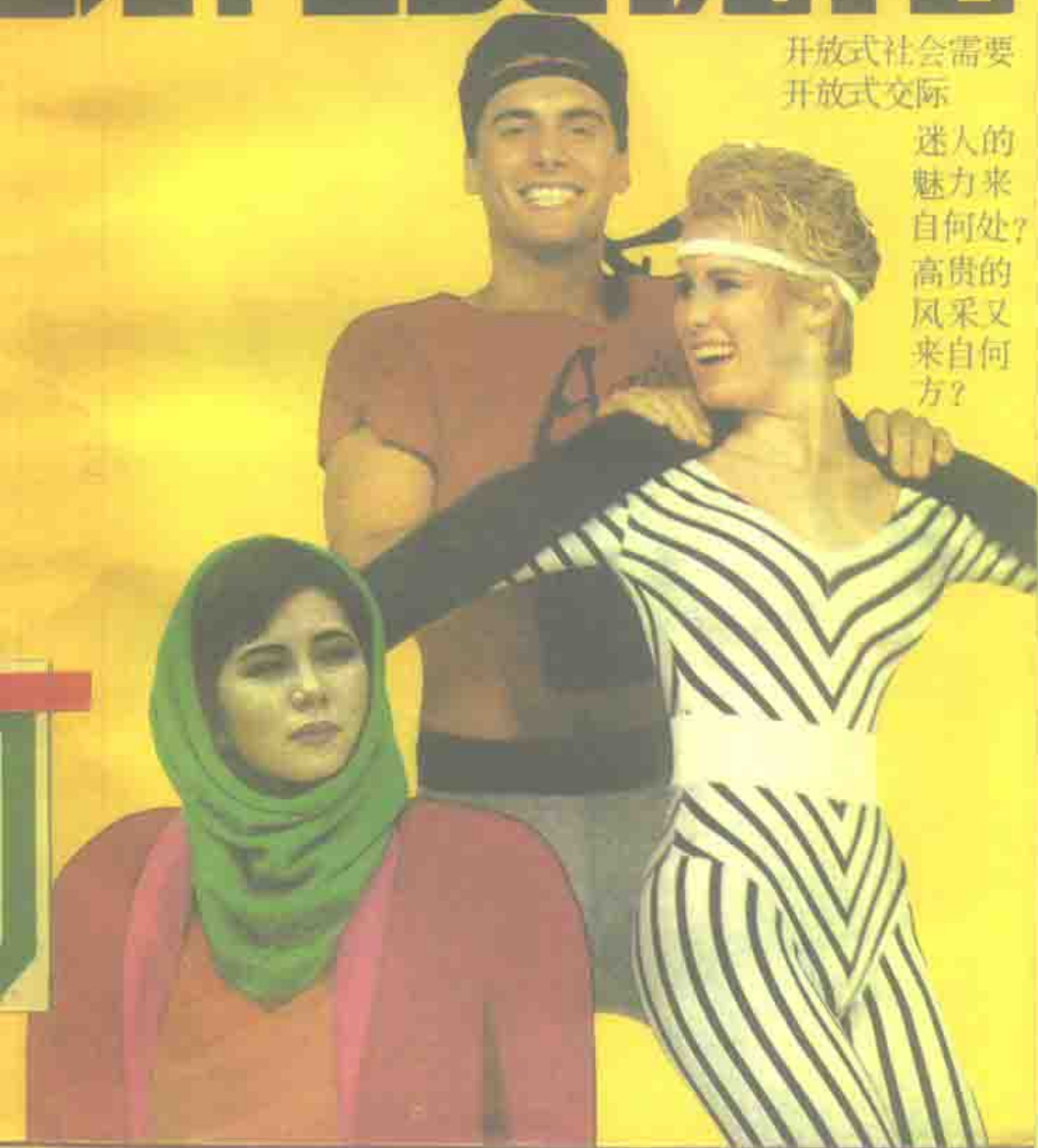


现代人的交际 优化

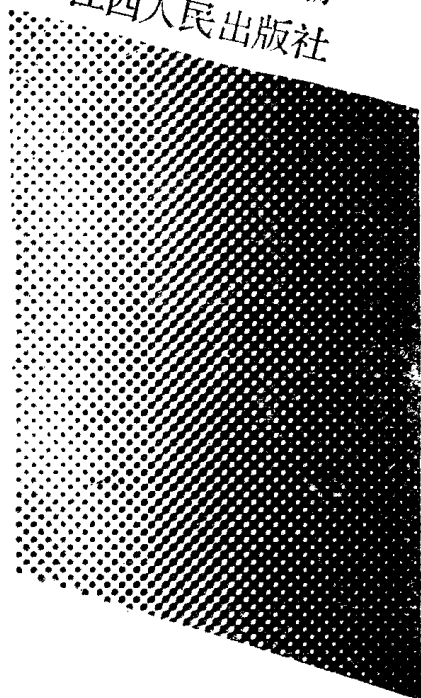
开放式社会需要
开放式交际

迷人的
魅力来
自何处？
高贵的
风采又
来自何
方？



现代人的 交际优化

● 俞国良 周向潮
● 江西人民出版社



现代人的交际优化

俞国良 周向潮 编著

江西人民出版社出版发行

(南昌市新魏路)

南昌市邮政局报刊销售公司经销 南昌市文化用品印刷厂印刷

开本787×1092 1732 印张8.25 插页0 字数15万

1989年4月第1版 1989年4月第1次印刷

印数1—100000

ISBN7—210—00375—4/C·9

定价: 2.50

楔 子

发狂的人对着流水说：我就是爱因斯坦；流水置之不理。

神经患者对着镜子说：但愿我是爱因斯坦；镜子默然无语。

正常人对交际者说：我就是我，你就是你；对方点头称是。

形形色色的人都以不同的方式在展开生命活动。生命成为地球上最美丽的花朵，而交际作为生命的必要载体，是生命花朵中最重要的养料来源之一。

花朵的娇艳靠养料，

生命的发展靠交际。

人们向地球报到的第一天起，就开始了同自然界、人类社会和他人永无休止的交际。交际伴随着生命的整个历程，即使当复归大自然之时，仍念念不忘举行“默默无语泪长

60796/15

流”的告别仪式，衣冠楚楚，留一个美的形象在生存者的心目中。可见，人们从最初的生存交际发展到最后的审美交际，无时无刻不在寻找美、发现美、体验美。在历尽了“鲁滨逊”式的艰险与磨难后，终于叩开了层层封锁的生活大门，进入了富丽堂皇的交际世界，于是生活就翻开了新的一页。

