

* The guide to successful
social skills

會做人， 才不會犯小人



做人會轉彎，哪會惹小人、
誤闖笑裡藏刀的人際陷阱，
圓融應對，真心交陪，
輕鬆收服每個人的心，
方便之門自動為你而開，
有了好人緣，成功路上
必然是一路順風！

吳品修 ◆ 編著

國家圖書館出版品預行編目資料

會做人，才不會犯小人/吳品修編著 .— 初版.--

臺北縣中和市：廣讀書城，2003[民92]

面；公分．—（富識廣場；09）

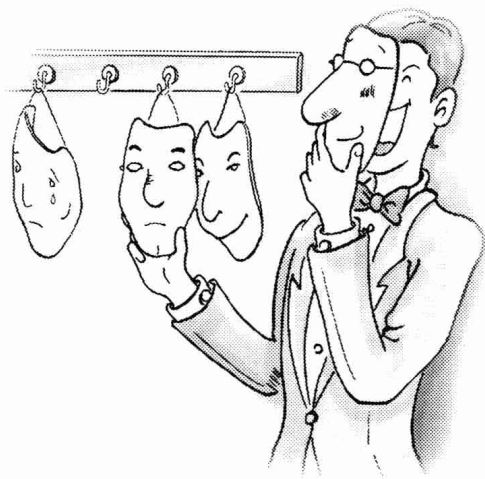
ISBN 957-459-911-6（平裝）

1. 人際關係

177.3

92004771

會做人， 才不會犯小人





華文網・廣讀書城

最尊重作者與讀者的線上出版集團

www.book4u.com.tw

會做人，才不會犯小人

出版者 ▮ 華文網股份有限公司

台灣出版事業群・廣讀書城

編者 ▮ 吳品修

品質總監 ▮ 王擎天

印行者 ▮ 廣讀書城

C.E.O. ▮ 陳金龍

出版總監 ▮ 王寶玲

文字編輯 ▮ 蔡靜怡

總編輯 ▮ 歐綾纖

美術設計 ▮ 林麗鈴

郵撥帳號 ▮ 19459863 華文網股份有限公司 (郵撥購買，請另付一成郵資)

出版中心 ▮ 台北縣中和市中正路738號10樓

電話 ▮ (02) 8226-9888 傳真 ▮ (02) 8226-9887

物流中心 ▮ 台北縣中和市中正路762號4樓

電話 ▮ (02) 2226-7768 傳真 ▮ (02) 8226-9887

內部物流系統電腦編號 ▮ CJ11

ISBN ▮ 957-459-911-6

出版日期 ▮ 2003年5月

實體總代理 ▮ 東芝文化有限公司

地址 ▮ 台北縣中和市中山路二段348巷8號6F

電話 ▮ (02) 8242-1523 傳真 ▮ (02) 8242-1531

線上總代理 ▮ 華文網股份有限公司

紙本書平台 ▮ <http://www.silkbook.com> ◎ 新絲路網路書店

瀏覽電子書 ▮ <http://www.book4u.com.tw> ◎ 華文電子書中心

電子書下載 ▮ <http://www.book4u.com.tw> ◎ Online Books 電子書中心 (Acrobat Reader)

◎ 電子書聯盟 (Neovue Reader)

Part 1

：回首篇

慘綠黯淡的人際交往

● 遭人嫌惡的少年時代／016

● 自我封閉的人際關係／019

● 合唱團改變了我的生命／022

Part 2

：基本篇

人際關係的基本類型

1 ▼ 強硬型的人際關係／028

2 ▼ 軟弱型的人際關係／030

3 ▼ 虛偽型的人際關係／033





目錄 ◆
CONTENTS

The guide to
successful social skills

Part 3

：魅力篇

好印象拉近你我的距離

- 4 ▼ 自卑型的人際關係／035
- 5 ▼ 算計型的人際關係／037
- 6 ▼ 痛苦型的人際關係／039
- 7 ▼ 愛慕虛榮型的人際關係／041
- 8 ▼ 全面討好型的人際關係／043
- 9 ▼ 眼睛是魅力之窗／046
- 10 ▼ 服裝是自我個性的表現／048
- 11 ▼ 訓練自我表達能力／050
- 12 ▼ 善加運用說話的藝術／053
- 13 ▼ 學會傾聽的要領／062

