

图书基本信息

书名：<<溝通恐懼：走過恐懼，溝通來者不拒！>>

13位ISBN编号：9789573254812

10位ISBN编号：9573254816

出版时间：20050401

出版时间：遠流

作者：王政彥

页数：296

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>

<<溝通恐懼：走過恐懼，溝通來者不>>

內容概要

個人在與他人或群體溝通時，所產生的害怕和焦慮 例如不敢和異性說話、怕上臺面對一群人演講、參加會議不敢發表意見、作口頭報告時焦慮不安等，都可算是「溝通恐懼」。

其實我們每一個人都可能有溝通恐懼的經驗，只是程度強弱不同而已。

理解溝通的重要性及溝通恐懼產生的原因、影響；透過溝通恐懼量表自行測量計分，瞭解自己溝通恐懼的程度；針對不同群體、外在條件及心理變項的比較研究，有助反觀自己；進一步提供系統減敏感法、認知治療法、社會技能訓練法等改善策略，加強溝通的能力 全書循序漸進，化研究數據為行動方法，使讀者能早日向

作者簡介

王政彥

溝通夠不夠easy？

能不能happy？

就看你自己，更要從自己做起。

以分享溝通為志業的王政彥於是也從事與溝通關係密切的教職，擔任高雄師範大學成人教育研究所教授，透過溝通來工作、瞭解自己、建立人際關係及推廣終身學習。

藉由本書談如何走過溝通恐懼，迎向e時代，成為勇於溝通的現代人。

由遠流出版的著作還包括：《讓學習High起來》、《我也可以是學習英雄》二書，以及專業書籍《團體式教育決策參與》、《終生學習社區合作網絡的發展》、《有線電視與社區成人隔空教育》（五南出版）等書。

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>