婴儿时期，人们用皮肤摩擦母亲的胸怀，用眼睛观察周围的世界，用哭泣表示自己的反抗，用表情换回亲人的关怀，用动作逗引成人的喜爱，用目光寻找未来的世界……，所有这些，都是生存需要所激发的种种交际活动；幼儿时期，人们开始更多地用口头语言与他人进行交际，第一声“妈妈”，曾使多少母亲心花怒放，然而对他来说，也许是表达他的喜、怒、哀、乐等情感，也许是表达他的需要、动机、兴趣、爱好等个性特征。言语的发展使人们同外界的对话变得更加得心应手。人们的各种行为在交往中得到强化（奖励或惩罚），叫一声“妈”，可能背后的潜台词是一个苹果、一块巧克力、一辆玩具车。对幼儿来说，这两者的关系是相等的。只有到了后期，他才开始逐步接受和适应社会规范准则，以此调节自己的行为举止，从而体现出一定的审美特征。青少年时期，人们开始学习书面语言，思维能力、自我意识得到进一步发展，于是促进了交际，并形成了社会所认可的审美标准。在他的心目中，所有的人，无论长幼，都是他的朋友，倘若父母亲偷看他的日记，他会勃然大怒，或者悄悄地把它锁进属于“个人秘密”的抽屉，开始捍卫交际中“自我”的尊严。随着年龄的增长，交往经验逐渐丰富，人们从父母的羽翼下的狭小空间走向广阔的大千世界，

并在交际中变得稳重老练、精明豁达、深谋远虑。从个体发展史看，交际是使人从愚昧走向文明，从自我走向他我，从他我走向社会的历史性里程碑。通过交际，实现了人与人的相互理解，建立起相互信任的情感，“小我”向“大我”转化，达成了人与环境的和谐美。因此，可以说，交际活动贯穿于个体生命发展的始终，是人生活得以展开的基础。

