



做人做事的基本原则、方法和技巧，
赵宁◎编著 为人处世最实用的指南

为人^的学问 处世^的技巧全集



使你的为人处世方法更得体、更成熟、更完善
使你在做人做事方面更顺利、更轻松、更愉快
做人是要讲究原则，也是要讲究分寸的；做事是要讲究方法，也是要讲究技巧的。聪明人善于以做人带动做事，以做事维护人缘，并使这两者完美地融合在一起，相得益彰。

地震出版社

B821-49
113

B821-49
113

赵
宁
◎
编
著



为人的学问 处世的技巧

全集

做人做事的基本原则、方法和技巧，
为人处世最实用的指南

地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

为人的学问·处世的技巧全集/赵宁编著. —北京:地震出版社, 2007.5

ISBN 978 - 7 - 5028 - 3108 - 0

I. 为… II. 赵… III. 人生哲学 - 通俗读物 IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 055882 号

地震版 XT200700094

为人的学问·处世的技巧全集

赵 宁 编著

责任编辑:王 琼

责任校对:庞娅萍

出版发行:地震出版社

北京民族学院南路9号

邮编:100081

发行部:68423031 68467993

传真:88421706

门市部:68467991

传真:68467991

总编室:68462709 68423029

传真:68467972

E-mail: seis@mailbox.rol.cn.net

经销:全国各地新华书店

印刷:九州财鑫印刷有限公司

版(印)次:2007年5月第1版 2007年5月第1次印刷

开本:787×1092 1/16

字数:338千字

印张:20

书号:ISBN 978 - 7 - 5028 - 3108 - 0/Z·527 (3740)

定价:39.00元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题,本社负责调换)



前言

每个人都生活在朋友、同事、领导、下属、家庭、亲戚的关系中，怎样与这些人打好交道是一门很重要的学问。

一位著名的诗人说：“没有别人，你即是一座孤岛。”也许，每一个人在这个广阔的世界里，都能建立一个属于自己的天地；但可以肯定的是，这些小天地都是相互联系、彼此依靠的。任何人都不可能过完全与世隔绝的生活，我们需要从他人那里获得尊敬和满足。

也许你学识渊博，也许你能言善辩，也许你谈吐文雅，可是仅仅拥有这些，在生活中你不一定是一个到处受欢迎的人。

美国人际关系学家阿尔伯特·爱德华·威根在他的研究报告《探索你的心理世界》一书中指出：“在一年内失去工作的 4000 名职工中，只有 400 人即总数的 10% 是因不能胜任工作而被开除的，其余的 90% 则是因为不能很好地处理人际关系而被解雇。”美国技术协会在对 10000 人的情况记录作分析研究后，也得出类似的结论：90% 的人因为不能成功地交往而失败了。

人际交往中，别人喜欢或者憎厌你的感情，是由你的社交水平、品位，你为人处世的习惯，以及说话办事的方式所决定的。同时，能不能搞好各方面的关系，也可以决定你事业的成功或失败。

在日常生活中，我们常常发现这样的情况：许多能力平平，但相貌堂堂、举止优雅的人，比起那些聪明而博学的人来，能获得更快的提升，有时甚至于把那些头脑聪明的人远远地抛在了后面。有些人似乎特别幸运，他们的成功比常人来得容易，而他们付出得却比别人少很多！然而，只要我们对这些幸运儿稍加分析就会发现，这完全是因为他们具有某种能吸引人的品质，同时也正是由于这种出色的人格魅力，使他们把周围的人牢牢地吸引在了自己身边。这种人就是我们平常所说的有魅力的人。

拿破仑·希尔指出：“有魅力的人，人人都爱和他交友；和有魅力的人相处总是愉快的。他好像雨天的太阳，能驱除昏暗。人人都乐于为他做事，他





How to Make 为人的学问·处世的技巧全集 Your conducts in Society smooth And slick

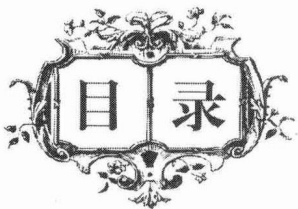
也能要一个人做别人连做梦都想不到他肯做的事。一个人能否成功与他的个人魅力有密切的关系，那些能够成功地创造财富的人往往拥有能招财进宝的个性。良好的个人魅力是一种神奇的天赋，就连最冷酷无情的人都能受到他的感染。”

