

第3選擇

解決人生所有難題的關鍵思維

{ 柯維一生最重要的發現與總結 }



The 3rd Alternative
Solving Life's Most Difficult Problems

史蒂芬·柯維

Stephen R. Covey

《與成功有約》千萬暢銷作者

史蒂芬·柯維最新、最重要

「本書可算是柯維所寫過最雄心勃勃且充滿希望的書，就我個人認為，這本是他最佳代表作，對所有人幫助甚大，能使我們盡最大的努力，在這混亂的世界中，活出和平與正義。」

——華倫·班尼斯 (Warren Bennis)，管理學之父

生命不是網球賽，只能有一方贏球。如何才能解決生活裡的各種衝突，擁有圓滿幸福的人生？成功學大師柯維累積數十年的歷練，提出了最具智慧的「第3選擇」思維模式：看見自己、看見對方、深度了解彼此，找出創造雙贏的最大綜效。

不管是個人、家庭、校園、職場，甚至是國家治理，懂得運用「第3選擇」的思維模式，所有問題將迎刃而解。熟讀本書，重新對焦自己的生命，你將發現一條通往嶄新未來的神奇道路！

全球卓越人士齊聲推薦

國內

李偉文 / 牙醫師、作家、環保志工

卓火土 / 宏遠基金會董事長

俞秀端 / 法務部副司長

陳錦煌 / 小鎮醫師、新港文教基金會董事長

曾志朗 / 中研院院士

廖輝英 / 知名兩性作家

國外

圖圖主教 / 1982年諾貝爾和平獎得主

湯姆·畢德士 / 管理學大師

穆罕默德·尤努斯 / 1986年諾貝爾和平獎得主

華倫·班尼斯 / 管理學之父

阿麗亞娜·赫芬頓 / 《赫芬頓郵報》媒體部門總裁暨總編輯

小馬里奧特 / 萬豪國際集團董事長暨執行長

道格拉斯·科南特 / 湯廚公司前執行長暨《紐約時報》暢銷作家

杭士曼 / 杭士曼公司創辦人暨董事長

天下文化

ISBN 978-986-320-100-7
BPB007 定價500元

第3選擇

解決人生所有難題的關鍵思維



The 3rd Alternative
Solving Life's Most Difficult Problems

史蒂芬·柯維

Stephen R. Covey

姜雪影、蘇偉信 —— 譯

第3選擇

解決人生所有難題的關鍵思維

作者 / 史蒂芬·柯維 (Stephen R. Covey)

譯者 / 姜雪影、蘇偉信

責任編輯 / 許玉意

封面設計 / 張議文

出版者 / 遠見天下文化出版股份有限公司

創辦人 / 高希均·王力行

遠見·天下文化·事業群 董事長 / 高希均

事業群發行人 / CEO / 王力行

出版事業部總編輯 / 許耀雲

版權部協理 / 張紫蘭

法律顧問 / 理律法律事務所陳長文律師 著作權顧問 / 魏啟翊律師

社址 / 台北市104松江路93巷1號2樓

讀者服務專線 / (02)2662-0012

傳真 / (02)2662-0007 ; 2662-0009

電子信箱 / cwpc@cwgv.com.tw

直接郵撥帳號 / 1326703-6號 遠見天下文化出版股份有限公司

電腦排版·製版 / 立全電腦印前排版有限公司

印刷廠 / 盈昌印刷有限公司

裝訂廠 / 精益裝訂股份有限公司

登記證 / 局版台業字第2517號

總經銷 / 大和書報圖書股份有限公司 電話 / (02)8990-2588

出版日期 / 2013年1月30日第一版

2016年7月10日第一版第22次印行

定價 / 500元

原著書名 / The Third Alternative by Stephen R. Covey

Copyright © 2011 by FranklinCovey Co.

Complex Chinese Edition Copyright © 2013 by Commonwealth Publishing Co., Ltd.,

a member of Commonwealth Publishing Group

Published by arrangement with the original publisher, FREE PRESS, a Division of Simon

& Schuster, Inc. through Andrew Nurnberg Associates International Limited.

