

有话说出来!



[有话说出来!_下载链接1](#)

著者:帕特里克·金

出版者:天津人民出版社

出版时间:2018-8

装帧:平装

isbn:9787201138527

你会不会因为自己总是喜欢从聚会早退而觉得自己是个怪人?

如果你想在星期六的晚上偶尔选择在家待着，或者总是宁愿一个人待着，这会让人产生极大的误解吗？

还有，迎来送往的应酬对你来说会是噩梦吗？

我也曾经是这样的。想要做到那些根本做不到的事，或者想要成为一种完全成为不了的人，是一件多么痛苦的事啊。你是不是从来没有尝试去分析和认识作为一个内向性格的人，你的优势和劣势是什么？但你却总是不断尝试成为你认为别人希望你成为的那种人，这些尝试也总是以失败告终吧？

《有话说出来！》是我在自己的内向人生阶段进行研究的结果，有我亲身实践过的技巧，能够应付社交场合，并且让每个人都误以为我是一个非常外向的人。

作者介绍:

帕特里克·金 (Patrick King) 是亚马逊约会及社交类书籍分类排名第一的畅销作家，广受读者喜爱。其作品曾被许多国家级刊物如Inc杂志刊登。

他也是一名著名恋爱和社交技能导师。在工作之余，他还是个20世纪80年代歌曲翻唱乐队的主唱。另外，他也在为自己的下一个万米长跑做训练。

目录: 前言

01 消除对内向性格的误解

02 内外有别

03 唤醒心中的外向性格特质

04 内向者独有的优势

05 外向者的苦衷

06 省电模式下的交谈

07 像放大镜一样

08 用一面镜子治好你的冷漠脸

09 选择适合自己的社交场合

10 设立目标就像带上了备用电池

11 有策略地充电

12 哈？闲聊没意思？

13 学点儿社交动力学

14 退场的艺术

15 内向的人该如何跟异性交往

16 如何约会以及后续如何深化双方的关系

结语

速查表

• • • • • [\(收起\)](#)

[有话说出来！_下载链接1](#)

标签

社交

帕特里克金

内向

评论

总觉得和其他一类的书内容完全一致，只是这是第一本认真看了的

只记得一句话，内向和外向的人有着不同的社交电池，内向的人通过独处补充电量，外向的人通过社交从他人身上汲取电量。其他感觉都是千篇一律，没有太多亮点。

很特别的一本书。很多书都是教大家如何改变内向性格，成为外向性格。本书利用挖掘内向性格的特点，分析优势和劣势，并提出技巧用来应付社交场合。

[有话说出来!_下载链接1](#)

书评

我们要给大家分享的书是《有话说出来》。
作者帕特里克·金是亚马逊约会及社交类领域排名第一的畅销作家，著名的恋爱和社交技能导师。他一度被自己内向的性格困扰，甚至怀疑自己是不是压根就很无趣。后来他发现很多内向的朋友都是这样，对应酬头疼不已。在深入地研究和持续实践...

[有话说出来!_下载链接1](#)