人的个性是千差万别的，这一方面是受遗传因素的支配，另一方面是生活环境和个人修养使然。为了提升自己的人生品质，我们应该积极地克服那些对自己的交往不利的性格因素，学习一些为人处世的技巧，寻找能为自己的个人魅力加分的良方。

《为人的学问·处世的技巧全集》一书，通过大量贴近生活的事例和精炼的要点，从赢得朋友，让同事愿意和你交往与合作，和上司搞好关系，做一个称职的领导，自如地与陌生人相处，成功恋爱，促进夫妻关系的和谐，做一个合格的家长，注重品德、修养，充满自信，认真工作和学会幽默等方面，生动地展示了得体为人、轻松处世的方法。

愿本书能给你有益的启示，使你更轻松地融入社会、维持和谐的人际关系，轻松获得事业发展和生活幸福的一切有利资源。





第一章



赢得朋友，维持好生活中的人脉

若是你的电话老是不响，你该打出去。很多时候，电话会给你带来意想不到的收获，它不是花瓶，不能仅仅成为一种摆设。交了新朋友，别忘了老朋友，朋友多了路好走。交际的一大诀窍就是主动。好的人缘好的口碑，往往助你的事业更上一个台阶。

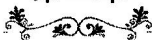
千万不能忽视人际关系的重要性	3
要相当审慎地选择好你的朋友	4
与那些能够给你自信心的人交往	6
和朋友进行真正有价值的交往	8
调整好人际交往中的期望值	9
在日常生活中与别人建立深厚的友情	11
努力获得朋友的认同和好感	14
让你的朋友表现得比你更优越	16
得体地赞扬朋友	18
对朋友进行有效的说服	21
得体地对付朋友中的饶舌常客	27
不可放肆无礼，避开与朋友交往的误区	29
对朋友不必百依百顺	32





维持与同学之间的密切关系	34
积极开发和利用老乡关系	35
努力搞好与邻居的关系	37

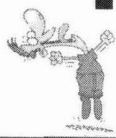
第二章



为人谨慎，让同事愿意和你交往与合作

一天24小时，扣除睡眠，现代人每天约有一半的时间用在工作上。因此在工作中是否顺心、满足，着实影响生活质量与心情。同事间朝夕相处，若是相处融洽，不仅办公室里气氛好，做起事来心情也格外轻松；同事若成为好友，更能促进彼此的进步和各项工作的顺利进行。

尽快加入新单位的老圈子	43
与同事进行轻松愉快、健康有益的交谈	44
与同事交谈应注意讲究忌口	48
重视你在职场的重要接触点	51
与同事培育良好的人际关系	52
根据对方的性格特点，采取不同的策略	54
与不同风格的同事进行有效合作	57
用你良好的个性影响同事	58
重视生活中同事之间的应酬	61
把握好赞许同事的原则	62
采取最有效的策略说服同事	64
用得体的言行安慰同事	68
让同事愉快地帮你办事	70
有些同事的事不能揽	72





第三章



办事得体，和上司搞好关系

想获得上司的赏识，不但要有业务能力，更要有极高的处世手段。要学会适当退让，不要针锋相对，避免正面冲突。在工作中，再不喜欢你的上司，也要试着把他当朋友对待，努力与上司和睦相处，如果可能的话，还要尽量赢得上司的青睐。

努力与上司保持良好的人际关系	77
通过适当的汇报和上司加强联系	79
得体地和领导应酬	81
通过密切相处成为领导信赖的人	82
处理好上司布置的任务	86
学会在上司面前表现和推销自己	88
努力获得上司的青睐	91
积极争取得到上司的提拔	93
让领导帮你办私事	96
慎重地给上司提建议	99
向上司提出异议时不要冒犯上司	102
融洽地与脾性不合的上司相处	103
避免与上司产生矛盾	104

