

有两项技能是一个人终身受用的，
一个是学习，一个是社交。

有意识的社交

12种塑造有效人脉的处世技巧

[美] 肯·塔克 (Ken Tucker) ◎著 张赛男◎译



Intentional
Relationships

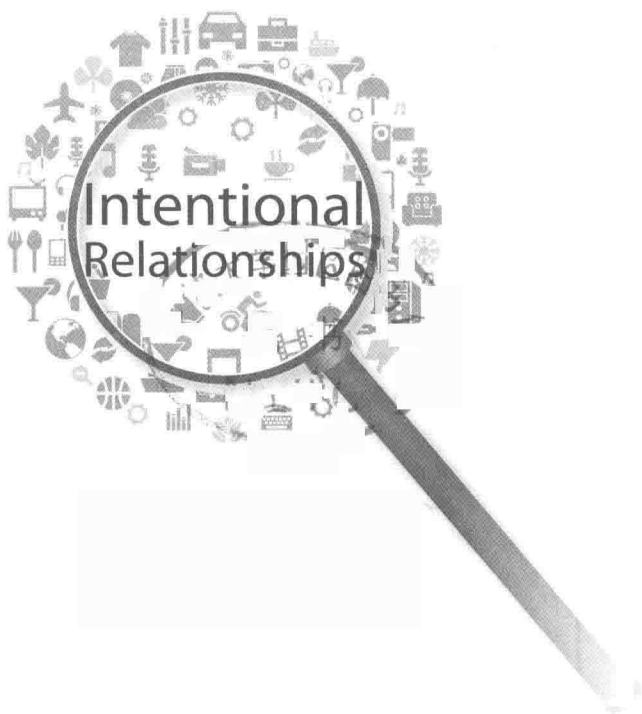
俞敏洪：无效社交，想获取大量有价值的资源是不太可能的！

戴尔·卡耐基：专业知识在一个人成功中的作用只占15%，
而其余的85%则取决于人际关系。

有意识的社交

12种塑造有效人脉的处世技巧

[美] 肯·塔克 (Ken Tucker) ◎著 张赛男◎译



图书在版编目 (CIP) 数据

有意识的社交 / (美) 肯·塔克著; 张赛男译.

—北京: 中国友谊出版公司, 2017.2

书名原文: Intentional Relationships: How to
Work and Succeed With Others

ISBN 978-7-5057-3982-6

I. ①有… II. ①肯… ②张… III. ①人际关系—通俗读物 IV. ①C912.11-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第030148号

INTENTIONAL RELATIONSHIPS © 2016 Ken Tucker.

Original English language edition published by FAMILIUS,
1254 Commerce Way, Sanger, CA 93657, USA.

All rights reserved.

Simplified Chinese rights arranged through CA-LINK
International LLC (www.ca-link.com)

书名 有意识的社交

作者 (美) 肯·塔克 (Ken Tucker) 著 张赛男 译

出版 中国友谊出版公司

发行 中国友谊出版公司

经销 北京时代华语图书股份有限公司 010-83670231

印刷 三河市宏图印务有限公司

规格 690×980 毫米 32 开

6.75 印张 80 千字

版次 2017 年 4 月第 1 版

印次 2017 年 4 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5057-3982-6

定价 36.00 元

地址 北京市朝阳区西坝河南里 17-1 号楼

邮编 100028

电话 (010) 64668676



自

序

社交不仅塑造出现在的你，还会塑造未来的你。

人际关系恰恰反映出你整个人的性格。

在这个瞬息万变的社会，人们渐渐遗忘了与人相处的重要性。

对我来说，与三类人的重要关系让我获益匪浅。第一是和妻子朱迪的夫妻关系；第二是与三个孩子肯德拉、克里斯汀和肯尼的父子关系以及与托尼和莉兹的翁婿、翁媳关系；第三便是与马德琳和詹姆斯·蒙哥马利的祖孙关系。

