

猫眼娜娜 〇著

女人 人脉学

人脉决定
情脉与钱脉

就是要有好人缘



猫眼娜娜 ◎著

女人 人脉学

人脉决定
情脉与钱脉

就是要有好人缘



武汉出版社
WUHAN PUBLISHING HOUSE

(鄂)新登字 08 号

图书在版编目 (CIP) 数据

女人人脉学 / 猫眼娜娜著. — 武汉: 武汉出版社,

2010.4

ISBN 978-7-5430-4738-9

I. ①女… II. ①猫… III. ①女性 - 人际关系学 - 通俗读物 IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 035415 号

书 名 女人人脉学

著 者: 猫眼娜娜

责任编辑: 王冠含

装帧设计: 

出 版: 武汉出版社

社 址: 武汉市江汉区新华下路 103 号

邮 编: 430015

电 话: (027)85606403 85600625

http: //www.whcbs.com E-mail: wuhanpress@126.com

印 刷: 北京华戈印务有限公司 经 销: 新华书店

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 13.5 字数: 150 千字

版 次: 2010 年 5 月第 1 版 2010 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 26.80 元

版权所有·翻印必究

如有质量问题, 由承印厂负责调换。

【作者序】

有人的地方，就有江湖

“人”这个字只有最简单的一撇一捺两笔，却隐藏了无数的学问。

身为人，就很难与他人不产生任何关系和接触。但是，每个人偏偏又是独立个体，或多或少有着主观思维，正所谓“一样米养百样人”。因此，人与人之间的交流可以充满了正面激励，却也同时隐藏着无数的负面陷阱。

前阵子，我的工作与生活都发生了一些不顺遂的事，和一位出版同业的姐姐半闲聊半抱怨地说起那些不愉快，并且为其中纠结的人际、利益关系感到有些苦恼时，她笑着告诉我一句话：“亲爱的，这叫‘有人的地方，就有江湖’。”姐姐说，我的衰运故事在她年轻时也发生过，这一路走来更是看过无数次，如果要计较，真的没完没了，不如学会看淡一点，并回归那句话：“这就是人生。”

听到姐姐这样说，我除了点头大叹一句：“真的！”也不禁开始思考，人际关系——或者我们常挂在嘴边的“人脉存折”，到底是怎么回事？不可否认的，人是情感动物，因为有情所以建立关系，因为有关系就进而产生影响力。以我这样一个传统公司体

制外讨生活的 SOHO 族来说，有太多次切身的经验，所以我认为拥有优秀的专业能力只不过是及格 60 分，机运也许会多替你加 20 分，但是想做到 90、100 分，最终靠的还是人脉关系。

这样说起来，经营人脉似乎有点“人在江湖，身不由己”的无奈。其实，不妨换个角度去想，打好人际关系这件事，也不过就是像一份考试前的重点笔记，如果能够花少许的时间掌握关键，为什么要执著在绕“规矩的远路”上？既然，你的终极目标是花最短的时间，创造最大的获利与成就，那么在不违背法律与社会伦理的前提下选择省事的方法，其实和投资基金、股票等金融交易一样，一种“道德的投机”又何来无奈可言？

另外，从情感层面来谈，不知你是否发现过，“快乐”与“幸福”虽然都是一种情绪，但是相较于幸福，快乐更能由个人创造，不见得需要任何外在人事物的刺激，所以才会有“自得其乐”的说法。

虽然一个人也能感到幸福，但是这个词是比快乐更细腻，更着重于情感交流的感受。就拿“吃到一块美味的蛋糕”来试着解读，当我们会想说“好快乐”时，发表的或许是对于“我吃到蛋糕了”或“蛋糕好好吃”这件事情本身的感受。

然而，当这块蛋糕同时传递了买蛋糕人的心意——也许它是情人特地开车去金山买回来的，或者代表了蛋糕师傅花费 8 小时，全程手工精制的坚持与用心时，这一刻所带来更深一层与人相关的感动，就会让我们脱口而出的话从简单的快乐，成了同时包含情感与谢意的“好幸福”。

由此可知，在你我生命中的每一个细节，每一次的笑声与泪水，都无法真正切断与“人”的联结。所以，好好去掌握、经营

你的社交，让平面的“人际关系”成为会为你创造更多资源的“人脉”，绝对是每一个聪明又成功女人的必备条件。

当然，有时人会因为时空环境与际遇心境的不同，常常改变想法与作风，所以人脉经营的学习绝对不会是一朝一夕的事。无论书前的你是20岁或30岁，现在困扰你的人际问题——无论是朋友、职场，或者另一半所造成，它都不会在你当下解决之后就今生免疫，而是像感冒病毒一样，衍生出各种变型来考验你。

