

● 点旺人气的交际智慧 ●

百战百胜的识人交友兵法

社交入门

91技巧

周子君◎编著



赢得人脉的社交诀窍

- 社交艺术，是人的一种智慧和能力。赢得人脉绝非是简单的你来我往、请客送礼、曲意逢迎，而是一种交流的艺术，处世的学问。

SHEJIAORUMEN
91JIQIAO

内蒙古文化出版社

百战百胜的识人交友兵法

周子君◎编著



社交入门 91技巧

赢得人脉的社交诀窍

内蒙古文化出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

社交入门 91 技巧 / 周子君编著. — 呼伦贝尔: 内蒙古文化出版社, 2009.5

ISBN 978-7-80675-705-5

I. 社... II. 周... III. 人间交往—通俗读物

IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 053108 号

社交入门 91 技巧

周子君 编著

出版发行 内蒙古文化出版社
(呼伦贝尔市海拉尔区河东新春街 4 付 3 号)

邮购、直销热线 0470-8241422 8241421

网 址 WWW.NMWH.COM 邮编 021008

印刷装订 北京柯蓝博泰印务有限公司

责任编辑 乌日乐

开 本 700 × 1000 毫米 1/16

印 张 20

字 数 250 千

2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80675-705-5 / B·066

定价: 33.00 元

会社交是真本事

SHEJIAORUMEN
91JIQIAO



前言

会社交是一种本事

荀子曾说：“人，力不若牛，走不若马，而牛马为所用，何也？曰：人能群，而彼不能群也。”这里的群就是合作，就是社交。群的艺术就是社交的艺术。

随着社会化的发展，人们每天的工作或是生活都需要与人合作与交流，像以前单枪匹马闯天下的局面已经越来越遥远了。所以，无论你是想成为人上人，还是安心做好本职工作，都需要与别人的交往，都需要与人打交道，而这些就是生活中必不可少的社交。

生活中，每一个人都有自己的交际网络，它的区别仅仅在于网络的大小、层次，以及效果而已，而这种区别的根源就在于社交能力的高低。那些受人欢迎、为人欣赏的成功人士，无不拥有良好的社交能力。可以说，社交能力的高低最能表现一个人的才干、见识、智慧和人生价值。如果一个人的社交能力不强，他就不可能很好地驾驭自己的思想，也不能很好地驾驭各种事情和各种情况下的人际关系，甚至，这样的人也不能如愿地驾驭自己的前程以及人生。

社交能力不是金钱，但它却是一种无形的资产，是一笔潜在的财富。你的社交能力越强，你的办事能力就越大。别人办不了

的事情，你可能不费吹灰之力就解决了；反之，你费了九牛二虎之力都解决不了的问题，别人却轻松地搞定了。原因何在？培养高超的社交能力就是制胜的关键所在。

社会是一张网，我们每个人只不过是其中的一个结。你的社交能力越强，人脉关系就越丰富，你的社交网络就能四通八达，这张网就是我们通往成功彼岸的捷径。否则，你就只是这么一个结，即使这个结再大，也只能孤零零地存在，没有任何实际价值。

每个人都想成功，都想拥有辉煌的人生。那么，我们离成功究竟有多远呢？其实只有一步之遥——培养良好的社交能力并运用它。

把社交当作一种艺术去悉心培养，你会发现过去平淡无味的日子平添了许多色彩，你会得到人生最宝贵的财富——信任、尊重、成功。

本书列出了 91 条社交技巧，概括总结了成功社交人士常用的经验，从不同方面归结出了社交规律与禁忌。本书通过具体的事例，让你从别人的社交经验中找到具体的方法。通过详尽的技巧解读，让你将别人好的社交技巧应用到实际生活当中，成为你的社交助手。

愿你能通过阅读此书，掌握社交中的交往策略，了解怎样经营社交，知道怎样进行社交……愿你能从中找到自己需要的知识，让你的人生从此走向坦途。



社交入门 91 技巧

社交影响你一生

怎样提升你的人气指数

在日常生活和社会交往中，我们常常会发现这样一些令人思考的现象：有的人虽然平凡普通，但在群体中，一举手一投足，都会成为大家关注的焦点，不论是公开演讲、表演或宣传一个理念，大家都聚精会神地接受他的论点、主张，甚至还配合具体行动。而有的人虽然权重位高，拥有相当的影响力，他的一句话甚至可以改变组织团体的现状，可以改变你的升迁与命运，但他的言谈举止却总是遭人反感甚至厌恶，人们虽然服从他却并不喜欢他。原因何在？就在于没有社交魅力。社交魅力，就是一种自信和修养。与有魅力的人交往，你会不由得接受他的观点和主张。