令我获益良多的还有在 TAG 咨询公司建立起的同事

关系。这些同事对我来说无异于良师，在我写这本书时，他们的声音依旧在我脑海里回荡。

之所以创作这本书，是为了让大家意识到家庭关系、朋友关系和同事关系的重要性，望大家从中收获到有用之处。

引言 / 001

1

先学会做自己，再谈社交 / 009

人一天 24 个小时都在与自我相伴，我们有一生的时间去表现自我。对于自己的行为，我们显得太过稚嫩、冒失、鲁莽，也不太留心。

2

用人格魅力铭刻属于你的社交痕迹 / 023

每天都会有很多改变人际关系的潜在机会，也就是人际关系关节点，我们对这些机会的利用程度决定了关系走向。能否给予他人正能量，取决于我们自己。

3

社交也需要目标和方向 / 039

对于关系，尤其是最亲近的关系，我们更倾向于把它们看成是顺其自然的产物，而不是我们自己的选择和意向。但关系的演变趋势其实是由双方的行为决定的。

4

做最好的自己，让社交更加有效 / 057

所谓关系就是与他人维系或打造联系，每段关系都不是自然发生的，而是事在人为的。当 we 有意识、有目的地采取行动时，关系是可以蓬勃发展的。

5

积极的付出会带来有价值的回报 / 071

当人们相互鼓励时，他们会感到自己充满力量，觉得自己很有价值，为大家所接受，因此会毫无保留地分享自己的关注点和新主意。

6

显示自己的个性元素 / 083

尽管每种关系都能体现出性格特点，但我们对性格的认知却并不完整。实际上，绝大多数人际矛盾的产生是因为他们并不了解自己的性格，也不知道性格决定行为方式。

7

主动投入到社交中去 / 101

人们彼此间的交流就像呼吸那样自然，所以我们谈话的内容也就格外重要了。通过谈话，双方确定对彼此的喜恶，我们也能确定自己的性格、目标和价值。

8

培养敏锐的洞察力 / 117

要经营人际关系，就要有敏锐的洞察力，编织或维系人际关系。要培养洞察力，就要仔细观察周围的人，看看他们的行事方式，并联系到自己要了解的地方。

9

突出观念见解的重要性 / 135

观点的交流反映出交往双方相互关心的程度，对想法的重视程度是衡量关系亲密度的标尺，关系是否亲近，从观念想法能否得到重视就能看出。

10

在交往中突出自己的存在感 / 151

通常，我们没能发现贯穿人生起起伏伏的主线就是我们施加影响力的能力。交往时，人们会相互影响，并且在相互影响的过程中改变自己，也改变别人。

11

理解并温柔以待才是最佳的相处模式 / 167

考量考量自己的社交圈，你为什么需要他们？简单来说，你需要他们每一个人来成就自己。我们需要为他人服务，通过与人相处来塑造自己。

12

建立情感必须学会与人相处之道 / 189

各种关系总是如影随形，是它们让人生更加完整，助你成就一切愿望。然而，你仍需用心经营人际关系，撷取社交的最大好处，终会塑造出完美的你。

参考资料 / 197

尾注 / 201



引

言

我对人际关系做了专门的研究。作为一名总裁指导，我每天的工作就是帮助这些领导者们培养和处理各种各样的人际关系，生活上的、工作上的通通包含其中。这些领导者来自各个行业，包括工业部门、政府部门、宗教团体、医疗行业、教育行业，等等。我身后还有团队，我们团队对这份工作可谓是经验丰富，改善了数以千计的人际关系，涉及领导人、管理者和公司职员，也包括夫妻关系、亲子关系、朋友关系等。

我们是专业的顾问、持证上岗的专家、身体力行的技术人员，当然，最重要的身份是学习者。每当遇到新任务、新客户时，我都要学习他们的工作、文化、顾客群、产品以及服务，然后评估他们的人际状况。我把自己学习来的关于组织团体和人际关系的内容教授给这些领导人、管理者和职工们，改善他们在家庭生活和工作单位中的社交状况。

研究了形形色色的组织单位，指导了数以百计的客户，我总结出一条关于人际关系的经验之谈，在本书中与读者分享。这条经验便是：社交是否成功取决于人的行为方式。本书基于的前提是：言行举止改变，人际关系也会改变。