从人类社会的发展史看，当代表人类智慧的第一束阳光投射到当时尚未开化的地球上时，原来混沌、杂乱的世界就发生了翻天覆地的变化，我们的先祖为了生存需要，拿起木棍、石头采集果子、捕捉野兽，但个人毕竟势单力薄，于是开始寻找相互间的合作，依靠群体的力量，来获得大自然的荫庇。第一次交往、合作也许是偶然发生的，然而正是由于这种交往、合作使人们领悟到群体的力量，并在群体活动中通过比较、借鉴，逐步形成和积累了审美体验，成为个人穿着打扮、言谈举止的重要参照系，最终使交际成为人类生产实践活动和精神文化活动中不可缺少的组成部分，成为人们的基本生活需要。从那时起，我们的先祖告别了野蛮时代而进入图腾社会，并把相互交往合作过程中的战利品挂在脖子上，作为装饰品和功勋品的代替物，这就是当时的文明和美的象征，是人类进化过程中的一个“突变”。

人类的交际活动是在劳动中产生和发展的。交际活动从一开始就具有了审美价值和美学意义。因此，交际是图腾社会美和文明的源泉。就拿“笑”来说，原始人并不会“笑”，但他确实在交往中考虑过怎样才能使邻居喜欢自己，并以某种表情去表达自己的愉悦情感；如果邻居表现了对他的侵犯行为，他则呲牙咧嘴，摆出不可侵犯的架势。尽管这个动作

并不美观，但很有效，经过长期实践，成为一种特定的表情。一种社会习惯和文明积淀，并逐渐符合人们的审美要求——美观化，使人们看了心里舒服、欢畅，于是就产生了交际中的表情美、姿态美、声音美、步态美、体型美、服饰美、美容美、发型美、色彩美等，烘托出交际中的形式美。因此，可以说交际产生了文明典范和审美规范，长期的交往，产生了文化积淀，形成了审美习惯。现代社会中，人们的任何交际活动都是在一定的文化背景下展开的，社会舆论、社会规范、社会角色、风俗习惯、社会互动、社会风尚等都会影响人们的交际行为，从而在交际活动中出现暗示、模仿、感染、时髦等现象，这是交际美引起的社会效应。它要求人们的交际活动符合社会对美的要求，不断创造美和更新美，给人们带来美的享受。

由此看来，无论是从个体的发展史还是社会的发展史来考察，交际活动不但在人们的生活中起着举足轻重的作用，而且确实具有深刻的美学意义。但是，究竟什么是交际活动呢？人们的交际活动是指人们在共同的社会实践活动过程中互相交流不同的思想、观念、价值、需要、兴趣、爱好、情感和意向等，从而形成一种稳定的心理联系。由于维系这种联系的纽带可以看作是信息，因此，交际过程可以模拟成信息传递过程来进行研究。只是人类的信息交流不仅仅被传递，而且在传递过程中不断地形成和发展，逐步纳入人们的审美要求和审美情趣的轨道上来。正是因为这个特点，人类的交际活动远比信息交流过程来得复杂，它只有通过人类特有的语言符号系统才能实现，而动物的交往仅是一种本能的活动。这样，人类具有的语言符号系统就成为交际活动的外

在载体，并决定了人们的交际活动具有一定的审美价值。因此，语言的亲切、平等、信任、分寸、谦虚、文雅、机智、博学、幽默，具体体现了交际的语言美，给人带来美的享受。如果我们能称之为美，那么交际美的主要内容乃是指人们在交际活动中体现出来的交际风度及言谈举止。例如，交际中的男性美、女性美、童贞美、青春美、成熟美、爱情美等都是美的交际形象。同样，与晚辈、平辈、长辈、领导、父母、兄妹、夫妻、邻里、同事、朋友的交际活动中也能体现出这种交际美的角色特征。

