

<<跟你聊天真愉快>>

图书基本信息

书名：<<跟你聊天真愉快>>

13位ISBN编号：9789861361352

10位ISBN编号：9861361359

出版时间：2007/06/26

出版人：如何出版社有限公司

作者：東京心理健康學院/ 朋友空間

译者：陳玉華

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>

## <<跟你聊天真愉快>>

### 内容概要

內容簡介如果能和初次見面的人自由交談，其實更是增進自己的溝通技巧和人際關係的重要能力。

輕鬆的閒聊，更能提高溝通能力！

午休時和上司、同事間的談話、以及和客戶、朋友、社區太太們之間的日常閒聊會令你感到手足無措嗎？

不重要的閒聊也是了不起的閒聊。

如果能因此和初次見面的人輕鬆愉快地交談，就可以說，閒聊也是一種技術，也是拓展人脈的重要能力之一。

羨不羨慕那種跟誰都能聊得很愉快的人？

碰到想要認識，或是不得不聊上幾句的人，希不希望幾句話就讓人留下好印象？

不要以為會閒聊是本能，  
它絕對是可以輕鬆學會並且上達的技巧！

本書將成為你與人相處最重要的潤滑劑！

學會閒聊，人生大不同！

初次見面的客戶，如何開啟話匣子？

聯誼聚會時，如何打破不熟的尷尬？

和老闆出差，坐車時要聊些什麼？

第一次約會，怎麼讓對方有好印象？

最討人喜歡的聊天技巧大公開，讓你在任何場合或面對任何人都能輕鬆以對、游刃有餘。

技巧1 以對方為重心，尋找話題。

例如，天候、工作、新聞、共同的朋友、家人、旅行、興趣等，創造談話契機。

技巧2 保持自然態度，營造讓人放鬆的氣氛。

技巧3 當個熱情的傾聽者。

重複對方所說的關鍵詞或充滿感情的詞彙，或者認真的附和。

技巧4 除了言語，還要利用表情、態度及說話方式來傳達感情。

技巧5 不要打斷對方說話的節奏。

## <<跟你聊天真愉快>>

技巧6 針對對方所說的關鍵字，廣泛且深入地提出問題。

技巧7 在說出的句子裡夾雜對方的名字，以傳達出認真傾聽的誠意。

技巧8 要讓氣氛融洽，說些有共識的抱怨、真心話及秘密都很有效。

技巧9 廣泛蒐集有趣的話題及學習幽默的表達方式。

技巧10 有時不必勉強閒聊，享受當場的愉快氣氛也很重要。

## <<跟你聊天真愉快>>

### 作者簡介

#### 作者簡介

東京心理健康學院

一年諮商件數達一萬件以上的民間諮商機構，有40位諮商師、8間諮商室。

提供親自到院、出訪、電話、郵件等方式的諮商；諮商育成講座、自我表現講座等各種講座；協助企業、政府機構進行職場的心理健康教育等事業。

#### 監修者簡介

武藤清榮

1974年東洋大學社會學系畢，1976年國立公眾衛生院衛生教育學系畢。

之後，便專職從事臨床心理面試及職場的心理健康教育。

現任東京心理健康學院所長、心理諮商師協會常任理事、日本精神保健社會學會副會長、產業諮商學會常任理事。

著有《聽話的人，聽心的人》《會聽和不會聽別人話的人》《現代的精神自閉》《等待TODO》《職場的心理健康Q&A》等。

#### 譯者簡介

陳玉華

輔大日語研究所畢業，專攻兒童文學。

現於大學兼課，並從事翻譯工作。

譯有《恐怖的食品添加物》《品味橡皮章》《醫院經營策略》等書。

## <<跟你聊天真愉快>>

### 書籍目錄

監修者序「閒聊」就是天南地北的聊天  
序章 偷個填滿短暫十分鐘的閒聊氣氛！

用愉快的對話建立愉快的關係

美容中心裡的愉快對話

第1章 會閒聊的人 & 不會閒聊的人

不會閒聊的人：在餐桌上沉默的家人 / 神經大條的上司與冷淡的女職員 / 不敢在公園表現自我的媽媽 / 運動會上的父親 / 差勁的接待 / 四人座的包廂 / 派對中的閒聊

有技巧的閒聊：何謂「閒聊高手」？

／可以和不可在閒聊中說的話

擅長閒聊的，那裡跟別人不一樣？

不重要的閒聊，了不起的閒聊 / 利用這些工具，我也可以輕鬆閒聊  
對我來說，「閒聊」.....：「不擅長說話」就表示「不擅長閒聊」？

第2章 創造閒聊場所的客觀條件

攀談的技術：去跟那個人說話吧！

／為什麼會聊不下去呢？

／閒聊的樂趣是有來有往

「詞彙」以外的閒聊條件：與談話對象之間的距離 / 對話與距離的關係=第三者的介入 / 溝通與位置的關係

第3章 傾聽別人說話的技術

「擅長傾聽」的客觀條件：納入諮商的基本技術 / 配合對方狀況改變的傾聽法

擅長傾聽與擅長談話的技巧：成為擅長傾聽者 / 培養擅長傾聽的技術1：不使談話中段的回應 / 培養

擅長傾聽的技術2：要意識到失敗並加以修正 / 傾聽者和說者的「五分鐘完全諮商」

兩個人的閒聊：想說話的時候和不想說話的時候 / 發展談話

第4章 吸引人的說話技術

從說者身上徹底學習：瞭解對方的習慣，修正自己的態度 / 愉快品味的話題

增加熟悉的話題：「追隨」不太熟悉的話題 / 和博學者的交往方式 / 活用雜學的方法

讓對方不會失去興趣的說話方式：找出對方的興趣 / 注意聽與說的比例 / 不要過度和對方同一步調

把話說得有趣的技術：思考結語的大阪說話術 / 簡單易懂的說話方式的秘訣 / 機靈的一句話

傳達心情的技術：傳達的是語言，傳達的是心情 / 表現感情

第5章 應付不時之需的閒聊 Q & A

當別人責備你是沉默寡言的人時

希望成為可以和任何人暢談的人

和初次見面的人融洽周到地閒聊

不得已得和個性不合的人交談

如何成為容易與人交談的人？

無法加入三人以上的談話

無法掌握開口的時機

希望和喜歡的人順利交談

結語

無法順利跟那個人談話嗎？

：為什麼會談不來？

<<跟你聊天真愉快>>

諮商師眼中的閒聊：溝通分析對「閒聊」的定義 / 閒聊的功能

<<跟你聊天真愉快>>

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>