Part 4

：職場篇

贏得人見人愛的好印象

14 ▼ 信用才是真正的魅力／064

15 ▼ 幽默感應適可而止／066

16 ▼ 包容力讓你廣結善緣／068

17 ▼ 信心使我們更為寬裕／070

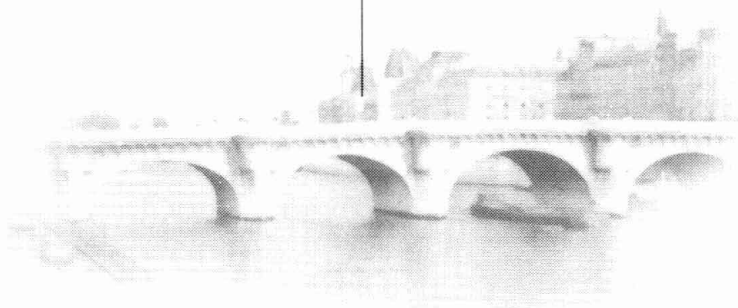
18 ▼ 知人善任，用人所長／074

19 ▼ 鼓勵部屬，效果加乘／076

20 ▼ 火爆的部屬容易對付／081

21 ▼ 看輕自我的人難相處／083

22 ▼ 激勵躊躇不前的人／085



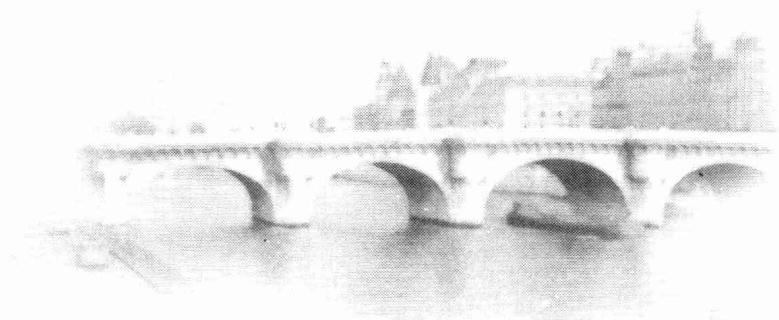


目錄◆ CONTENTS

The guide to
successful social skills

- 23 ▼ 評價部屬時不能一概而論／087
- 24 ▼ 堅持信念莫強人所難／090
- 25 ▼ 領導者的必經之路／092
- 26 ▼ 勇敢對抗不講理的上司／094
- 27 ▼ 你有說「不」的權利／096
- 28 ▼ 唯命是從一定好嗎？／099
- 29 ▼ 切莫掉入人情陷阱／102
- 30 ▼ 別欠上司人情債／105
- 31 ▼ 了結人情壓力要及時／107
- 32 ▼ 老被當作出氣筒行嗎？／109
- 33 ▼ 上司發火時怎麼辦？／111
- 34 ▼ 弱者也能出奇制勝／113
- 35 ▼ 揣摩上司意向的技巧／115
- 36 ▼ 單打獨鬥不如團體奮戰／118

- 37 ▼ 被同事欺負時怎麼辦？／121
- 38 ▼ 失敗為成就事業之母／123
- 39 ▼ 別讓機會從你身邊溜走／125
- 40 ▼ 小改變帶來大轉機／128
- 41 ▼ 學會觀察人的技巧／130
- 42 ▼ 無時差的服務熱忱／133
- 43 ▼ 如何讓人產生好印象／135
- 44 ▼ 掌握需求獲取信賴／138
- 45 ▼ 避免隨意接受邀請／140
- 46 ▼ 對付爽約型人物的方法／143





目錄 ◆
CONTENTS

The guide to
successful social skills

Part 5

：朋友篇

關心自己也關心別人

- 47 ▼透過聲音動作了解人／146
- 48 ▼互利互惠是基本方針／149
- 49 ▼設身處地為朋友著想／152
- 50 ▼用真心話傳遞關懷／154
- 51 ▼優柔寡斷不利兩性交往／156
- 52 ▼戀愛需要衝動與勇氣／158
- 53 ▼縮短身體的禁忌距離／160
- 54 ▼喋喋不休傳訊息／163
- 55 ▼善用自己的性格類型／166