在一个高度发达的社会中，交际活动在人们生活中发挥着极其重要的作用。因此，现代人的交际优化也就摆到了他们的议事日程上。通过言语交际，人们利用各自拥有的信息符号系统、审美价值系统，交流思想、沟通感情、发展友谊。言语交际成为现代社会中最通用的交际工具。在直接的言语交际中，信息的失真度最大限度地减少，表达的意思最完整，并且速度快、收效大。言语交际的一个突出要求是要听者识别词，并迅速对词的意义予以反馈。但心理学研究表明，要做到这一点是相当困难的。鉴于此，需要交际的参与者对于他们当时的谈话情景有高度一致的理解，只有了解了谈话以外的其他信息，尤其是把与人交谈的艺术作为交际的辅助背景材料，双方才能更好地进行沟通，使谈话能顺利进行下去，并且双方满意，这就是社会心理学中所谓的“人际喜欢与吸引”，这是交际美赖以产生的前提条件。我们日常生活中常见的“微笑”是一种非言语交际，所谓“一笑了之”，就是非言语交际所产生的效果。如用手势、表情、动作、眼神等来反映自己的情绪状态，以及对谈话者的态度，

都属非言语交际。这种交际，无疑是对言语交际的最好补充，且时常起到一种“此时无声胜有声”的效果，美感尽在不言中。如果说言语交际是一座五彩缤纷的花园，那么非言语交际则是这座花园中的假山、喷泉和绿叶。

然而，在人类文化高度发展的今天，作为交际美表现形式的两种工具——言语交际和非言语交际，是很难区别的。无论是交谈聆听、演讲辩论、点头致意、介绍发问、劝说批评、会客送礼、吸烟喝茶、应酬道歉、握手注目、称呼招呼，还是参观访问、探亲访友、联欢晚会、探病就医、行路乘车、跳舞看戏、上街购物、聊天沙龙、旅游娱乐、阅览读书等都存在着言语交际和非言语交际，从中体现交际美的特征。例如阅读，是一种我们所能得到的最接近的纯言语交际。如果是听录音报告，这种交际就会比书面文字传达的内容更多些，因为报告者的声调、速度、音响以及其它声音特点会给你留下各种印象。如果他是在大会上即兴讲演或与人面对面交谈，就伴有当事者的面部表情和手势，那么传递的内容就更丰富了，人们对他言语的理解也更容易些。我们在各种社交场合与人交谈，应该讲究交际用语，力求达到交际美的语言要求，并且要对交谈对方充分信任，把真实的自我形象呈现给对方，主动进行沟通，并伴以良好的风度形象，这样才能充分体现你的良好修养、优雅谈吐、高尚情操，提高对方的交际热情和积极性，给人以美的享受。另一方面，交谈者还应不断提高、丰富自己各方面的知识修养，努力使自己能与形形色色的人和睦相处。感情的沟通，好感的建立往往是双方意欲进一步交往的基础，也是建立良好人际关系的基础，而感情沟通需要言语交际与非言语交际双管齐下。

彼此有了好感，才会增强对交际言谈的欲望，这是一种对美的追求和渴望。

开放式社会需要开放式交际。它是青年社会化的必由之路，人们要把社会规范内化为自己的行为准则，必须与人接触交往。同时与人交往可以产生安全感、归属感，有助于个体的自我实现，实际是“自然人”转变成“社会人”的第一课。把别人作为自己发展的参照系，从而来调整自己的行为，获得更好的适应能力。另一方面，通过交际活动，使人与人的互相帮助、彼此合作成为可能，树立社会责任感、义务感、正义感，培养远大的理想，高尚的情操，优雅的风度，使人的个性得到全面自由的发展。对于交际活动来说，无论个人的气质、性格、意志、信仰，还是行为、习惯、品德、心灵都应是美的，人格美是交际美中最美丽部分，它象“蒙娜丽莎”神秘的笑一样，具有永久不衰的魅力。可见，交际活动既是个体作为社会成员的心理需要，又是生产实践的客观要求，同时也担负着协调人际关系、满足个体间心理接触需要、审美需要的重任。

综上所述，一方面人类在争取生存的漫长历史中，为了确保有效地达到目的，人们在交际过程中就很自然地逐渐形成一种默契，讲究一定的范式。如交际者的距离、外貌、才能、相容性、互补性等都可能留给人回味无穷的第一印象。因此，交际范式实际上乃是交际美的心理效应。与这些默契、范式一致，就使人愉快喜悦；反之，就会使人感到厌恶、反感。它每时每刻体现在一个人的交际活动中。

