

RENMAIYUCAIFU

人脉与财富丛书

# 有礼 让你 更迷人



礼仪大师拼命保守的秘密

一本充满魅力的书，一则则实用的礼仪小常识。

从说请、谢谢……开始人与人的好关系。

张向东 杨云刚/主编



YOU LI  
RANG NI  
GENG MI REN

华龄出版社

RENMAIYUCAIFU

人脉与财富丛书

# 有礼让你更迷人



礼仪大师拼命保守的秘密

张向东 杨云刚/主编



YOU LI  
RANG NI  
GENG MI REN

华龄出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

人脉与财富/张向东,杨云刚主编 —北京:华龄出版社,2002.12

ISBN 7-80082-853-0

I.人… II.①张… ②杨… III.修养—青年读物 IV.  
G891.3-64

中国版本图书馆 CIP 数据字(2002)第 013258 号

## 有礼让你更迷人

张向东 杨云刚 主编

---

出版发行:华龄出版社

(北京西城区大红罗厂乙3号)

经 销:新华书店

印 刷:廊坊人民印刷厂

---

850×1168 32开 40印张 800千字

2003年4月第1版 2003年4月印刷

---

ISBN 7-80082-853-0/C·323

---

定 价:67.20元(全四册)

人脉与财富丛书

# 有礼让你更迷人

张向东 杨云刚 主编

华龄出版社

## 前 言

如何与人相处？是大家遇到的一个最大问题。卡耐基曾说：一个人经济方面的成功，大约 15% 出自本身的技术及知识，另外 85% 则出自“人类工程”即人格与驾驭引导人际关系的能力。

丛书作者通过工作，与朋友及其他人的交往情形，琢磨出一套为人处世的理论和原则。以自己的亲身经历，就如何培养良好人际关系、如何处理与人相处的问题，以及如何进一步拓展人脉等方面深入剖析，全方位探讨与人相处的一切课题。

常言道：用点心，沟通无障碍。的确，人际往来真的需要用心去经营，也就是说，拥有一颗热忱的心非常重要。试想，如果你对周遭的事物无法感动，也不想关心别人，别人如何会注意到你？更不可能无缘无故关



心你,你的人际关系自然好不起来。

没有“人”就无法成为群体的社会,也就没有了生活及人生,一旦人与人之间无法互相交流,人们将难以生存。所以,因为害怕与人接触就产生逃避的念头是无济与事的。因此,作者衷心希望视人际关系为毒蛇猛兽的读者能改变观念,通过本丛书克服对人际关系的恐惧,积极处理好各种复杂的关系,轻松收服周遭每个人的心,并因乐于与人交往而享有充实的生活。



# 目 录

## 第一章 塑造社交形象

### 保持良好的社交姿态

- 坐有坐相 \ 1
- 走好每一步 \ 2
- 微笑是社交的法宝 \ 5
- 吃出礼貌来 \ 7
- 倾听是一种礼貌 \ 9
- 交流靠动作传递 \ 14
- 动作禁区 \ 15
- 君子也可以“动手” \ 17

### 打扮也有大学问

- 衣服装着的原则 \ 20
- 不同体型的着装 \ 22
- 人靠衣装 \ 24



颜色也是一种表达方式 \ 25

化妆的常识 \ 27

讲究时尚 \ 28

气味带来的效应 \ 29

### **第一印象很关键**

正确看待第一印象 \ 31

第一印象要重视 \ 33

让别人记住你 \ 34

从介绍开始 \ 35

自我介绍的秘诀 \ 37

把握最初 10 秒 \ 38

交往的忌讳 \ 39

像一块磁铁一样引人注意 \ 39

## **第二章 掌握必要的社交礼仪**

### **社交礼节**

恰到好处的致意 \ 42

敬烟之礼 \ 44

奉茶之道 \ 46

名片交换 \ 48

同事之间 \ 52

辞职也有讲究 \ 53

陪乘之礼 \ 55





舞场上的礼节 \ 57

### 日常交往

公务拜访 \ 59

私人拜访 \ 60

学会介绍 \ 61

探望病人 \ 66

家庭待客 \ 68

闲聊技巧 \ 70

公共场所 \ 72

办公室细节 \ 73

### 成功外交

中国人在国外 \ 76

学习国际礼仪 \ 77

与外国人交往 \ 80

外国人的数字情结 \ 82

外国人眼中的花 \ 83

### 送礼须知

怎样送花 \ 85

生日送礼 \ 86

结婚贺礼 \ 88

日常贺礼 \ 91

送给孩子的礼物 \ 92

送给老人的礼物 \ 93

公司送礼 \ 94

给外国人送礼 \ 96



## **第三章** 调节最佳的社交心态

### **培养良好的社交素质**

社交的基本原则 \ 98

交往方圆 \ 100

社交心理 \ 102

懂得转换角色 \ 103

以诚待人 \ 105

宽容待人 \ 106

拥有自信心 \ 108

自尊、互敬 \ 112

### **成为交际高手**

提升你的魅力值 \ 114

避免树敌 \ 116

回避攻击 \ 118

让尴尬走开 \ 119

克服羞怯十法 \ 121

十三招交际术 \ 122

维护形象很重要 \ 124

你就是社交高手 \ 126

### **与不同气质类型的人相处**

让女生不再哭泣 \ 128

固执的人也不难相处 \ 129



- 与残疾人相处 \ 131
- 与 A 型血人的交往 \ 132
- 与 B 型血人的交往 \ 133
- 与 AB 型血人的交往 \ 135
- 与 O 型血人的交往 \ 136