ALL RIGHTS RESERVED

ISBN : 978-986-320-100-7 (英文版ISBN-13: 978-1-4516-2626-1)

書號 : BPB007



天下文化書坊

bookzone.cwgv.com.tw

※ 本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司調換。

國家圖書館出版品預行編目資料

第3選擇：解決人生所有難題的關鍵思維 / 史蒂芬·柯維
(Stephen R. Covey) 著；姜雪影，蘇偉信譯。-- 第一版。

-- 臺北市：遠見天下文化，2013.01

面；公分。-- (心理勵志；BPB007)

譯自：The 3rd alternative : solving life's most difficult
problems

ISBN 978-986-320-100-7 (精裝)

1. 成功法 2. 人際衝突

177.2

101025450

閱讀天下文化，傳播進步觀念。

- 書店通路 — 歡迎至各大書店·網路書店選購天下文化叢書。
- 團體訂購 — 企業機關、學校團體訂購書籍，另享優惠或特製版本服務。
請洽讀者服務專線 02-2662-0012 或 02-2517-3688 * 904 由專人為您服務。

- 讀家官網 — 天下文化書坊

天下文化書坊網站，提供最新出版書籍介紹、作者訪談、講堂活動、書摘簡報及精采影音
剪輯等，最即時、最完整的書籍資訊服務。

www.bookzone.com.tw

- 閱讀社群 — 天下遠見讀書俱樂部

全國首創最大VIP閱讀社群，由主編為您精選推薦書籍，可參加新書導讀及多元演講活
動，並提供優先選領書籍特殊版或作者簽名版服務。

RS.bookzone.com.tw

- 專屬書店 — 「93巷·人文空間」

文人匯聚的新地標，在商業大樓林立中，獨樹一格空間，提供閱讀、餐飲、課程講座、
場地出租等服務。

地址：台北市松江路93巷2號1樓 電話：02-2509-5085

CAFE.bookzone.com.tw

目錄

各界推薦	p.8
------------	-----

導讀 從你所在的地方出發，探索生命的源頭	p.11
------------------------------	------

第一章 轉捩點	p.15
-----------------	------

當你一路閱讀時，會發現自己正處於一個轉捩點上——介於你的過去（無論它是什麼樣的光景）和一個你從未想像過的未來之間。你將發現自己擁有「改變」的天賦。你將開始以革命性的、完全不同於以往的方式，思考自己的問題。你將產生嶄新的反應，它們將幫助你順利克服許多在別人眼中幾乎完全無法跨越的障礙。

第二章 第3選擇： 尋求「綜效」的原則、思維模式與流程	p.25
--	------

生命不是網球賽，只能有一方贏球。當雙方都贏、能夠共同創造出一種新局面，讓彼此都感到滿意時，絕對更令人快樂。這就是為什麼發揮統合綜效的流程必須從「你是否願意與我一起尋求一種雙贏的解決方案，讓我們都能滿意？」這個問題來開始了。

第三章 職場中的第3選擇	p.127
----------------------	-------

發掘工作中的各種第3選擇，當你成為一個能與人產生綜效的伙伴時，工作及事業上的成功將唾手可得。

第四章 | 家庭中的第3選擇 p.203

家庭衝突是最讓人心碎的人生難題。這是個極大的反諷：家庭既可以讓我們見證最偉大的統合綜效，也可以讓我們經歷最深沉的痛苦。有了第3選擇，便能擁有一個積極正面、可以依靠、創意無限的家庭關係。

第五章 | 校園中的第3選擇 p.261

當今這個世界最大的挑戰之一，就是幫助孩子學習並達成未來的夢想。每個國家都有各自的挑戰，但全世界每一個國家都得面對同一個問題：我們是否能夠為每一個孩子都提供優秀（甚至只是「像樣」）的教育？

第六章 | 第3選擇與法律 p.313

如何將目前社會好興訟的文化扭轉為一種彼此體恤、有同理心、發揮統合綜效的文化，好讓那些浪費在法庭上、彼此爭訟的精力及寶貴資源，運用在更重要的事情上。

第七章 | 社會中的第3選擇 p.353

每個人都想要消除暴力、飢餓、疾病、無家可歸，以及汙染。每個人都想要他們的小孩繼承一個和平、繁榮和健康的世界。然而，我們不必等待社會來做改變，我們可以有意識地創造我們自己的改變。

