



「日」植西聪 著
丁沁 译

人见人爱不是梦



中国出版集团
东方出版中心



人见人爱不是梦

[日]植西聪 著 丁沁 译

中国出版集团
东方出版中心

图书在版编目 (CIP) 数据

人见人爱不是梦:好男乖女100秘诀/(日)植西聪著;
丁沁译. —上海:东方出版中心,2003.9

(识人做人系列)

ISBN 7-80186-063-2

I. 人... II. ①植...②丁... III. 人际关系学

IV. C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 030414 号

人に好かれる技術

植西 聰

HITO NI SUKARERU GIJUTSU

©AKIRA UENISHI 2001

Originally published in Japan in 2001 by KAWADESHOBO -
SHINSHA PUBLISHING CO., LTD.

Chinese translation rights arranged through TOHAN CORPORATION,
TOKYO.

中文版权©2002 东方出版中心

经作者授权,东方出版中心拥有本书的中文(简体)版权

登记号: 09-2002-546

人见人爱不是梦——好男乖女 100 秘诀

出版发行: 东方出版中心

地 址: 上海市仙霞路 335 号

电 话: 62417400

邮政编码: 200336

经 销: 新华书店上海发行所

印 刷: 昆山市亭林印刷有限责任公司

开 本: 850×1168 毫米 1/32

字 数: 110 千

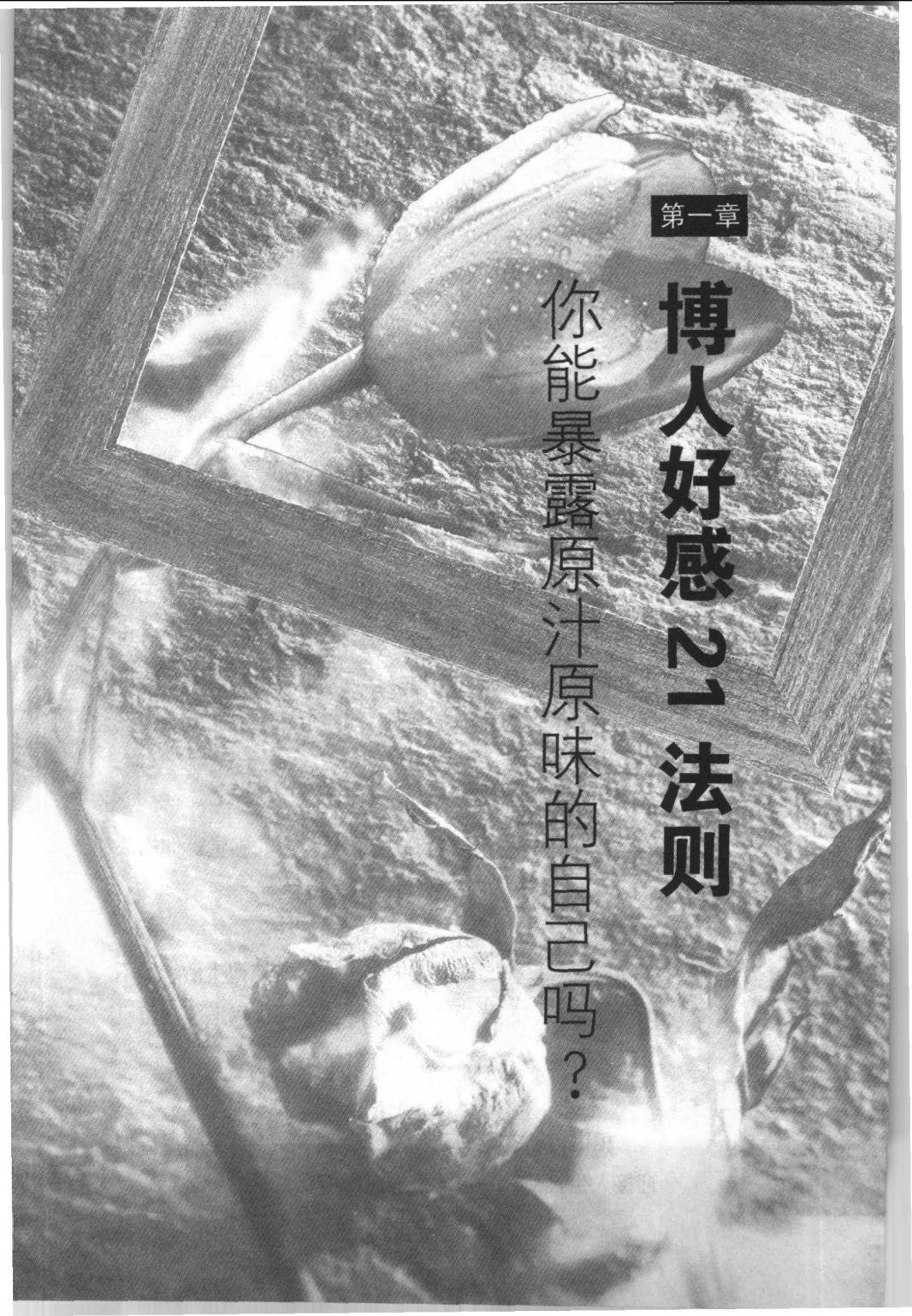
印 张: 6.25 插页 2

版 次: 2003 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 7-80186-063-2

全套定价: 84.00 元 (共 6 册)

版权所有, 侵权必究。



第一章

博人好感N法则

你能暴露原汁原味的自己吗？

人都会有虚荣心(即爱面子)。例如:明明高中毕业却谎称自己有大学文凭;明明出身平凡却佯装家缠万贯。反过来说,这也正是你的自卑感在作祟,因为你害怕对方知道你的真实情况后会讨厌你。

