

人际交往

拿捏恰当的生活力道
探究成功的交际奥秘

在人际关系中游刃有余的制胜秘诀

 哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

程书林 林少山 / 编著

赢在距离，赢在社交的悦人悦己秘籍

赢在距离，赢在职场的自我发展模式

赢在距离，赢在现代的和谐人际关系

赢在距离

人际交往

· 拿捏恰当的生活力道 ·
· 探究成功的交际奥秘 ·

在人际关系中游刃有余的制胜秘诀

哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

· 程书林 林少山 / 编著 ·

赢在距离，赢在社交的悦人悦己秘籍

赢在距离，赢在职场的自我发展模式

赢在距离，赢在现代的和谐人际关系

赢在距离

图书在版编目(CIP)数据

人际交往 赢在距离 / 程书林, 林少山编著. - 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2006. 11
ISBN 7 - 80699 - 823 - 3

I. 人... II. ①程... ②林... III. 人际交往 - 通俗读物 IV. C912.1 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 119856 号

责任编辑: 关力
封面设计: 千手设计工作室

人际交往 赢在距离
程书林 林少山 编著

哈尔滨出版社出版发行
哈尔滨市动力区文政街 6 号
邮政编码: 150040 电话: 0451 - 82159787
E-mail: hrbcbs @ yeah.net
网址: www.hrbcbs.com
全国新华书店经销
黑龙江省文化印刷厂印刷

开本 787 × 1092 毫米 1/16 印张 16.5 字数 161 千字
2006 年 11 月第 1 版 2006 年 11 月第 1 次印刷
ISBN 7 - 80699 - 823 - 3/C · 19
定价: 24.80 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451 - 82129292
本社常年法律顾问: 黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨

保持距离是人际交往的必胜秘诀

我们发现古今中外无论名人凡人,处世交友真正成功的都是那些善于把握距离的人。他们以恰到好处距离与人相处,编织着一个个复杂的人际网,化解了一个个现实矛盾,战胜了一次次艰难的人生险境,最终使自己脱颖而出,成就了自我,体现出了超人的智慧。

我国古典名著《庄子》里面讲:“君子之交淡如水,小人之交甘如醇。”《论语》曰:“君子和而不同,小人同而不和。”实际上,这也可以理解为从不同的角度,深刻地阐述了人际交往中应该亲疏有度、把握距离的道理。

国外的一些名人也都是非常善于把握与人相处的距离的,戴高乐将军就是比较典型的一个,他的座右铭就是:“保持一定的距离。”他在著作《剑锋》中写道:“一个领袖没有威信就不会有权威,除非他与人保持距离,否则,他就不会有威信。”山姆·沃尔顿是沃尔玛公司的创始人,他的成功完全可以归纳为他善于利用各种手段来消除与供应商和顾客的“距离”,以赢得竞争上的优势;美国人类学家爱德华·霍尔博士经过研究甚至认为,交往双方的人际关系以及所处情境决定着相互

间自我空间的范围,为此他还划分了三种空间区域,各种距离都与对方的关系相称。

现代的中国社会,已经进入了以信息化、全球化为特征的新经济时代,在这一时期里面,竞争无处不在,竞争此起彼伏,竞争几乎到了白热化的状态,在这样一个极度竞争的时期,人们的心态、行为与处事方式都发生了一系列的变化,那么,怎么样去与人相处才能够顺风顺水,顺应不断变化的新形势?拥有怎么样的人际关系才能够在不断的竞争之中脱颖而出,成就自我?拥有什么样的心态,才能够在这一时期里生活得舒心、惬意?依然是唯有在亲密无间中保持距离,只有能够保持与人相处的距离,你才能够从容地面对生活之中的一切困扰,踏平坎坷,取得应有的成就;使家庭和和美美,使事业蒸蒸日上。

美国人之间的相处之道就是:保持距离。的确,距离产生美,保持距离的方式是礼貌、诚信和尊重彼此的个人权利。人与人之间相处,距离不能太远,太远了互不相干,雾里看花,水中望月,是一种虚无的距离,不利于彼此的发展;也不能太近,走近了又一目了然,没有美感,容易相互发生侵扰。只有不即不离,若即若离的距离,才是一种让人向往的距离。车与车之间保持距离,才能加速,也更容易缓冲;人与人之间保持距离,才容易有进攻和防御的余地。只有和所有的人保持一定的距离,才能够展现出独立的自己,才能够表现出自己丰富的内涵,才能够赢得别人的钦佩和尊敬。

这也许是对现代新型人际关系最好的诠释了。保持距离感绝不是设置心灵上的屏障或戒备防线,物理距离也罢,心理距离也罢,感情距离也罢,距离没有固定的数字,它因人、因场合而异,掌握了距离这

