

PENG YOU GOU TONG 81 ZHAO

朋友 沟通



招

[台湾]赵仁宇◎著



北岳文艺出版社

PENG YOU GOU TONG 81 ZHAO

朋友 沟通



招

[台湾]赵仁宇◎著



北岳文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

朋友沟通 81 招/赵仁宇著. —太原: 北岳文艺出版社,
2003. 4

ISBN 7-5378-2546-7

I. 朋... II. 赵... 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 (2003) 第 022927 号

朋友沟通 81 招

[台湾]赵仁宇 著

*

北岳文艺出版社出版发行(太原市解放路 46 号楼)

太原市昌宏印刷厂印刷

*

开本: 890×1240 1/32 印张: 8 字数: 170 千字

2003 年 4 月第 1 版 2003 年 4 月太原第 1 次印刷

印数: 1—12000 册

*

ISBN 7-5378-2546-7

I·2404 定价: 16.00 元

序

● 朋友，是开启通往宽广世界的门

人都是需要爱的，交朋友可以同时满足我们爱人和被爱的需要，透过和朋友往来的经验，我们会学习到如何与人相处，怎么看待别人。同时，朋友也是一面镜子，从他身上，我们可以看见自己的不足、自己的缺点，甚至也可以从自己的人际关系看自己与人相处的模式。

在人际相处中，大家都知道沟通是很重要的一环，但许多人最伤脑筋的却也是：“我和别人怎么老是有沟没有通？”虽然对待不同的人需要采取不同的方式，但是我们仍由衷地盼望能与各阶层的人和平相处。因此，沟通既是一种技巧，也是一门艺术。在每一次的沟通中，我们若能做到少挑剔、多包容；少说





点情绪性的怒词，多给些鼓励性的赞美；同时以自信乐观的态度表达看法，肯定自己、欣赏别人，自然能成为人际沟通高手，使生命更充满美好与喜悦！

维系人际关系的秘诀无他，就从满足他人的需求做起，对别人所讨厌的事则应谨慎处理，这就是尊敬对方及细心周全的表现。所以，不管是与朋友、亲戚、同事、陌生人相处，试着去了解他们并且同情他们的问题，会为你赢得源源不绝的友谊。但是，事情有时候并不如我们想像得容易，我们都必须跟难以相处的人相处，有时候跟不快乐、需要帮助的人沟通时，也备感启齿之难。

作者基于本身的生活体验，于本书中提供了一些观念和策略，所阐述的是生活在群居社会中的人们，应该秉持什么样的原则互动，以及如何使人际关系更顺畅愉快的简单法则，题材新颖，通俗易懂，读了它你会受益终身。

本书将告诉你如何建立起快乐的人际关系，而不再视“交际”为畏途，取而代之的是朝气蓬勃的生活态度与方法。有了正确的态度之后，再困难与混沌的人际关系障碍，都能迎刃而解。当你跨出了第一步人

际关系，自然而然地，你的态度便能充满自信与沉稳，随之而来的广大人脉与无穷商机亦将就此展开。

作者 谨 识

朋友沟通 81招

序



目 录

第一章 拓展人际关系的行前教育 / 2

1. 多向有企图心的人靠拢 / 5
2. 没有敌人的人不会有作为，
八面玲珑的人不能成为好伙伴 / 7
3. 人际往来应重质不重量 / 9
4. 平时多积存一点人脉资金，
交朋友不可以只是认识而已 / 11
5. 遵守平等互惠原则 / 14
6. 谁说如胶似漆才是好朋友？ / 16
7. 对不同交情的人要用“不等距外交” / 18
8. 喜欢打太极拳的人不值得深交 / 20
9. 温吞型的朋友，点头寒暄就好 / 22
10. 别相信“臭弹”型的草包 / 24





11. 别理爱插嘴、不尊重别人说话的朋友 / 26
12. 喋喋不休又爱说教的人让人受不了 / 29
13. 往自己脸上贴金的人只是空壳子 / 32
14. 当心动不动就要为你赴汤蹈火的人 / 34
15. 和自私自利的人保持距离 / 37
16. 选择会为你投资时间的朋友 / 39
17. 故作姿态的伪君子,未必是朋友 / 41
18. 慎防乐善好施的滥好人 / 43
19. 将谎言与虚荣当作进步的力量 / 45
20. 不要逐渐丧失“发现”的能力 / 47