阐明一下：这里的人际关系并非单指恋爱关系，而是指与周围所有人的关系：同事、上司、孩子、配偶和亲戚，等等。人际关系纷繁复杂，因此我们需要良好的行为举止来维持。

在本书中，我会举一些自己在工作中碰到的关于工作环境中交往的案例，帮助你了解如何改善人际关系。这些

案例是我们平时与家人、朋友和邻居之间相处的缩影。看看这些例子，想想自己能否和案例中主人翁一样，改变自己的行事方法来提升人际关系。

因此，“怎样与人相处”就格外重要了，这也是本书向所有读者发起的问题。本书旨在帮助读者在各种人际关系中发挥最好的一面，属指导性用书，教导人们改善当前的人际关系，包括配偶关系、手足关系、上下级关系、朋友关系等，让人们有意识地去培养自己的社交圈，促进家庭关系的紧密，提高管理工作的效率，扩大同事圈，加强与上司和同事间的关系，提高团队工作效率，增加在朋友圈中的魅力。

那么，本书会如何指导你达到以上目标呢？方法只有一种，即指导你将当前的人际状况改造成心中的理想模式。社交之果需用心栽培，这需要充分运用自己的独特个性、日常谈话、视野见识、观念见地以及影响力，去打造并享受一张相互联通、相互扶持的人际网。

在上本书《用心改造谈话方式：如何对日常对话重新

思考、扭转事业生涯？》中，读者们已经了解到如何重塑日常谈话，以改善生活。通过本书，你将学到如何为人行事才能给每一段人际关系增添一抹独特重彩。我认为，社交圈是人为打造出来的，而不是自然天生的。

如何在社交圈中为人处世？

对于不同的人际关系，你是否会挑三拣四——就像谷歌招聘员工时那样挑剔？拉兹洛·博克在《工作规则！以谷歌的眼光改变你的生活》一书中提到，在人才录取方面，谷歌的门槛可要比哈佛大学、耶鲁大学和普林斯顿大学要高 25 倍！每年谷歌会面临两百多万名求职者，结果仅有 15000 名得到聘用，录取率为 $1/130$ 。¹

你是否会自觉培养社交圈——就像 Zappos 的网店卖家那样主动出击？Zappos 会对员工进行培训，要求他们对顾客热情主动。关于 Zappos 有件趣闻：有位顾客打电话到 Zappos 的呼叫中心，要求 Zappos 帮其订比萨外卖，结果员工连同老板居然真的照做了！

在与人相处时，你会为他人奉献吗——就像高档服装店诺德斯特龙那样？诺德斯特龙的企业宗旨是“服务、友善”，所有员工身体力行，无论是对衣食无忧的富人，还是对无家可归的穷人，他们都一视同仁。

在终止一段关系时，你是否过于决绝——就像通用电气公司那样？杰克·韦尔奇是通用电气的前任 CEO，因在员工任期内强硬裁员而声名狼藉，其工作评价位于通用电气的后 10%。

通过本书，我会让读者针对社交言行进行自我评价，并告诉读者如何改善社交言行、如何利用社交圈，帮助读者打造理想交际网，让社交之树枝繁叶茂。

谢丽尔与我相处甚佳。工作上，她是我的挚友。我相信在我出任 CEO 后，她会全力支持我的工作。当然，这也意味着她得承担更多的责任，COO 的活儿她也得干。她会第一个支持我的人，需要掌管比过去更繁多的事务。

——马克

说实话，我对马克掌舵公司信心不足。这件事真是难以启齿，但我没法像对前任 CEO 那样去相信马克。尽管马克和我是好朋友，但他对公司状况一知半解，难以让公司走向辉煌。现在他接任了 CEO 的位置，我也不想再在公司待下去了。

——谢丽尔

人一天 24 个小时都在与自我相伴，我们有一生的时间去表现自我。对于自己的行为，我们显得太过稚嫩、冒失、鲁莽，也不太留心。