人应该按照美的规律来塑造自己，完善自己，使自己的言行举止、风度投手成为他人的审美对象。随着人类社会的

发展，文明程度的提高，人们在交际活动中的审美情趣和审美感受也将不断提高和增强，审美观念也会不断更新，因此要求交际者伴之以美的形象、美的角色、美的语言、美的人格等，这就是美的交际，现代人的交际优化。交际的美学意义在今天是如此明显，使交际美成为人们叩开生活大门的一把金钥匙。对此，诗人布拉德利在九岁时写的一首诗进行了极妙的描绘：

若你轻柔，温和地触摸我；
若你看着我，对我微笑；
若你在说话前偶尔先听我说话；
那么，我会长大，真正地长大。

目 录

第一章 交际的风度美

1	风度与交际
	——轻轻地，柔柔地
4	风度的显现
	——交际强者的策略
6	风度的保持
	——牢记别人跟你一样
8	风度与健美
	——形影不离与东施效颦
12	风度的自我检查
	——自己应能喜欢自己
14	风度的影响力
	——让别人喜欢自己
16	道歉的风度
	——一种迂回战术

19	批评的风度 ——委婉地表达你的意见
21	批评的风度 ——先检讨自己
23	风度的误区 ——应该避免的错误
26	第二章 交际的形式美
26	表情美 ——从心底发出的微笑
28	姿态美 ——让姿态说话
31	声音美 ——听其声窥其行
33	步态美 ——请你拥有潜在的“雷达”
35	体型美 ——虎背狼腰与修长适度
40	服饰美 ——推销自己的第一步
43	发型美 ——不要忽视身外之物
46	美容美 ——最后一笔润饰
49	色彩美 ——七彩的折光

52

第三章 交际的语言美

52

亲切感

——把听众“拉过来”的学问

55

信任感

——使人愿意听的艺术

57

权威感

——说服人的无形“论据”

60

情感感

——人是一架最不可靠的机器

63

机智感

——语言的“智商”量表

65

幽默感

——卸下听众肩上的“重压”

68

博学感

——实在的“益处”

70

沟通感

——交际双方的“互倚”

74

第四章 交际的个性美

74

气质美

——透明的美

78

性格美

——立体的美

80	意志美
	——刚性的美
83	真诚美
	——诚意给予则收获自来
85	行为美
	——我们是人生之剧的导演
87	习惯美
	——惯性的“积淀”效应
90	涵养美
	——腹有诗书气自华
93	道德美
	——立德为做人之本
95	心灵美
	——持久而深沉的美感
98	第五章 交际美的形象特征
98	职业美
	——工作是美丽的
100	男性美
	——养“浩然之气”
103	女性美
	——修“柔韧之功”
106	童贞美
	——永驻一片童心
108	青春美
	——让我们踏青去

- 111 爱情美
——送你一颗相思豆
- 114 初交形象
——第一印象开始
- 116 泛交形象
——君子之交淡如酒

第六章 交际美的角色特征

- 119 长辈角色
——攀“火炬”的人
- 122 同辈角色
——同龄群体中的沟通
- 123 晚辈角色
——“代沟”真的不可逾越吗?
- 126 被领导角色
——做元帅要先学会做士兵
- 128 学生角色
——能者皆为吾师
- 129 朋友角色
——友谊依靠培育
- 131 同事角色
——创造一个融洽的氛围
- 133 异性角色
——异性“磁场”效应

135	父母角色 ——神圣的称号神圣的职责
140	恋人角色 ——增加点“情感投资”
142	夫妻角色 ——相敬如宾相濡以沫

第七章 交际美的 活动艺术(上)

145	交谈 聆听
149	演讲 辩论
153	点头 致意
155	介绍 发问
158	劝说 批评
162	请客 送礼
165	吸烟 喝茶
157	握手 寒暄
169	称呼 招呼

第八章 交际美的 活动艺术(下)

173	探亲 访友
175	联欢 晚会
177	探病 就医
180	行路 乘车