第二章 成功交友从这里开始 / 50

21. 激起人际共鸣的两大准则 / 53
22. 记住别人的姓名是人际关系
成功的第一步 / 56
23. 名片是深耕人脉的重要线索 / 58
24. 活用同乡或校友的人脉网络 / 61
25. 初次见面就热烈交谈的破冰招数 / 63
26. 微笑是让人受欢迎的利器 / 65
27. 赢得他人的信任要有技巧 / 68

- 28. 接受偶尔食言的朋友 / 70
- 29. 敢做敢当的人才能成功 / 73
- 30. 从朋友的朋友判断一个人 / 75
- 31. 让头脑不好的人跟随你一辈子 / 77
- 32. 搞笑型的人工作能力不足，
却很会带动气氛 / 80
- 33. 别错过能随机应变的朋友 / 82
- 34. 脑筋灵活者与评论家的区别 / 85
- 35. 钱财散尽才是真正交友的开始 / 88
- 36. 忘掉过去，一切都从现在开始 / 90

第三章 朝交际高手之列迈进 / 94

《外在篇》

- 37. 仪表是形象的最佳代言人 / 97
- 38. 举手投足会显露出内心的情感 / 99
- 39. 穿着不合时宜的人，
搞不清自己的定位 / 101

《言词篇》

- 40. 与人沟通时，好感是成败关键 / 103
- 41. 与人往来要投其所好 / 105





42. 用赞美搭起心灵交流的桥梁 / 109

《行为篇》

43. 别用金钱的天秤衡量礼物 / 113

44. 守时等于“我喜欢你” / 116

45. 接待不速之客不须浪费太多时间 / 119

46. 要适度赞美,不要曲意奉承 / 121

47. 没有承诺,就没有永远的友谊 / 124

48. 无私的奉献会赢得好关系 / 128

49. 用主动的善意换取友谊 / 130

50. 交朋友靠一张嘴巴和一双耳朵 / 133

51. 努力扭转第一印象 / 137

52. 交友贵在保密 / 140

《态度篇》

53. 求人帮忙时的注意事项 / 143

54. 礼貌是良好人际关系的桥梁 / 146

55. 做人该有的“形状” / 148

56. 多为别人想一想 / 151

57. 忍让是一种眼光和度量 / 156

58. 宽宏大量等于和谐关系 / 160

59. 对自己严格,就是帮助自己成长 / 163

- 60. 智慧的宝石用谦虚镶边会更绚烂夺目 / 166
- 61. 糊涂是人际关系的润滑剂 / 170
- 62. 吃亏又何妨? / 174
- 63. 为人正直和阻止恶行一样重要 / 179
- 64. 以正面肯定代替负面责备 / 182
- 65. 委曲求全不一定全盘皆输 / 187
- 66. 真诚是最受欢迎的特质 / 189
- 67. 尊重自己,也尊重别人 / 191

第四章 遇有争执时的应变之道 / 194

- 68. 让“第三者”适时介入 / 197
- 69. 别让对方有机会说“不” / 199
- 70. 勇于认错,人生更美满 / 203
- 71. 道歉是一种人际交往的艺术 / 206
- 72. 忘记过去,让自己快乐 / 210
- 73. 幽自己一默,消弭危机于无形 / 214
- 74. 控制情绪,人气百分百 / 217
- 75. 争辩重要还是友谊重要? / 220
- 76. 帮对方找个台阶下 / 225
- 77. 以退为进,你会是最后的赢家 / 228



78. 吵架的朋友,听我说句话 / 230

79. 制造与陌生人的浪漫约会 / 233

80. 理直气和的批评艺术 / 236

81. 拒绝要怎么说出口? / 240



PART

1

*The Useful Knacks to
Being Popular*

The Useful Knacks to Being Popular

第一章

拓展人际关系 的行前教育



1. 多向有企图心的人靠拢

有些人的处世态度是“听天由命，凡事不强求”，这其实也无可厚非，或许可说是一种乐天主义，未必全然不好。

因为人生无常，孰人能料，一朝荣华可能转眼间化为云烟。相对的，身陷幽暗谷底的人，也有随时翻身的可能。

同样的道理，一无是处的平庸之人，突然有了一百八十度的逆转或平步青云；愚蠢之人竟然创下丰功伟业而留名青史；狂人疯子反而对人类有伟大的贡献……这些都不是不可能的事。

不过这种例子毕竟只是凤毛麟角，少之又少，而且在短暂匆促的人生中，我们似乎也没有多余的心力，甚至根本不想和那些人打交道。“平庸之人”、