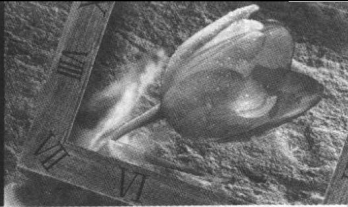
但是,谎言是持久不了的。如果这种心态有增无减的话,就会被人认为是“死要面子”、“满口谎言”,很有可能就此破坏了自身的形象。而同时,为了隐藏真实的自我,精神压力也会随之而来,你的个性也由此变得黯然失色。

人无完人,如何看待缺点全凭对方的感觉。你的缺点,也必定会有人将它作为优点来接受。

与其整日担心谎言被揭穿、战战兢兢地生活,倒不如一开始就以原汁原味的自我示人,寻找真正欣赏自己的友人吧!

相信自己的能力,堂堂正正、朴实无华、充满自信地迎接人生挑战——这才是你应当跨出的第一步。





1. 你会对他人说出自己的缺点吗？

在与你交往的人当中，有些人高深莫测，难以接近；有些人聪颖过人，高不可攀。但是，如果你意外地发现在他们的一举一动中有一些缺点的话，就会松口气，进而还会产生一种亲切感。

比如，当你与一个令你肃然起敬的人结伴同行。途中，那人突然打起了喷嚏。

这时，他或许会揉着泪眼这么自嘲道：“一到这个季节，我就要患花粉症，餐巾纸成了我的‘好朋友’。”

如果你也是花粉症患者的话，那么你俩的话题一定会很投机；即使不是这样，你也可以说说身边患花粉症朋友的趣事，这样一来，彼此的距离也会缩小许多。

当然，打喷嚏的人也可以抱歉地说一声对不起。但是前者的做法，更能给对方平易近人的印象。换言之，也就是说：与初次见面的人交往时，不需要刻意隐藏自身的缺点。

又比如，一个稍带东北口音的人，与人交流时生怕露出自己的乡音，便宁愿套用平淡无奇的标准话，谈的也只是工作上的事情。这么做也许能如愿以偿，让对方察觉不到他的东北口音。但是，这种交流方式却也让他

人
见
人
爱
不
是
梦

失去了与人进一步交流的机会：对方无法了解他的个性，最多也只能与他做个普通朋友而已。

只要不失礼，即使夹着乡音与他人交流也未尝不可。如果你能通过东北口音引出一个有趣的东北话题的话，那就更加锦上添花了。

但是，让人审视自己的缺点不同于自己暴露缺点，请注意不要将它们混淆在一起。

首先，要认识到自己是有缺点的，但也不要由此自暴自弃，应该保持谦虚的心态。正确地认识一个完整的自己，向着人见人爱的目标迈进吧！

[座右铭]