1. 美好人生从社交开始 002
2. 打造良好的形象 005
3. 把握最初 7 秒钟 009
4. 设法引人注目 012
5. 带上笑容走过去 015
6. 品格是社交最可靠的资本 018
7. 真诚是社交不可缺少的一部分 021
8. 谦虚是让他人接受的前提 024
9. 胸怀宽广，才能纳百川之水 028
10. 充满自信，赢得信任 031
11. 尊重他人，赢得他人的尊重 034





第 6 章

做最受欢迎的人

与人交往是人们在社会生活中的一种必然行为，每个人每天都进行的活动。有的人在与人交往的过程中，不仅愉悦了自己、愉悦了对方，而且得到了新生和友善，同时还收获了自己想要的帮助；但有的人却相反，尽管人不坏动机也纯正，却处处不讨人喜欢，自己也郁闷憋屈。究其原因，其实就是没有掌握好与人交往的技巧和策略。

1. 记住别人的名字 038
2. 努力寻找别人的优点 041
3. 学会理解他人 044
4. 克服社交恐惧 047
5. 注意社交的基本礼仪 050
6. 得体的举止行为给人留下好印象 054
7. 别让小动作毁了你的形象 058
8. 社交少不了礼尚往来 061

点旺人气的交际智慧

没有谁不想成就事业，没有谁不想辉煌人生。如果我们在社交活动中，能充分地展示自我魅力，能广交朋友，拓宽门路，能让大家肯定你的综合素养与丰富才识，能乐于委你重任，能乐于与你结为伙伴，能乐于鼎力相助，如此一来，你离成功还会远吗？

1. 三言两语拉近彼此的距离 066
2. 自我介绍是社交“开场白” 069
3. 赞美让你迅速获得友情 073
4. 培养使人亲近的幽默感 077
5. 说“不”也需讲技巧 080
6. 批评，但要讲究方法 083
7. 得体的表达方式让人如沐春风 087
8. “听”与“说”同样重要 090
9. 说话要经思考，千万不要轻易得罪人 093
10. 避免不必要的争论 096





社交入门91技巧

社交影响你一生

第四章

赢得人缘的社交诀窍

“社交”并非简单的把酒言欢，迎来送往，它更多的是体现着一个人的道德修养、文化底蕴、技巧运用等诸多方面的水平高下。社交已经成了人们竞争成功与否的重要环节，有时甚至是决定性的环节。

1. 有选择地交往可以提高社交效率 100
2. 有的放矢，结交人缘好的人 103
3. 与人交往要避免猜疑过重 106
4. 站在对方立场上考虑问题 109
5. 与人交往不要斤斤计较 111
6. 社交低调好处多 114
7. 多一分忍让，多一分和谐 117
8. 社交有时候也要糊涂一点 120
9. 善于处理他人的不友善 123
10. 巧妙应对社交的冷遇 126
11. 交朋友也要自己主动 129
12. 找到朋友的“兴趣点” 132



第五章

百战百胜的识人交友兵法

我们生活在一个由许多人组合而成的社会之中。在这个由形形色色的人按形形色色的方式组合而成的形形色色的社会里，面对千姿百态、不同面孔的人，我们如何去把握，怎样去了解，到目前为止，恐怕还没有一个系统的解释和大家都很满意的结论。

正是因为如此，才有人慨叹“知音难觅”。但是，生活本身给我们许多有益的启迪，方法必定是有的。

1. 社交高手往往都是“识人”高手 136
2. 学会透过目光看心灵 139
3. 抛弃品德不良的朋友 142
4. 提防花言巧语之人 145
5. 小心酒肉之交 148
6. 爱吹牛的人少交为妙 151
7. 与虚伪之人拉开距离 154
8. 戒备“狡猾”的人 157
9. 打造自己的社交网络 160
10. 多个朋友多条路 163

11. 学会与不喜欢的人相处	166
12. 结识身边的陌生人	169
13. 关注身边的“小人物”	172
14. 分辨和接纳不同层次的朋友	175
15. 多结交优秀的人	179
16. 世上没有永远的对手	182