一门学问,我们就学会了尊重和被尊重,就能更好地处理人与人之间的关系,也便能够充分把握自己的命运。

为此,我们编著了本书,目的在于增强阅读者的人际交往能力,促进人与人之间的和谐关系:在善于与人相处的同时,充分展现自己;在善于与人竞争的同时,成就自己;在善于与人斗争的同时,保护好自己。

在成书的过程中,我们摒弃了那些靠简单的说教,拿一些看起来高深实则晦涩的理论来告诫读者的做法,而是以明了清晰的思路来引导读者,我们还特意选择了一些非常经典、实用,与我们生活紧密贴近,甚至就发生在我们身边的,非常耐读、隽永的小故事奉献给读者,相信这些小故事更能够给我们一些启迪。

最后,衷心祝愿我们的读者,都能够从容地把握好与人相处的距离,在未来的生活和工作中赢得属于自己的天地!

编者

2006年5月

第一章 人际交往中最实用的秘诀

——把握适当的距离

- 1 距离是人本能的感觉和需要 /3
- 2 距离让你的生存空间充满惬意 /6
- 3 距离远近彰显彼此关系/9
 - (1)体现亲密关系的距离 /9
 - (2)具有一定分寸感的距离 /10
 - (3)表明正常社交关系的距离 /11
- 4 尊重距离即尊重个人 /13
 - (1)距离有助于释放自我和张扬个性 /13
 - (2)距离有助于对个人“私权”的保障 /14
- 5 保持精神的独立,和谐相处/15

第二章 伴领导亦如伴虎

——如何把握与上司的距离

- 1 与上司的关系是资源也是杀手 /21
 - (1)领导“红人”容易惹来同事“红眼” /22
 - (2)不要撞在“举贤避亲”的枪口上 /23
 - (3)做“人事地震”中的“不倒翁” /24
 - (4)不论什么时候上司就是上司 /26
- 2 与上司保持距离的原则/28
 - (1)服从但是不要盲从 /28
 - (2)到位但是不要越位 /30

CONTENTS

目录

- (3) 尽力但是不要争利 /33
- (4) 亲密但是不要发腻 /34
- (5) 独立但是不要对立 /36
- 3 如何与上司保持恰当的距离 /38
 - (1) 不光低头拉车还要抬头看路 /38
 - (2) 不光勇敢进言更要艺术沟通 /40
 - (3) 不要把上司的隐私当做报复的武器 /43
 - (4) 与上司巧妙独处,可画龙点睛 /44
- 4 女下属如何与男上司相处 /47
 - (1) 做上司的贴心人 /47
 - (2) 不要让上司反感 /49
 - (3) 不去逾越那道“是非线” /50
 - (4) 以柔克刚,巧妙应对 /52
- 5 与其他上司要等距离“外交” /54
 - (1) 组织上同等服从 /54
 - (2) 态度上同等热情 /55
 - (3) 分工和程序上同等重要 /56
- 6 不同性格类型上司不同处 /57
 - (1) 爱挑小毛病的上司 /57
 - (2) 官老爷一样的上司 /58
 - (3) 爱疑神疑鬼的上司 /60

CONTENTS

第三章 做个放风筝的高手

——如何把握与下属的距离

- 1 距离有利于树立领导威信 /65
 - (1) 保持距离领导才能够拥有角色感 /65
 - (2) 保持距离能有效树立领导权威 /67
 - (3) 保持距离能使领导摆脱被动境地 /69
- 2 把握距离是领导岗位的需要 /71
 - (1) 保持距离使领导能够超然处事 /71
 - (2) 保持距离使领导者专心做一些大事 /72
 - (3) 适当的距离有利于领导者团结群众 /73
 - (4) 合理的距离可以树立和营造良好风气 /73
 - (5) 距离可以掩饰自己某方面能力的不足 /74
- 3 恰当把握与下属之间的距离 /76
 - (1) 因组织形式不同调整距离远近 /76
 - (2) 根据下属多少把握恰当的距离 /79
- 4 好领导须与下属等距离 /82
 - (1) 坚持相互尊重的原则 /82
 - (2) 坚持任人唯贤的原则 /83
 - (3) 坚持公平处事的原则 /84
- 5 领导与下属保持距离的方法 /86
 - (1) 近距离沟通建立相互信任关系 /87
 - (2) 等距离接触形成和谐人际关系 /88
 - (3) 远距离观察全面正确评价下属 /89