金无足赤，人无完人。不必处处要求自己以最佳状态示人。

2. 你是否会口若 悬河地说大话？

“我工作能力很强”、“我很有教养”、“我的品位属于一流”……世上就有这么一些人，他们喜欢到处显示和夸耀自己。

如果你真的那么优秀的话，那倒无可非议；但如果你没有真才实学的话，这么做无疑只会适得其反，大大



我们是好朋友

✱过敏

🌸过敏



降低人们对你的评价。这类人就是我们通常所说的“一瓶子不满，半瓶子晃荡”。

夸大其词的人，其实是没有自信的人。他们害怕如果不宣扬自己的优点的话，就会被人嘲笑。而真正优秀的人，他们懂得“深藏不露”的道理，也明白一味自吹自擂，结果只会让人产生反感。

但是还有些人，他们即使炫耀自己，却也不会让人厌烦。相反地还能制造出一种热烈的气氛。这又是为什么呢？其实只要仔细地听听他们的说话，你就会发现他们的炫耀方式非常巧妙。

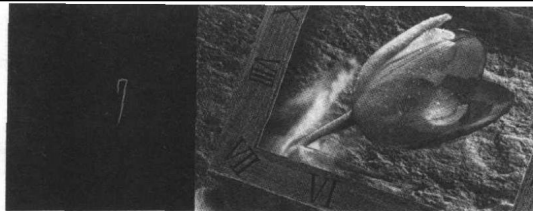
“前段日子，我到意大利出差了一个星期。……在大街上，见到的男人都会过来搭讪，真让我大吃一惊！”

假如只是用这种简单的方式来炫耀自己的话，难免让人产生反感，会被人认为：“神气什么呀！无非是想证明自己能干之外，还是个有魅力的女人吧。”

但如果对方接下去调侃地说：“可是，后来我把这件事情告诉了妈妈，真让我吃惊，她告诉我去年她去意大利的时候，也有一大帮男人上来献殷勤，弄得她简直没法走路呢！看来，意大利人一见到女人就没魂了。”

运用这样的说话技巧，其产生的效果就大不一样了：对方不会过于抵触你用这种方式来炫耀自己“意大利出差一周”、“很受男人欢迎”，而你又能恰到好处地把现场的气氛搞活。

炫耀一事不宜过度，如果遇到非要夸耀自己的时



候，不妨采用上述的说话技巧，大可不必担心周围人会就此冷落你了。

【座右铭】

一味夸耀自己，而本身没有真本领的话，再华丽的外表也会变得不堪一击。如果按捺不住非要炫耀一下的话，也要注意说话的幽默，不要让人讨厌你。

3. 你是否经常谢绝别人的邀请？

注重礼节是日本人的美德。但过分拘泥礼节又反而会让人感到紧张。

比如，有一天你的长辈对你说：“走！去喝杯咖啡吧，我请客！”

或许你会觉得不好意思，客气地回绝说：“谢谢，我不渴。”对方如不再坚持，这样谢绝不算失礼。但如果对方继续热情招呼你说：“这里的咖啡味道可是很好的哦！”此时，你再次拒绝的话，就可能会引起对方的反感。这个时候，只要对方没有恶意，你就欣然接受吧！

如果你拒绝的是高额且又来历不明的礼品的话，倒也情有可原。但是在很多场合，接受别人的好意，喝一杯咖啡，吃一顿晚餐，看上去似乎欠了别人的人情，但实际

上却在不知不觉中增进了彼此的友谊。

如果你真的不喜欢喝咖啡，也可以婉转地表示：“谢谢，但是我不习惯喝咖啡，如果可以的话，就请我喝红茶吧！”但是你也千万不要厚脸皮地认为别人请客是理所当然的。

在人与人的交往中如果太拘泥形式、礼节，彼此就难以融洽相处，过于客气的话会让人觉得别扭，要明白这一点至关重要。

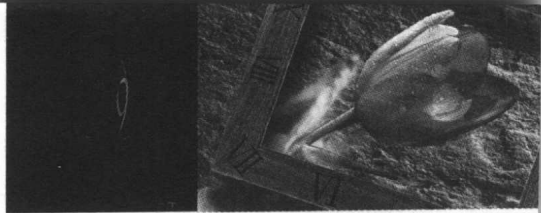
也就是说要学会配合他人达成“默契”。如果一味地谢绝推辞，只会让人觉得你是个“拘谨死板的人”，即使和你在一起，也会因为气氛紧张而局促不安，由此对你产生反感。