社交入门 91技巧

社
交
影
响
你
一
生

第六章

如何结交各类知心朋友

现代人的生活离不开广泛的社会交往。有同学、朋友、邻里和异性之间的交往，还有与不同性格、地域、民族和信仰的人的交往等。在这些交往的知识和技巧中，充盈着生活的快乐。

1. 为朋友建立一个“档案” 186
2. 朋友之间要保持经常性地联络 189
3. 感情投资是社交最赚钱的“生意” 192
4. 帮助朋友有时也是帮助自己 195
5. 人生总要有几个值得信赖的知己 198
6. 结交志同道合的朋友 201
7. 患难是检验朋友的试金石 204
8. 保持适当的距离是朋友之间相处的秘诀 207
9. 同学是社交网络不可缺少的一部分 211
10. 将你的同事编织在你的社交圈内 215
11. 处理好与上级领导的关系 218
12. 学会适应各种领导 221
13. 让下属成为你的朋友 225
14. 人脉是金，商场上要广交朋友 228





社交入门 91 技巧

社
交
影
响
你
一
生

- 15. 实现商场利益与友谊的双赢 231
- 16. 为客户着想，为自己赢利 234
- 17. 买卖顺利成交要多注意社交窍门 237
- 18. 学会与不同的人交往 240
- 19. 把握与异性交往的技巧 243
- 20. 以低姿态出现在朋友面前 246

一生的社交忠告

社交的负面影响不容忽视。有的人在与人交往时做了大家最忌讳的事，有的人说了不适当的话，以致得罪了身边的人。经验告诉我们：要想成为社交场上的赢家，必须懂得社交禁忌，谨慎为人，缄口自重。聪明的人往往善于观察社交的不利一面，然后以最积极、最有效的方法加以调整，以便建立最佳的人际关系。

1. 不要议论他人是非 250
2. 学会用理智控制情绪 253
3. 贪图小利会让你损失更多 256
4. 拐弯抹角会让人远离你 259
5. 不要把喜怒都写在脸上 262
6. 学会变换角色 265
7. 多给人留面子 268
8. 不要事事争强好胜 271
9. 讲话看场合，做事有分寸 274
10. 锋芒太露只会伤害自己 277
11. 小聪明不会长远 280
12. 保持一颗善良的心 283
13. 学会处理社交难题，让脚下的路更平坦 286
14. 方圆社交，做社交赢家 289



第一章

怎样提升你的人气指数



在日常生活和社会交往中，我们常常会发现这样一些令人思考的现象：有的人虽然平凡普通，但在群体中，一举手一投足，都会成为大家关注的焦点，不论是公开演讲、表演或宣传一个理念，大家都聚精会神地接受他的论点、主张，甚至还配合具体行动。而有的人虽然权重位高，拥有相当的影响力，他的一句话甚至可以改变组织团体的现状，可以改变你的升迁与命运，但他的言谈举止却总是遭人反感甚至厌恶，人们虽然服从他却并不喜欢他。原因何在？就在于没有社交魅力。社交魅力，就是一种自信和修养。与有魅力的人交往，你会不由得接受他的观点和主张。



社交入门 91 技巧

社交影响你一生

1

美好人生从社交开始

社交活动渗透在各行各业里，每一个事业有成的人，都是成功的社交者。一个人只有具备良好的社交能力，才能在错综复杂的人际关系中挥洒自如，才能叩开成功之门。

放眼全球，成功的人毕竟是少数，他们是平凡生活中的精英。观察其成功的幕后，原来社交能力就是他们成功的独特“武器”。我们看到，一个人本事再大也不能保证完成所有的工作。所以，那些富于挑战、思维跳跃的人主动扩充自己的大脑，延伸自己的手脚，借外力助自己成功，借社交能力拓展自己的资源与资本。

美国石油大亨洛克菲勒在总结自己的成功经验时曾表示：“与太阳下所有的能力相比，我更关注与人交往的能力。”正是这种卓越的人脉沟通能力成就了他辉煌的事业。

美国作家柯达认为：“社交能力非一日所成，它是数十年来累积的成果。你如果到了 40 岁还没有培养起一定的社交能力，麻烦可就大了。”可见，社交能力已经被赋予越来越大的意义与责任，在某种程度上讲，社交能力对一个人的成功起着越来越重大的影响。

美国前总统克林顿成功竞选正是由于他拥有众多高知名度的

2