CONTENTS

- 6 领导与下属保持距离的误区 /91
 - (1) 与下属过于疏远 /92
 - (2) 又做领导又做哥们儿 /93
 - (3) 管理下属不讲艺术 /95
 - (4) 领导者偏了“心眼儿” /97
 - (5) 板着一副冰冷的面孔 /98
- 7 男领导如何与女下属保持距离 /100
 - (1) 不要轻易到女下属的家里去 /100
 - (2) 最好有第三人在场的时候谈工作 /102
 - (3) 不单独与女下属去娱乐场所 /103
 - (4) 举止言谈要注意一定的分寸 /103
- 8 女领导如何与男下属保持距离 /105
 - (1) 懂得自尊自重 /106
 - (2) 避免处理问题情绪化 /107
 - (3) 尽心施展人格魅力 /107

第四章 保持交往的“缝隙”

——同事之间如何把握距离

- 1 决定同事关系远近的因素 /111
 - (1) 主观因素 /112
 - (2) 空间距离因素 /112
 - (3) 态度因素 /113
 - (4) 利益因素 /114

CONTENTS

- (5) 交往的频率因素 /115
- 2 掌握同事间相处的最佳尺度 /117
 - (1) 异性之间拒绝暧昧 /117
 - (2) 同性之间相依相助 /120
- 3 摆正自己与同事的距离 /124
 - (1) 恰如其分地表现自己 /124
 - (2) 妥善处理与同事之间的竞争 /126
 - (3) 让别人感觉值得与你交往 /128
- 4 同事之间要注意适当亲密 /130
 - (1) 过分亲密反而容易受伤害 /130
 - (2) 过分亲密容易给彼此招惹麻烦 /131
 - (3) 过分亲密容易被误解 /133
 - (4) 过分亲密平添诸多烦恼 /134
- 5 不要与“有缺陷”的人走得太近 /136
 - (1) 比较自私的同事 /136
 - (2) 爱拍马屁的同事 /137
 - (3) 性格古怪的同事 /137
 - (4) 口蜜腹剑的同事 /138
 - (5) 不负责任的同事 /139
 - (6) 挑拨离间的同事 /139
- 6 游刃有余,保持第三者的距离 /141
 - (1) 适当保持中立立场 /141
 - (2) 对待双方一视同仁 /142
 - (3) 不要卷入是非漩涡 /144

CONTENTS

目录

- 7 办公室同事交往的误区 /145
 - (1) 随便承担别人的工作 /145
 - (2) 在同事面前制造流言飞语 /146
 - (3) 明明知道却推说不知道 /146
 - (4) 有事不肯向同事求助 /147
 - (5) 不顾一切地向上司争宠 /148

第五章 “效益”来自于距离

——如何把握与客户的距离

- 1 适度距离能增强客户忠诚度 /151
- 2 业务员先要过好客户关 /154
 - (1) 摆正与客户的关系 /154
 - (2) 有坚定信念和勇气 /155
 - (3) 善于与客户沟通 /156
 - (4) 以同理心赢得信赖 /158
 - (5) 靠做人建立长期友谊 /159
- 3 如何与客户保持一定的距离 /160
 - (1) 把个人友谊和业务交往区分开来 /160
 - (2) 不要过于贴近客户生活上的事情 /160
 - (3) 经济上的事情千万不要过多打听 /161
 - (4) 不要陷入客户内部人事关系的纠纷 /162
- 4 与客户互动能够兴旺人脉 /164
- 5 尽心去调试与客户之间距离 /167

CONTENTS

第六章 给爱留下呼吸的空间

——家庭成员间如何把握距离

- 1 情感的距离,要用“心”去丈量 /173
 - (1) 一股独大型 /173
 - (2) 跃跃欲试型 /174
 - (3) 均衡发展型 /175
 - (4) 满足现状型 /175
- 2 适当制造时空距离,为婚姻保鲜 /177
- 3 学会放手,给孩子一个平等自由的环境 /181
- 4 兄弟姐妹,血浓于水 /184
 - (1) 在赡养父母问题上 /184
 - (2) 在继承父母遗产上 /185
 - (3) 在处理婚姻问题上 /186
- 5 真诚对话,让婆媳关系因此变得和谐 /188
- 6 克服“亲兄弟,仇妯娌”的宿论 /190
- 7 继父母,爱孩子更要尊重孩子 /193
- 8 自珍自爱,像赏花一样对待家庭保姆 /195