人生，真的没有一劳永逸的疫苗，有的不过是不断从挫折与难题中，学习改变与突破，为自己累积圆满人生的抗体。所以，不要为了不懂得处理人际问题，或者受人所困而感到悲伤，这就跟没有人会不感冒一样，你的问题也是我和每一个人的，所以，你并不会是唯一孤单且不知所措的那一个。

我记得当我碰到那令我受挫的职场困境，并且非常低潮时，家父问了我一个问题：“这样的情况，会不会让你从此之后失去对人的信任？”那个当下，我本能地说：“不会。”事后仔细想了一下，我或许会更谨慎，但我始终相信这世界上和善之人还是比较多，因此我选择用正面的态度去看待。而且事实证明因为我认为世界上好人居多，所以对我好的人真的源源不绝地一直出现。

其实写下这本《女人人脉学》的心情有点复杂，往往越是看似辉煌如耀眼鳞片的经验之谈，越是一次又一次堆积起来的挫折伤疤。把过去的经验谈笑风生地拿出来分析，无论如何，都是再一次提醒过去的自己好傻好天真。但是，如果我的一点个人故事，能够带给读者新的想法，让书前的你更懂得活用人脉做到自我经营，创造内在成长与外在收益的最大价值，那一切都是值得的！

同时，我也期许我自己和书前每一位读者，都能借由与他人

互动的经验，更加了解自己是个怎么样的人，并从中找出再修正并且更提升的方式。毕竟，想成为一个长袖善舞、活用人脉创造利益的人，先决条件必然是做一个懂得自己要什么、目标何在的人。虽然，很多人都说“江湖险恶，人心不古”，不过既然你我都做不成离世而居的隐者，那不如认真地在江湖上留下一片好名声，不是吗？

愿你我都能成为更有价值，且能替别人创造更多价值的人。

蔡景明
CaiJingming

【“人脉力”自我检测】

你的金矿在哪里？

相信各位都有经验，如果我们前往补习班或语言学校报名，上课前都需要做一份小小的测验，看看自己的属性和能力在哪里？拓展人脉也是一门学问，你越了解自己的优缺点，相信对日后的自我精进就越有帮助。从哪一个部分着手，会让你提高得更省时省力？一起来看看吧。

检测方式：

下列共有 4 份问卷，每份问卷分别有 12 个问题，请以直觉的是与否作答。作答完毕后，看看哪一份问卷里你的“是”最多，再翻到后页寻找你的人脉金矿建议取向。

► 【问卷 A】

- Q.1 我最喜欢的动物是狗，或者本来就有养狗。
- Q.2 与其和朋友聚会，我比较喜欢和家人相处。
- Q.3 我习惯记住朋友的生日，会传短信或发 E-mail 问候。
- Q.4 我不怕提出与人相反的意见。
- Q.5 当我提出需要帮忙的要求时，往往石沉大海。
- Q.6 我是火象或风象星座（白羊、狮子、射手；水瓶、双子、天秤）。
- Q.7 比起故事（小说），我更常买各种类型的杂志。
- Q.8 我下决定很快，不是优柔寡断的人。
- Q.9 我喜欢被注视的感觉，上台表演不会困扰我。

- Q.10 想说服我，并不是一件容易的事。
- Q.11 我不喜欢或很少穿牛仔裤以外的衣物，因为怕麻烦。
- Q.12 我不怕向陌生人自我介绍。

► 【问卷 B】

- Q.1 我喜欢把我的朋友互相介绍认识。
- Q.2 我有 3 个以上异性好友，或者不时会有追求者。
- Q.3 我觉得自己很有耐心，喜欢听人说话。
- Q.4 我爱听的音乐以流行歌曲居多。
- Q.5 我每天会花超过 3 小时在网络社群工具（如 FaceBook 等）。
- Q.6 我不太在意所谓的“职场成就”，觉得生活稳定、收入够用就可以了。
- Q.7 每个周末我的约会或社交活动都满档。
- Q.8 我喜欢尝试全新的事物，没什么品牌忠诚度。
- Q.9 收到礼物，我会回礼或亲自致谢。
- Q.10 我是水象星座（双鱼、巨蟹、天蝎）。
- Q.11 我喜欢照镜子，或者会随身携带镜子。
- Q.12 我结婚了；或者，在 3 年内有结婚的计划。