第四章



管好下属，做一个称职的领导

领导的管理对象是人。作为领导，要做好管理工作，就要以人为本，研究下属的心理、行为、需求，了解人的特性，并以此为基本出发点，与下属打好交道，成为下属的朋友，赢得下属的





支持，并在促使自己和下属不断进步的同时保持必要的权威。

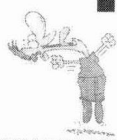
使下属既尊重你又服从你的命令	109
在下属面前要态度温和，意志坚定	110
从点滴小事做起关心员工	112
使下属高高兴兴、自动自发地去做事	113
领导者要学会直接面对每个员工	114
通过与下属谈心进行有效的沟通	116
有效地说服固执的下属	118
运用情感的力量营造富有效率的工作环境	121
使你的赞扬成为下属最需要的奖赏	122
把握好与员工疏远和亲密的分寸	125
减少办公时间下属对你的干扰	127
采取得体的方式拒绝下属	128
不要轻易对下属发火	130
对属下的缺点采取正确的态度	131
批评下属要讲求方式	133
成功地得到下属的反面意见	141
高度重视下属的抱怨	143
虚心接受下属的批评	144
积极化解与员工的矛盾	145
让员工彻底按你的想法去做	147

第五章



主动交往，自如地与陌生人相处

为什么我们经常错过了许多广结人缘的机会？就是因为我们将那些黄金时段用来绞尽脑汁，却还是挤不出一句合适的开场白。初次交往的成败关键是适当的寒暄。无论是主动或被动去打开话匣子都能得心应手。一旦你能达到这个境界，那无论把你丢





在任何一个场合中，你都能迅速进入状况，随心所欲地去扩展人缘，为自己在生活与事业中，营造一个又一个绝佳的发展机会。

在别人面前树立良好的第一印象	151
学会与陌生人愉快地交往	153
自如地和陌生人攀谈	155
得体地与陌生异性搭讪	159
对陌生人要不吝赞美	161
与陌生人说话时要把握好分寸	166
避免偏见，宽待每个人	169
表现出对每个人的尊重	170
轻松愉快地与名人交谈	172

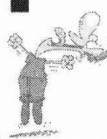
第六章



成功恋爱，树立一个迷人的形象

千万不要因为自己已经到了结婚年龄而草率结婚。想结婚，就要找一个能和你心心相印、相辅相携的伴侣。不要盲目地去恋爱，不要因为恋爱而影响工作和事业，更不要因一桩草率而失败的婚姻而使人生受阻。要掌握求爱的艺术，把握恋爱的分寸。

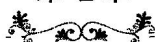
准确地识别友情与爱情	177
面对一见钟情要慎重	178
努力去寻找真正的爱情	179
选择最适合自己的恋人	181
成功约会的几个要点	182
灵活地进行求爱	184
把握好写情书的时机	186
赢得女孩芳心的技巧	189





打造吸引男性的魅力	190
让恋人愉快地接受你的不满	191

第七章



呵护婚姻，促进夫妻关系的和谐

有人说，婚姻是爱情的坟墓。一旦结了婚，情爱的抛物线越过了最高顶点以后，一切都会复归于平静。那时，在恋爱时彼此可以忽略不计的缺点便会被重新发现、重新审视、重新估量，再加上两人世界中磕磕绊绊的矛盾，夫妻之间的战争就爆发了，有时还会越演越烈，以至到了不可收拾的地步。因此，精心呵护婚姻，不断增进感情，保持婚姻的美满和家庭的和谐，是每一个人都必须认真对待的问题。

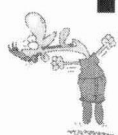
爱情需要悉心培养和精心维护	197
努力保持夫妻关系和谐	198
采取积极的行动，提升爱情的深度	199
理智地对待爱人的过失	203
避免过多的指责，用爱来改变对方	205
掌握夫妻吵架的准则	209
巧妙化解夫妻间的矛盾	210
减少爱人不忠行为发生的机会	212
保持工作、休闲和爱的平衡状态	214