## **第四章** 职场社交高招

### **餐桌上的学问**

- 你会使用餐纸吗 \ 139
- 你会用筷子吗 \ 140
- 夹菜的内涵 \ 142
- 喝汤也有规矩 \ 144
- 西餐怎么吃 \ 144
- 餐桌上的小动作 \ 146
- 一般就餐礼节 \ 148

### **同事之间**

- 如果你是上司 \ 153
- 学会和上司和睦相处 \ 156
- 同事之间 \ 159
- 同事之间怎样说话 \ 161
- 面对新进同事 \ 162
- 异性同事怎样相处 \ 164
- 为什么你不受欢迎 \ 165



## 工作中的社交

- 推销也是艺术 \ 167
- 谈判的窍诀 \ 169
- 远离“禁区” \ 171
- 工作上的人际策略 \ 173
- 商务中的如何拒绝 \ 174
- 与老板保持距离 \ 176
- 适应环境策略 \ 178
- “礼”重与“理”的道理 \ 180

## 第五章 学会应酬的必备技巧

### 应酬的艺术

- 寒暄得体 \ 182
- 男女交往 \ 183
- 重要的称呼 \ 184
- 应酬要有距离 \ 186
- 讲究书信应酬 \ 187
- 一个都不能要 \ 189
- 应酬是一种需要 \ 191

### 电话的学问

- 电话应酬术 \ 194
- 工作中的电话 \ 195
- 注意打电话 \ 197



- 铃声响起时 \ 199
- 怎样留言 \ 203
- 学会打电话 \ 203
- 听清电话中的声音 \ 205

### 关于活动

- 怎样组织演出 \ 207
- 怎样举办一个舞会 \ 208
- 怎样组织会议 \ 209
- 参加宴会须知 \ 210
- 参加舞会须知 \ 212
- 会议中的技巧 \ 214
- 在生日聚会上 \ 215
- 在婚礼上 \ 216

## **第六章** 幸福家庭也有礼仪

### 和谐相处一家亲

- 互相尊重一家人 \ 219
- 婆媳间的相处 \ 221
- 女婿与岳父母的相处 \ 227
- 姑嫂间的相处 \ 228
- 妯娌间的相处 \ 231
- 做一个好丈夫 \ 233
- 怎样和老人交往 \ 235



### 别忽视邻里关系

相信你身边的人 \ 238

多点人情味 \ 239

邻里之间四法宝 \ 241

### 恩爱夫妻的秘诀

家庭财务好管理 \ 243

家有悍妻 \ 244

夫妻矛盾易化解 \ 246

面对爱吃醋的妻子 \ 247

不要“改造”人,要“爱”人 \ 248

掐掉导火线的火星 \ 250

让老公多爱你一些 \ 252

## 第七章

## 休闲娱乐重礼仪

### 外出事项

财不外露 \ 254

和老板同行 \ 255

与男同事一起出差 \ 256

与女同事一起出差 \ 258

结倦旅行要注意 \ 260

饮食卫生很重要 \ 263

国外住宿的注意事项 \ 263

陷入险境怎么办 \ 264



## 休闲娱乐

- 打扑克的乐趣 \ 266
- 做合格的观众 \ 266
- 网球场上有礼节 \ 268
- 打高尔夫球讲礼仪 \ 269
- 竞赛时要遵守的原则 \ 271

## 第八章 时尚社交酷招

### 情场得意有绝招

- 试探也要讲艺术 \ 274
- 让感情升温 \ 276
- 示爱有方 \ 278
- 女孩的心思你别猜 \ 282
- 今天谁做东 \ 284
- 接吻也有小窍门 \ 284
- 情话经典范例 \ 285

### 不见面的交往

- 上网也要诚实吗 \ 287
- 与 IT 人士交往 \ 288
- 正确对待网恋 \ 289
- 网恋安全须知 \ 290
- “E-mail”之礼 \ 291



## 学校社会大家庭

送什么礼物给老师 \ 293

送什么礼物给同学 \ 293

校园礼节 \ 294

写好你的简历 \ 296

进社会的自我提高 \ 297

做好求职准备 \ 299

面试“四不” \ 306





## 第一章

# 塑造社交形象

## 保持良好的社交姿态

### 『坐有坐相』

坐姿是日常生活中常见的一种姿势,但坐相好不好却关系到你在他人心目中的形象。正确的坐姿是从椅子的左边入座及从左边站立,这是坐椅子的一种礼貌。坐在椅子上转动或移动椅子位置是违反正常礼仪的表现。坐下后,身体应尽量坐端正,并把两腿平行放好。

不同的坐势传递着不同的信息。例如:腰杆笔直的坐势,表示对对方感兴趣和尊敬;弯腰曲背的坐势是对谈话不感兴趣和厌烦的表示;斜着身体坐,表示心情愉快或自感优越;边坐边摆弄手中的东西,暗示着漫不

