**新 书 推 荐**

**中文书名：《如何拥有非凡的人际关系：（与所有人）》**

**英文书名：HOW TO HAVE EXTRAORDINARY RELATIONSHIPS: (With Absolutely Everybody)**

**作 者：Lucy Cavendish**

**出 版 社：Quadrille Publishing**

**代理公司：ANA/Jessica**

**页 数：256页**

**出版时间：2024年4月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：心灵励志**

**内容简介：**

作为一名咨询师和治疗师，多年来，露西·卡文迪什（Lucy Cavendish）的实践中充斥着迫切需要帮助的客户：他们迷茫、孤独、恐慌，并寻找改善与同事、朋友、兄弟姐妹和伴侣的关键关系的方法。我们都会在日常生活中陷入某些模式，或者可能会发现自己对友谊和其他关系不满意，不知道如何改进这些关系。然而，一些小的改变就在我们的指尖，可以对我们的快乐和幸福产生巨大的影响。这本书的每一章都涵盖了露西改善人际关系的七个关键技巧之一： 1. 改变叙述方式 2.你要对你的人际关系负责 3.你有选择——做出不同的选择。4. 同理心 5.积极倾听 6.治愈自己 7.严格控制你的精力投入。

露西使用案例研究、一些精心挑选的统计数据和她自己多年的专业经验，提供了一些例子和清晰、可操作的建议，读者可以利用这些建议来应对他们可能面临的各种或大或小的挑战。这本书适合任何想要发展奇妙的人际关系、有效的、人性化的沟通技巧，并与生活中最重要的人建立丰富联系的人。

**作者简介：**



人际关系专家**露西·卡文迪什 （Lucy Cavendish**） 是一名辅导员、治疗师和教练，拥有高级综合咨询4级文凭，曾师从凯瑟琳·伍德沃德·托马斯（Katherine Woodward Thomas）（《有意识解耦》（*Conscious Uncoupling*）、《真正的你觉醒》（*True You Awakening*）、《呼唤那个人》（*Calling in The One*）的作者）。露西接受过精神分析咨询培训，现在使用以人为本的方法，帮助她的客户处理他们面临的直接问题以及潜在问题——她与夫妇、个人和年轻人一起工作。露西还是记者、作家、广播员和 Later Dater 播客（由 Aurora 制作）的主持人——关于人际关系及其采取的多种形式。她为《卫报》（*Guardian*）、《每日电讯报》（*The Telegraph*）、《泰晤士报》（*The Times*）和《每日邮报》（*The Daily Mail*）撰写了大量文章。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**Rights@nurnberg.com.cn**

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