第七章 淡如水的君子之交

——没有距离就没有朋友

- 1 距离交友能增添个人魅力 /199
- 2 好朋友更要分彼此 /202
 - (1) 各自的角色要分清 /202

CONTENTS

目录

- (2) 各自的财产要分清 /203
 - (3) 各自的圈子要分清 /204
- 3 把握情感外的距离 /206
 - (1) 维护朋友的自尊 /206
 - (2) 朋友要分清远近亲疏 /207
 - (3) 求朋友应当适可而止 /208
 - (4) 正确把握彼此的友情与爱情 /209
 - (5) 朋友之间要学会巧妙拒绝 /209
 - (6) 及时弥补友谊出现的裂痕 /210
- 4 认真呵护彼此的个人空间 /212
 - (1) 每个人都有属于自己的私人空间 /212
 - (2) 努力调适空间距离和心理距离 /214
 - (3) 善于区分私人空间和公共地域 /217
 - (4) 距离是维持朋友关系的一剂良药 /218
- 5 不要乱闯距离交友的红灯 /220
 - (1) 不要将朋友理想化 /220
 - (2) 不要单纯追求功利性的交往 /221
 - (3) 关系越亲密越要有界限 /221
 - (4) 不要总是依赖甚至控制朋友 /222
- 6 生活中还需要把握的几种距离 /224
 - (1) 老师与学生相处的距离 /224
 - (2) 与邻居之间相处的距离 /226
 - (3) 和陌生人相处的距离 /228
 - (4) 少男少女间“爱”的距离 /229

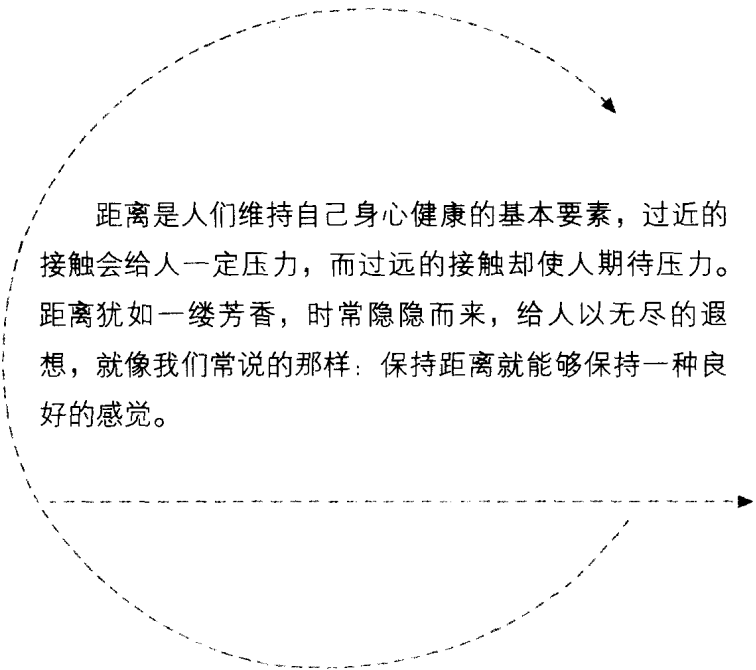
第八章 “尺度”需要精心测量

——把握好交往距离的技巧

- 1 在精神上留一片自己的空间 /233
 - (1) 具有自己的独立见解 /233
 - (2) 不要做“变色龙” /234
 - (3) 不要迷失在诱惑里 /235
 - (4) 切忌以自我为中心 /237
- 2 与人交往要保持一定的弹性 /238
 - (1) 世上没有不可交的人 /238
 - (2) 相逢一笑万事了 /239
 - (3) 嘴巴要紧肚量要大 /239
 - (4) 没有永远的敌人,也没有永远的朋友 /241
- 3 拥有良好心态,善于把握细节 /243
 - (1) 在情绪上要善于调控 /243
 - (2) 在实践中要把握好尺度 /244
- 4 随机应变,恰当运用距离语言 /245
 - (1) 因场合的差异而不同 /245
 - (2) 因社会地位差异而不同 /246
 - (3) 因文化背景差异而不同 /247
 - (4) 因性格和具体情境而不同 /248

第一章

人际交往中最实用的秘诀 ——把握适当的距离



距离是人们维持自己身心健康的基本要素，过近的接触会给人一定压力，而过远的接触却使人期待压力。距离犹如一缕芳香，时常隐隐而来，给人以无尽的遐想，就像我们常说的那样：保持距离就能够保持一种良好的感觉。

什么叫做“距离”？《现代汉语词典》注释为：“在空间或时间上相隔。”人与人之间相处，也应该是讲究距离的一门学问。人与人之间的距离不能太远，也不能太近。太远了互不相干，关系冷淡；太近了又熟视无睹，索然无味。那种“雾里看花水中望月”是一种比较虚无缥缈的距离；让人神往的距离，应该是那种不远不近、不即不离、若即若离的距离。人与人之间保持相对的距离，才能加速相互感情的交流，也容易缓冲彼此间的矛盾；有了一定的距离，在彼此自由的空间里，才能够为自己赢得心灵的安静，才容易有进攻和防御的余地。与人相处，也只有保持了一定的距离，才能够展现出完美独立的自己，才能够展现自己丰富的内涵，才能够为自己赢得自尊。