第八章 | 全世界的第3選擇 p.471

多元卻統一，多種宗教及多種語言同時並存共榮的瑞士，向世界展示如何建設第3選擇的文化。世界上沒有無法解決的衝突。瑞士的成功絕非偶然。幾個世紀以來因為種族與宗教的分歧而兵戎相見，最後他們選擇了改變。其他人沒有任何理由，不能做出相同的選擇。

第九章 | 第3選擇的人生 p.515

活在漸強的樂句之中！你最重要的工作總是在你前方。最令人期待的統合綜效經驗還在等著我們去發掘、人生中最重要貢獻還未上場！

第十章 | 由內而外 p.539

當你試圖解決跟朋友、同事，或是家人之間的一項艱難衝突，而事情的發展不如你所願時，難免會感到挫折。此時需要更多內在意志與力量。當問題愈重大，就愈需要內在的安全感、豐沛的雙贏思考、耐心、愛、尊重、同理心、堅忍不拔的決心，以及創造力。

附錄 | 發揮綜效 4 步驟 p.545

致謝詞 p.549

第3選擇

解決人生所有難題的關鍵思維



The 3rd Alternative
Solving Life's Most Difficult Problems

史蒂芬·柯維

Stephen R. Covey

姜雪影、蘇偉信 —— 譯

作者簡介

史蒂芬·柯維 (Stephen R. Covey)

哈佛大學企管碩士，楊百翰大學博士。他是富蘭克林柯維公司創始人之一，曾協助眾多企業、教育單位與政府機關訓練領導人才。柯維博士曾被《時代》(Time)雜誌譽為「人類潛能的導師」，並入選為全美25位最有影響力的人物之一。在成功學、領導理論、家庭與人際關係等領域夙負盛名。

柯維一生致力於向大眾證明，在深刻且直接的引導下，每個人都能主掌自己的命運。身為國際上備受尊崇的領導權威、教授、企業組織顧問，以及作家，柯維的見解已影響上百萬人。柯維的著作在全球已售出2000萬冊，翻譯成38種語言。《與成功有約》一書，更被譽為廿世紀最有影響力的商業書籍之一。其他重要著作包括：《第8個習慣》、《7個習慣教出優秀的孩子》、《與領導有約》、《與時間有約》等等（以上均由天下文化出版）。

譯者簡介

姜雪影

資深媒體人，美國明尼蘇達大學新聞碩士，曾任《天下雜誌》資深編輯、時代基金會資深副執行長、IC之音電台總經理兼台長、淡江大學英文系講師。著有《世紀之都：紐約》一書，曾獲金鼎獎、吳舜文新聞獎，並帶領IC之音榮獲多項金鐘獎、文馨獎。近年專事翻譯，譯作包括：《左右決策的迷惑力》、《不理性的力量》、《失控的未來》、《快樂，讓我更成功》、《藍毛衣》、《賈伯斯傳》等。

蘇偉信

美國賓州大學碩士。《哈佛商業評論》譯者。

目錄

各界推薦	p.8
-------------------	-----

導讀 從你所在的地方出發，探索生命的源頭	p.11
-------------------------------------	------

第一章 轉捩點	p.15
------------------------	------

當你一路閱讀時，會發現自己正處於一個轉捩點上——介於你的過去（無論它是什麼樣的光景）和一個你從未想像過的未來之間。你將發現自己擁有「改變」的天賦。你將開始以革命性的、完全不同於以往的方式，思考自己的問題。你將產生嶄新的反應，它們將幫助你順利克服許多在別人眼中幾乎完全無法跨越的障礙。

第二章 | 第3選擇：

尋求「綜效」的原則、思維模式與流程	p.25
--------------------------------	------

生命不是網球賽，只能有一方贏球。當雙方都贏、能夠共同創造出一種新局面，讓彼此都感到滿意時，絕對更令人快樂。這就是為什麼發揮統合綜效的流程必須從「你是否願意與我一起尋求一種雙贏的解決方案，讓我們都能滿意？」這個問題來開始了。