为了彼此能愉快地相处下去，在交往的过程中，切记把握好客气的“尺度”。

【座右铭】

对于他人的邀请，拒绝一次不算失礼；但他人再次邀请你的话，就热情地欣然接受吧！

人见人爱不意



4. 对于他人的求助， 你是否会违心承诺？

有些人，因为怕被人讨厌，凡事总唯唯诺诺，不会说“不”字。特别是日本人，他们往往过多地照顾和迁就他人，不懂得如何谢绝别人。

正因如此，很多欧美企业认为很难与日本企业做生意。因为在很多场合，日本人常常嘴上满口答应，但最终事情却无法解决，闹得不欢而散。于是，不免让人抱怨说：“早知道这样，一开始说不行不就得得了？！那我还可以考虑其他的方案呢！”

日本人为什么不说“不”字呢？

“拒绝他不太好吧？他会讨厌我吗？这样做会影响我们的来往吧？”——正是因为在他们的想法中夹杂着这种不自信与不安，所以说“不”对他们来说变得非常困难。

但实际上事实并非如此。

因为不想被人讨厌，于是强迫自己干一些不感兴趣的事情，结果坚持不到最后，关键时刻临阵脱逃；也有些人，即使勉强自己完成，也会觉得毫无情趣，最终后悔不已。这么做，到头来只会让人更加讨厌你，说不定还给你起上一个“捣浆糊”的绰号呢。

人
见
人
爱
不
是
梦

而终有一天对方会察觉到，说：“那个人啊，拜托他的事情，表面上都满口答应，但其实却做得很勉强，真不好意思再找他了！”相比之下，那些平时不轻易答应别人请求，但一答应便全力以赴的人，他们要更受欢迎得多。

其实，我们有很多委婉的拒绝方式。比如：

“真不好意思，那天我正好有约，下次我一定参加！”

“最近我身体不太好，这次我就不参加了。”

.....

我们不妨换个角度考虑一下吧！如果是你拜托别人做事，也不愿意被人拖到最后才被拒绝。宁愿对方一开始就拒绝你，那么，自己着手制订下一则计划或许更得心应手！

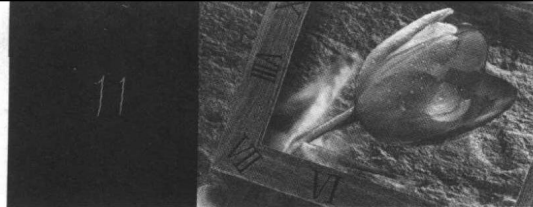
〔座右铭〕

办不到的事情大可不必勉强，即使断然地拒绝对方也不会被人厌恶。对于他人的请求勉强承诺，而在关键时刻却临阵脱逃的人才更加令人讨厌。

5. 你是否常常拒绝 过分要求呢？

上一节里，我们谈到了说“不”的重要性。但工作上





你却不能盲目地说“不”，首先，要弄清自己是否真的无法胜任。

在处理一些难题时，领导可能会指名你去做。其实把这些棘手的问题交给你，他可能自己也觉得很不好意思，但是他这么做，是因为相信你的能力，期待你做出成绩。所以在这个时候，即使你觉得自己难以胜任，他也希望你拿出勇气说：“好！我试试看！”

当然，如果你要忙着为第二天的出差做准备，或者是遇到身体不适时，则不必勉强自己这么去做。但如果你拒绝的原因是因为没有自信或者胆怯的话，拿出试一试的勇气，就显得非常重要。因为接手这个任务，说不定就是你人生中的一大转机。