第八章



尊重子女，做孩子合格的家长

现在的父母都为孩子付出了很多，包括金钱，时间和各种努力。但是，很多家长却没有得到他们所预期的回报，孩子并没有





朝着家长设计好的路线和所期望的方向发展；而且，孩子对父母付出的心血并不感激，甚至还有逆反心理和抵触情绪。家长必须学习培育孩子的技巧，改善与孩子相处的方法，才能成为合格的父母，受孩子欢迎的家长！

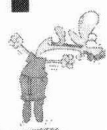
给孩子有理智、有分寸的爱	219
尽量和孩子保持良好的沟通	222
正确处理好代沟	223
家长不能完全从自己的角度去认识 and 解决问题	225
尊重子女，平等地对待孩子	227
父母对待孩子要适当地严格些	229
使孩子既保持个性又避免任性	231

第九章

注重品德，树立人格魅力

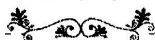
思想品德是人的内在品质，最能体现人的基本素质和做人的水准。一直以来，世人评价一个人的时候，就非常看重他的为人修养和道德品行。追求良好的品格和修养，就是追求全面性的个人卓越与人际卓越，就是成功地为人处世和自我发展奠定坚实的基础。

追求高尚的品德，做一个正直的人	235
从小事做起，培养讲信用的习惯	236
犯了错误就坦率地去承认	239
得体的行为举止和风度仪表最能塑造人的魅力	240
尽量理解和通融，显示宽广的胸襟	242
对竞争采取更宽厚的态度	244
善于成人之美，为别人提供方便	245
戒除吝啬贪婪的习性	247





第十章



充满自信，保持最佳状态

在许多成功者的身上，我们都可以看到超凡的自信心所起到的巨大作用。自信心就像能力的催化剂一样，它可以将人的潜能调动起来。有了真正的自信，与人相处的时候才会有最佳的状态，事业发展的途中才能战胜各种困难。

努力去发现和正确认识自我	251
安心地去享受自己的生活	253
依靠正确的思维方式规划人生	254
准确地给自己的发展定位	256
保持自己的独立性	257
树立健康、积极的自尊	259
用行动来增强你的自信	261

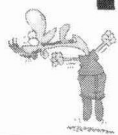
第十一章



认真工作，做一名优秀的员工

在就业竞争异常激烈的今天，得到一份理想的工作固然不容易，但想要保住一份稳定的工作则更难。不少人费了九牛二虎之力，好不容易找到一份工作，可是没有多久又因表现不得力，重新成为失业者。究其原因，大都是没有掌握职场和工作的要领，成为合格的员工。学会更好地工作和在职场表现自己，也是为人处世的一个重要方面。

在职场不要轻易产生自卑感	267
--------------------	-----





从今天开始就好好地认真工作	268
化繁为简, 获得事半功倍之效	271
采取适宜的步骤以有效地达成目标	272
为你的工作确定一下先后顺序	274
掌握保持较高工作效率的基本法则	276
让自己满怀热情地去工作	278
培养与他人密切合作的能力	279
接受任务以后注意和上司沟通	281
工作中出错时不必忙着为自己解释	283
时刻注意保守公司的商业秘密	284

第十二章



学会幽默, 使生活氛围更融洽

幽默是一种优美的、健康的品质, 是人与人之间的润滑剂, 是一个敏锐的心灵在精神饱满、神气洋溢时的自然流露。善用幽默能使人们相处得更融洽, 使彼此的关系更和谐。可以说, 哪里有幽默, 哪里就有活跃的气氛; 哪里有幽默, 哪里就有笑声和成功的喜悦。学点幽默的技巧, 做一个幽默的人, 你就会处处受欢迎。