Part 6

：思考篇

如何輕鬆獲得好人緣

- 56 ▼ 人際關係無法逃避／170
- 57 ▼ 從肢體語言學習判斷／174
- 58 ▼ 從身外物看出性格／178
- 59 ▼ 合情合理的竅門／180
- 60 ▼ 拿捏交涉的合宜分寸／183
- 61 ▼ 洞悉你我他的要求／187
- 62 ▼ 小心人際關係的風險／190
- 63 ▼ 散佈訊息的手段／193
- 64 ▼ 閒言閒語隨風去／195
- 65 ▼ 敞開心胸面對風險／198





目錄 ◆ CONTENTS

The guide to
successful social skills

Part 7

： 檢討篇

拒絕錯誤百出的人際關係

- 66 ▼ 讓人精疲力竭的好形象／202
- 67 ▼ 不近情理失去所有／204
- 68 ▼ 禮多真的人不怪嗎？／206
- 69 ▼ 吹牛膨風最要不得／209
- 70 ▼ 不要過分看輕自己／214
- 71 ▼ 小道消息姑且聽之／217
- 72 ▼ 賠了夫人又折兵／220
- 73 ▼ 防人之心不可無／224
- 74 ▼ 逃得了一時逃不了一世／227

Part 8

：實戰篇

改善人際關係的方法

- 75 ▼ 談話的最高指導原則／232
- 76 ▼ 聲音可以改變印象／234
- 77 ▼ 從對話中學會反擊／237
- 78 ▼ 不要哪壺不開提哪壺／240
- 79 ▼ 知恩圖報要趁早／242
- 80 ▼ 滴水涓流的報恩技巧／245
- 81 ▼ 不實指控不能充耳不聞／249
- 82 ▼ 重信守諾近悅遠來／251
- 83 ▼ 擺脫對方的交際技巧／254
- 84 ▼ 面對自己挑戰未來／256

* The guide to successful
social skills

會做人， 才不會犯小人



吳品修◆編著



序 ◆ FOREWORD

序

從學生時代到步入社會工作的前幾年，我最不擅長的就是處理人際關係，那陣子可以說是我人生中最灰暗的一段時期。

我自小就生性羞怯，做事總是畏首畏尾，腦筋不太靈活，學業成績馬馬虎虎。上音樂課合唱時，甚至怕走音而不敢出聲，再加上動作遲緩，所以體育成績也不好。每當要上音樂課和體育課那一天，甚至會緊張得拉肚子而無法上學，也就是所謂的「上學恐懼症」。可是步入社會後，我的個性卻有了一百八十度的大轉變，原本一開口就會臉紅，根本不敢在人多的場合講話的我，不但從事了每天必須與人打交道、說服、交涉的保險業，後來還成為部門主管，有時也應邀參加學校或社團的演講。究竟我是如何改變自己，並克服長年的自卑感，而

成爲現在這樣的人呢？

本書介紹了筆者透過工作、與朋友及其他人的交往情形，琢磨出一套爲人處世的理論及原則，共分爲「回首篇」、「基本篇」、「魅力篇」、「職場篇」、「朋友篇」、「思考篇」、「檢討篇」、「實戰篇」等篇章，全方位地探討與人相處的一切課題。以自己的親身體驗，就如何培養良好人際關係、如何處理與人相處的問題，以及如何進一步拓展人脈等方面深入剖析。

常言道：「用點心，溝通無障礙。」的確，「人際往來」真的需要你去用心經營，也就是說，擁有一顆熱忱的心非常重要。試想：如果你對周遭的事物無法感動，也不想關心別人，別人又如何會注意到你？更不可能平白無故關心你，這樣你的人際關係自然好不起來。

沒有「人」就無法構成群體的社會，也就沒有了生活及人生，一旦人與人之間無法互相交流，人類將難以生存。所以，因爲害怕與人



序 ◆
FOREWORD

The guide to
successful social skills



接觸就產生逃避的念頭是無濟於事的。因此，衷心希望視人際關係為毒蛇猛獸的朋友們能改變觀念，透過本書克服對人際關係的恐懼，積極處理好各種複雜的關係，輕鬆收服周遭每個人的心，樂於與人交往，進而享有充實愉悅的生活。