若是在工作中遇到麻烦而又无法克服时，不如早些请求别人来帮忙；如果只是一心想着独自一人完成的话，到头来只会让半途而废的念头愈演愈烈。

“我是第一次做这份工作，可能能力有限，做得不好的时候，请您多提意见好吗？”

不如一开始便把这种心情表露出来，这样既能心情愉快，也能轻松上阵。

被眼前的琐事杂务所累，而且又拒绝接受任何新的挑战，盲目说“不”，只会让自己的世界变得越来越狭窄。

有些人之所以受大家欢迎，是因为他们懂得什么时候说“是”，什么时候说“不”。所以有事时，大家也都会安

心地去找他们。

【座右铭】

说“不”之前，请仔细考虑一下自己是否真的无法胜任；有时候说“是”，你倒有机会开拓一片广阔的天地。

6. 你是否会不懂装懂？

有些人不懂得提问。即使是对于像“这是怎么回事”的简单问题，也难以启齿。

他们觉得说“不知道”便是奇耻大辱。于是，只能不懂装懂。殊不知，这样只会弄巧成拙。

比如，一个女子，平日里总是不懂装懂，于是有人故意设个“圈套”戏弄她。

“听说 A 公司要与 B 公司合并了！你知道这回事吗？”

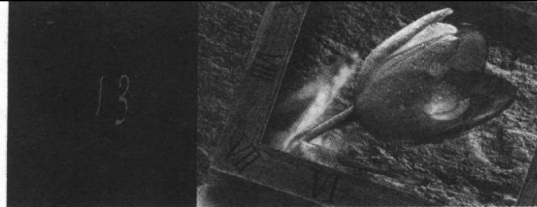
其实压根没有这回事儿，也从未有过这样的传闻。对此，任谁都会说：“有这种事吗？我不知道啊！”

但是对于这个虚构的话题，那个平时喜欢不懂装懂的女人竟然说知道，甚至还胡吹一通：

“知道啊，知道啊！据说 A 公司现在经营状况不佳，说是和 B 公司合并，实际上是被收购了吧！”

套话的人，简直被她弄得目瞪口呆了。





她总是这样，凡事从来不说自己不知道，还摆出一副比知情者更了解的样子，但总是漏洞百出，而且编出来的话根本无法自圆其说……

说到底，她是没有自信的人。但是，我们也不应该嘲笑她，因为谁都会有一种欲望，希望他人高度评价自己。

所以，有时候当察觉到对方在故意不懂装懂时，不要刨根究底地去追问，这样做也是你对对方的一种宽容和体谅。

不少人也的确认识到自己有不懂装懂的缺点，这里送你们几句忠告：不懂装懂很容易被人识破。如果你能率直地说：“这件事我不知道啊！能不能告诉我呢？”那样的话，才会备受欢迎。

【座右铭】

不懂没有什么不好意思的，被人看穿不懂装懂才更让你无地自容。

7. 你是否总是强调自己的优点？

再优秀的人，也会有一两处缺点。那么，当你想和某人交朋友时，该如何告诉对方自己的优点和缺点呢？这

里有两种截然不同的方法。

一种是只强调自己的优点来吸引对方。

“我不管和谁都能相处得很好。”

另一种是既说优点又说缺点来吸引对方。

“我不管和谁都能相处得很好，但是却不善言辞。”

这两种方法那个更好呢？我认为，后一种说法比较受人欢迎。

缺点掩饰得再巧妙，也经不起时间的考验，迟早会被人发现的。

比如，当对方察觉出破绽时，心里就会想：“这个人总有点不对劲，和以前说的不一样。”这时，可能你才支支吾吾地说出自己的缺点来。但说不定对方并不介意你的缺点，或许还会真心地对你说：“你早些告诉我不就得了？”

总是难以取得别人好感时，你会强调自己的优点来吸引对方。这样做也是情非得已。但是，当彼此拉近距离时，就应尽可能早地把你的缺点告诉对方。这样的话，既能让自己舒坦，也能快乐地与他人相处。如果过分强调自己的优点，容易让人觉得你是个“自我表现欲”很强的人。要知道，缺点也是魅力的一种，大可不必掩饰，堂堂正正地展露一个完整的自我吧！

〔座右铭〕

不必隐瞒缺点，缺点也是你个人魅力的一部分。