把幽默当作一种修养、一种好的素质	289
得体的幽默能拉近你和别人之间的距离	291
努力增强你的幽默感	295
谈吐幽默的方法和实用技巧	298
恰到好处地给别人讲述幽默的故事	299
开玩笑要把握住一定的分寸	301
依靠幽默减少生活中的不愉快	302



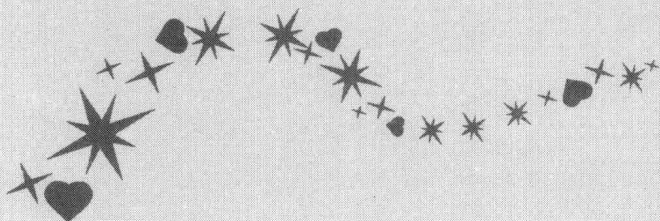


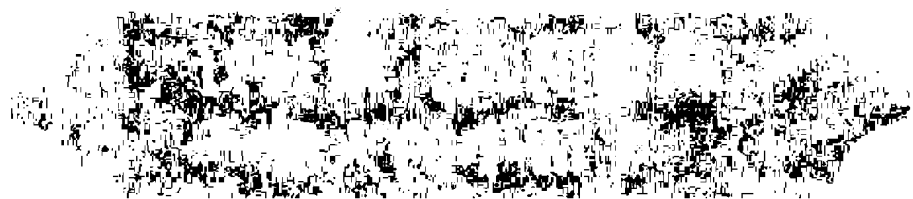
第一章

赢得朋友，维持好 生活中的人脉



若是你的电话老是不响，你该打出去。很多时候，电话会给你带来意想不到的收获，它不是花瓶，不能仅仅成为一种摆设。交了新朋友，别忘了老朋友，朋友多了路好走。交际的一大诀窍就是主动。好的人缘好的口碑，往往助你的事业更上一个台阶。





第一、志当存高远。一个人如果缺乏远大的志向，那么他的眼界就不会开阔，他的心胸就不会宽广，他的行动就不会坚定。只有胸怀大志，才能成就大事。



千万不能忽视人际关系的重要性

越来越多的人已经注意到，在生活中，成功的人大多是有关系网的人。这种网络由各种不同的朋友组成，有过去的知己，有近交的新朋，有男的，有女的，有前辈，有同辈或晚辈，有地位高的，有地位低的，有不同行业的，有不同特长的，也有不同地方的……

广泛与人交往是机遇的源泉。交往越广泛，遇到机遇的概率就越高。有许多机遇就是与朋友的交往中出现的，有时甚至是在漫不经心的时候，朋友的一句话、朋友的帮助、朋友的关心等等，都可能化作难得的机遇。在很多情况下，就是靠朋友的推荐、朋友提供的信息和其他多方面的帮助，人们才获得了难得的机遇。

一位朋友在坐火车时，和邻座的一个人聊了起来。这个人过去是律师，后来逐渐厌倦这一行，就辞职自己开办了一家公司，现在这家公司发展得非常红火，他们聊得很投机。到目的地后，他们匆匆交换了名片，朋友顺便也要了那个人的家庭住址和电话。过了几个月后，朋友所在的单位倒闭，他也就失业了，找工作找了几个月仍无着落，他非常着急。有一天，他忽然想起了那位在火车上遇到的人，于是就给他打电话，说明了自己的情况，问那里有没有适合自己的岗位。虽然那个人的公司目前不缺人，但是给朋友介绍了另一家公司，让他去面试，就这样，他找到了新的工作。

有人说：“30岁以前靠专业赚钱，30岁以后靠朋友赚钱。”可见人际关系的重要性。在一家信息公司开展的关于“哪类因素对职业生涯影响最大”的一项调查问题中，个人能力被大家公认为第一要素；其次有30.77%的受访者认为机遇起着决定性的作用；人际关系的因素被排在了第三位，有17.35%的受访者感受到了人脉的重要性。其实这三样并不矛盾，往往具有累积加倍的功效。如果你有能力，而且除了能力之外你还有良好的人际关系，那么，结果往往是一分耕耘，数倍的收获。