► 【问卷 C】

- Q.1 常有朋友说，我看起来就一副很好骗的样子。
- Q.2 我不喜欢麻烦别人和攀关系，因为怕被拒绝。
- Q.3 比起自助旅行，我更喜欢（或常参与）团体旅游。
- Q.4 我不太喜欢吃甜食；比起蛋糕，往往三明治或水煎包更吸引我。
- Q.5 动手逐行写字时，我下笔很难工整；不是一行比一行高，就是行距会歪斜。
- Q.6 我常常会回忆过去的事，渴望回到从前或重新来过。
- Q.7 我嗜喝咖啡，每天至少要来一杯才算清醒。

- Q.8 我很难早起，设定闹钟之后总想再贪睡 5 到 10 分钟。
- Q.9 比起灾难电影，我更喜欢喜剧或卡通。
- Q.10 我可以很轻易地和路人或卖东西的商家聊起天来。
- Q.11 我喜欢看故事（小说）类的书，胜过知识或工具书。
- Q.12 我很容易搞丢钥匙、零钱包之类的小东西。

► 【问卷 D】

- Q.1 我喜欢需要动手的活动，例如劳作、烹饪、编织等等。
- Q.2 我是土象星座（金牛、处女、魔羯）。
- Q.3 我有规律运动的习惯。
- Q.4 接起一通电话，我很难主动收线。
- Q.5 我常常加班，很少准时离开公司。
- Q.6 常常有人跟我说我的压力太大，要学习放松。
- Q.7 我是家里的长女（子）或独生女（子）。
- Q.8 我喜欢喝酒；或者聚会时我不怕喝醉。
- Q.9 向人道歉和说出感谢，都不是我的作风。
- Q.10 我有很高的品牌忠诚度，常选购同一款或同系列的商品。
- Q.11 与公事无关的应酬我不想去，因为很浪费时间。
- Q.12 我喜欢学习，目前仍在进修（学位或其他技能都算）。

【解析】你的人脉金矿在哪里？

◆ 问卷 A 选“是”最多的你：

你的人脉金矿是朋友间来去自如的社交力。

你的朋友不少，常常一到周末就通告满满的，喜欢找乐子又充满活力，因此很容易和不同的人打成一片；同时，你也常在团体里扮演带头的角色，你是一个习惯于掌声与肯定，也不吝嗒与人分享资源的人。最大的缺点，就是有时候爱面子过了头，不愿意让别人看见较不顺遂或软弱的一面。也因为如此，你在感情的路上会比较辛苦，虽然不乏有缘和条件不错的追求者，但总是阴错阳差地没有让彼此的情感打在对的点上。虽然，你总是说不在意，可是恋情的感受真的和友情大不相同，也许你该试着让自己柔软一点，偶尔放松一下并没有什么不好。

你最在行的人脉领域：同辈、比自己年龄略小的社交圈

你最不在行的人脉领域：异性社交圈

你最需要的精进篇章：《2-1 受男性欢迎的女孩，想的和你不一样》

◆ 问卷 B 选“是”最多的你：

你的人脉金矿是第一眼就能加分的印象魅力。

简单来说，你就是一个有魅力的人。你很容易让朋友留下印象，但微妙的是往往男性对你的好感会大过女性；和同性别的朋友之间，你会显得较慢熟，也比较容易不自在，这其中也许是因为你在行事上会比较容易预设立场，或者说你是一个很有“世界领域”概念的人。当你接触全新的朋友时，会很积极地想探索对方的新世界，但是，等到对方开始想和你交朋友，社交的主导权比较偏向对方手中时，你反而会拉远距离做观察，因为，你很在意彼此是不是属于同一个领域。而这样的情况，往往会给人以翻脸不认人的感觉，或者“相识满天下，知交没几人”的情况。当然，朋友在精不在多，也许这样

子并没什么不好，但是，如果你真的只因为异性缘不错，而较少去经营其他领域的话，其实是非常可惜的事喔！

你最在行的人脉领域：异性社交圈

你最不在行的人脉领域：同辈、比自己年龄略小的社交圈

你最需要的精进篇章：《1-6 如何让有求于人，变成有求必应》

◆ 问卷 C 选“是”最多的你：

你的人脉金矿是友善又引人照顾的亲合力。

应该有不少人说过你带给别人的感觉，是比较天真可爱，换句话说，你很有亲和力，可以吸引别人想和你做朋友，但你并不是很懂得去判断，怎样的人与时机才是适合你的。而且，当你被放在一个全然陌生的环境时，你会显得比较被动、不安，反而因为羞怯而自我封闭，但是一旦和其中某些人搭上线以后，又会全然地放松与信任。因此，有时候你拿捏不太准近或远的分寸，免不了会遇上一些连你自己都很困扰，不知道该如何处置的人际关系。因此，奉劝你还是应该多了解人性的险恶面，多训练自己的判断力，不要对新认识的朋友一开了头，就完全投入交往。