第三章 職場中的第3選擇	p.127
-----------------------------	-------

發掘工作中的各種第3選擇，當你成為一個能與人產生綜效的伙伴時，工作及事業上的成功將唾手可得。

第四章 | 家庭中的第3選擇 p.203

家庭衝突是最讓人心碎的人生難題。這是個極大的反諷：家庭既可以讓我們見證最偉大的統合綜效，也可以讓我們經歷最深沉的痛苦。有了第3選擇，便能擁有一個積極正面、可以依靠、創意無限的家庭關係。

第五章 | 校園中的第3選擇 p.261

當今這個世界最大的挑戰之一，就是幫助孩子學習並達成未來的夢想。每個國家都有各自的挑戰，但全世界每一個國家都得面對同一個問題：我們是否能夠為每一個孩子都提供優秀（甚至只是「像樣」）的教育？

第六章 | 第3選擇與法律 p.313

如何將目前社會好興訟的文化扭轉為一種彼此體恤、有同理心、發揮統合綜效的文化，好讓那些浪費在法庭上、彼此爭訟的精力及寶貴資源，運用在更重要的事情上。

第七章 | 社會中的第3選擇 p.353

每個人都想要消除暴力、飢餓、疾病、無家可歸，以及汙染。每個人都想要他們的小孩繼承一個和平、繁榮和健康的世界。然而，我們不必等待社會來做改變，我們可以有意識地創造我們自己的改變。

第八章 | 全世界的第3選擇 p.471

多元卻統一，多種宗教及多種語言同時並存共榮的瑞士，向世界展示如何建設第3選擇的文化。世界上沒有無法解決的衝突。瑞士的成功絕非偶然。幾個世紀以來因為種族與宗教的分歧而兵戎相見，最後他們選擇了改變。其他人沒有任何理由，不能做出相同的選擇。

第九章 | 第3選擇的人生 p.515

活在漸強的樂句之中！你最重要的工作總是在你前方。最令人期待的統合綜效經驗還在等著我們去發掘、人生中最重要貢獻還未上場！

第十章 | 由內而外 p.539

當你試圖解決跟朋友、同事，或是家人之間的一項艱難衝突，而事情的發展不如你所願時，難免會感到挫折。此時需要更多內在意志與力量。當問題愈重大，就愈需要內在的安全感、豐沛的雙贏思考、耐心、愛、尊重、同理心、堅忍不拔的決心，以及創造力。

附錄 | 發揮綜效4步驟 p.545

致謝詞 p.549

各界推薦

即使是在目前這個衝突不斷的時代，我們仍能瞥見美好的事物。柯維博士讓我們看見，如何超越最難以解決的紛爭，進而尋求生命中更美好的事物。

——圖圖主教（Archbishop Desmond Tutu）

1984年諾貝爾和平獎得主

你可以在短短五頁以內，就能得知柯維所要傳達的訊息。但我深切期望你能仔細閱讀並應用每一頁的知識。柯維遺留給我們珍貴的禮物。但，就像大多數深刻的思想，唯有在日常生活中有意識地實踐，才能真正改變人生。

——湯姆·畢德士（Tom Peters）

管理學大師

在本書中，柯維博士激發我們去思考，如何以先前未曾有過的方式，來解決問題。我們必須拋開彼此間的分歧，包括我們的邊界、語言、經濟、政治，以及文化，共同針對當下所面臨的問題，攜手共創雙贏的解決方案。

——穆罕默德·尤努斯（Muhammad Yunus）

2006年貝爾和平獎得主

在《第3選擇》中，對於我們所面臨的危機，柯維促使我們要超越已有的次優解決方案，也就是超越左派和右派，以及超越橫互在我們面前、那許許多多虛假的選擇。本書充分回應愛因斯坦的警語：我們不可能用製造問題時的相同思維水準來解決問題。

——阿麗亞娜·赫芬頓（Arianna Huffington）

《赫芬頓郵報》媒體部門總裁暨總編輯