金律>>

13位ISBN编号：9787509529409

10位ISBN编号：7509529409

出版时间：2011-8

出版时间：中国财政经济出版社一

作者：乔纳森·赫林

页数：199

译者：潘奇凡

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>

<<争论的十大金律>>

内容概要

本书是作者根据自己在最艰难的辩论中获得的经验写作而成的。在本书中，作者以一种无拘无束的方式告诉读者如何在工作、生活中应对无法避免的争论，提出了进行争论的十条法则，并以大量的实例讲述了如何应用这些法则。

<<争论的十大金律>>

作者简介

乔纳森·赫林(Jonathan Herring)在牛津大学获得了法学学士学位和民法学学士学位。他拥有律师资格，曾经是剑桥大学纽霍学院(New Hall)的法学教员和教学主管，以及牛津大学基督教会学院(ChristChurch)的法学讲师。1999年以来，他一直在埃克塞特大学(Exeter College)任教。

<<争论的十大金律>>

书籍目录

- 第一部分 争论的十大金律
 - 第1章 金律一：不打无准备之仗
 - 第2章 金律二：知道何时争论，何时离开
 - 第3章 金律三：知道要说些什么以及如何说
 - 第4章 金律四：倾听，再倾听
 - 第5章 金律五：掌握回应对方论点的方法
 - 第6章 金律六：当心狡猾的骗局
 - 第7章 金律七：培养公开争论的技能
 - 第8章 金律八：能够以书面的形式进行争论
 - 第9章 金律九：善于打破僵局
 - 第10章 金律十：维持良好的关系
- 第二部分 引发争论的常见情况
 - 第11章 如何与你爱的人进行争论
 - 第12章 如何与孩子进行争论
 - 第13章 工作中的争论
 - 第14章 如何投诉
 - 第15章 如何从专家那里得到你想要的
 - 第16章 知道理亏时如何进行争论
 - 第17章 无休止地争论
 - 第18章 受气包
 - 第19章 如何成为完美的赢家
 - 第20章 要点回顾

<<争论的十大金律>>

章节摘录

应该记住的第二点是：要了解一些警示信号。

通常，在发怒之前，你的身体会有一些变化：面红耳赤，心跳加快，情绪激动。

要了解你开始发怒时的一些感受，这样你就可以提前采取一些预防措施。

还要注意一些会令你激动的情况、言词或问题。

有些人在其权威受到挑战、正直受到质疑，或者感到别人正在告诉他们应该怎么做时，会做出愤怒的反应。

每个人的反应都不一样。

如果你了解这些情况，就要小心提防。

应该记住的第三点是：如果你感到自己的心跳加快，并且马上就要发怒，那就要努力保持冷静，深吸一口气。

最好这样说：“我想我们应该换个时间讨论这一问题。

”如果有必要的话，就转身离开。

去喝一杯水，或者躺下来休息一下（如果可能的话）。

不断对自己说：“我不会为此发怒。

”（当然声音不能太大！

）转身离开可能不是你最想做的事，但总是比发怒要好一些。

一旦冷静下来，你就能够更好地应对这一问题。

如果做不到这一点，那就慢慢地从1数到10，或者回忆一下你所有的朋友。

做一些事情以转移你的思绪。

如果你感到自己会发怒，那就事先考虑好到时候要想些什么事情。

应该记住的第四点是：大声告诉对方，他所说的话让你很生气，这样做或许会有所帮助。

承认你很生气有助于你和对方理解这一谈话对你的影响。

.....

<<争论的十大金律>>

编辑推荐

通过认真阅读《争论的十大金律》，你就不会再对争论感到头痛，并掌握下列技巧：有效地提出你的论点、说服他人按你的方式进行思考、在愤怒的情况下保持冷静、说服他人、得到你希望得到的结果、同难以对付的人或话题打交道、变得有说服力，能够明确表达你的意见、在讲话时更有自信。

<<争论的十大金律>>

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>