你最在行的人脉领域：亲友、长辈间的社交

你最不在行的人脉领域：陌生社群开发

你最需要的精进篇章：《3-1 对你好的人，不一定是贵人》

◆ 问卷 D 选“是”最多的你：

你的人脉金矿是未达目标绝不松手的战斗力。

你是职场上的一尾活龙，乐在挑战且富有责任心，也许不是特别爱强出头，但是免不了希望掌声与肯定能多一点。你很懂得去观察环境，并有计划地去展现自我。可是，很微妙的一点是，如果没有了“目标”与“必要性”，你对人际交往上会比较显得意兴阑珊。不过，也不能说你这样是一种现实，而应该说你只是把战斗力集中在另一个领域而已。不过，还是奉劝你并不是职

场上的人脉才叫人脉，也许你应该多从生活、家庭等不同社交圈着手，让自己多认识一些人，说不定，你会在这之中挖到瑰宝。

你最在行的人脉领域：职场人脉

你最不在行的人脉领域：亲友社交、长辈间的社交

你最需要的精进篇章：《1-4“逢人减岁，遇货添财”是社交必杀技》

◆ 有两份（以上）问卷选“是”一样多的你：

你的人脉金矿是具有多元自我经营的好潜力。

你是一个乐于与人相处的人，学习和应变能力很强，但是有时候变得太快，常让人摸不清楚你的动向，甚至会让人觉得你比较没有定性。而且，你是很忠于自我的人，因此你并不喜欢让自己成为一个很“油条”的社交高手，于是有时候会特别轻视那些辈分上的小细节。虽然你的初衷是因为不喜欢太做作，立意算是良善的，不过应注意的是若你到了25岁以后，还始终执著于自己的本位主义，小心容易被视为长不大，不懂伦理与现实。

你最在行的人脉领域：同辈、比自己年纪略小的社交圈

你最不在行的人脉领域：职场人脉

你最需要的精进篇章：《4-8当责力，最能成就贵人运》

CONTENTS

- ◆ 作者序：有人的地方就有江湖 /1
- ◆ “人脉力”自我检测 /5

Chapter 1

有人缘，人脉无往不利

- 01 人脉，就是你的成就地图 /2
- 02 敢插嘴，是开拓人际的第一步 /6
- 03 “NQ”搞不懂，人脉难上手 /11
- 04 “逢人减岁，遇货添财”是社交必杀技 /17
- 05 朋友，也需要“使用说明书” /22
- 06 如何让有求于人，变成有求必应 /27
- 07 超人气，人际未必超有利 /31
- 08 人脉经营想长久，“九同”关系有没有 /36
- ◆ 人脉专栏 12个舌灿莲花的必学重点 /40

Chapter 2

谄人心，情脉处处逢源

- 01 受男性欢迎的女孩，想的和你不一样 / 50
- 02 挑情人，其实就像买菜 / 56
- 03 你的情人，其实是一面魔镜 / 61
- 04 女生专属的“恋爱不客气”学分 / 66
- 05 爱情，真的不能只凭感觉 / 71
- 06 别让“陪审团”葬送你的爱情 / 76
- 07 银座妈妈桑没教的事：摆脱瞎男人 / 82
- 08 无论爱情多迷人，别用委屈的姿态爱人 / 87
- ◆ 人脉专栏 10个魅力女人的必知观念 / 93

Chapter 3

辨人品，命脉明哲保身

- 01 对你好的人，不一定是贵人 / 102
- 02 人脉，撒网容易“撤网”难 / 107
- 03 越执著当好人，越容易流于坏人 / 111
- 04 即刻上手的一分钟识人术 / 115

- 05 聪明人一定要懂的“假尾哲学” / 119
- 06 “白目分子”的拒绝守则 / 124
- 07 除了追求交集，更要保持距离 / 129
- 08 人在江湖，认真你就输了 / 134
- ◆ 人脉专栏 8大名利双收的必备条件 / 139

Chapter 4

懂人性，钱脉无可限量

- 01 风格一身，决定你成就一生 / 149
- 02 职场贵人等于你的长期饭票 / 155
- 03 活用网络替你的人脉开路 / 160
- 04 做个批评有道的艺术家 / 166
- 05 越是成功的人，越懂保持低调 / 171
- 06 能做好自我管理的人最受欢迎 / 176
- 07 台面搏交情，台下能双赢 / 180
- 08 当责力，最能成就贵人运 / 185
- ◆ 附录 酒国名花的钻石级公关人脉经营术 / 190

Chapter 1

有人缘，人脉无往不利

“**没**有表现出真正充满魅力的自己，在恋爱、人际关系以及工作上，都是一大损失。”

——日本印象训练师 重田美雪 《0.5 秒挑中你》

。