

社交大全

刘忠信 编著
吉林大学出版社



社 交 大 全

刘忠信 编著

吉林大学出版社

社 交 大 全

刘 忠 信 编著

责任编辑: 丛 笑

封面设计: 张沐沉

吉林大学出版社出版

吉林省新华书店发行

(长春市解放大路85号)

吉林大学印刷厂印刷

开本: 787×1092毫米 1/32

1989年8月第1版

印张: 29.25

1989年8月第1次印刷

字数: 634千字

印数: 1—20 000册

ISBN 7-5601-0246-8/Z·9

定价: 9.30元

前 言

人在社会中生息、活动；每一个人都生活在人群中间，每天都千百次地与他人发生交往。在深入改革、开放、搞活的今天，学习、工作、生产和生活都更需要人们广泛开展社会交往活动。大千世界，人海茫茫，社会交往的途径在哪里？什么是社交的艺术和方法？对此，笔者曾在《祝你社交成功》一书中作了初步的归纳和探索。此书出版以后，受到一些读者的喜爱，深感欣慰。这样，萌生了较全面地归纳和探索社交艺术的想法。

于是，在《祝你社交成功》的基础上，编撰出这本《社交大全》。这本书将告诉你社交的作用、社交的原则，告诉你社交的艺术、社交的方法、社交的规矩与礼节；帮助你获得人们的喜爱，赢得友谊，恋爱成功，家庭生活美满，领导赏识，同事拥戴；使你心情舒畅，身心健康，学习、工作进步，事事如意，成效卓著。

当然，社会交往作为一门极其广泛、极其复杂的学科，是各门科学综合研究的结晶，是千百年来、千千万万人社交经验和教训的总结、提炼，是随着社会的发展变化而不断丰富和完善的。本书虽曰《社交大全》，其实也不过是社交艺术汪洋大海中的一朵浪花，所以起名为《社交大全》，只不过是从小某一个角度上而言的。希望它能成为广大读者、特别是青年朋友在社交中的一个小小的、多少有点用处的“指南针”。

由于笔者的水平和时间有限，难免存在“挂一漏万”、“拣了芝麻，丢了西瓜”、“道听途说”等问题，敬请广大读者批评指正。

本书在编撰过程中，参考、采用、辑录了一些报纸、杂志、图书中的文章和资料，因种类及书目较多，恕不一一注明。特此请作者和出版者见谅，并致诚挚的谢意！

编 者

1988年11月

目 录

前言.....	(1)
---------	-------

开 篇

社会交往	(3)
一、人际关系与社会交往.....	(3)
二、社会交往的作用.....	(6)
三、现代社交的节奏.....	(10)
四、社交中的世故表现.....	(12)
五、社交与血型.....	(13)
(一) 血型与同事关系.....	(14)
(二) 血型与夫妻关系.....	(15)
(三) 血型与教子方法.....	(16)
六、投身社交活动, 不搞不正之风.....	(17)
社交的原则	(18)
一、当好社交角色.....	(18)
二、克服社交的心理障碍.....	(21)
(一) 克服悲观心理.....	(21)
(二) 克服自卑心理.....	(23)
(三) 克服社交恐惧症.....	(28)
三、社交成功的要素.....	(31)
(一) 充满自信.....	(31)
(二) 保持轻松的微笑.....	(32)

(三) 冷静的态度·····	(32)
(四) 关心对方·····	(33)
(五) 树立起你的良好形象·····	(33)
(六) 适当表现自己·····	(33)
(七) 倾听·····	(33)
(八) 向别人学习·····	(34)
(九) 学会说“感谢”·····	(34)
(十) 暗示·····	(34)
四、掌握社交的尺度·····	(35)
(一) 自尊, 但又尊人·····	(35)
(二) 信赖, 但不轻信·····	(36)
(三) 显现自己, 但不贬低别人·····	(37)
(四) 坦诚, 但不粗率·····	(38)
(五) 谦虚, 但不虚伪·····	(39)
(六) 谨慎, 但不拘谨·····	(39)
(七) 活泼, 但不轻浮·····	(40)
(八) 老练成熟, 但不圆滑世故·····	(40)
(九) 严以律己, 宽以待人·····	(41)
五、把握社交的空间距离·····	(42)
(一) 社会交往的空间距离·····	(42)
(二) 空间距离的层次·····	(45)
(三) 把握空间距离的方法·····	(47)
社交成功的内在品质·····	(48)
一、处世态度·····	(48)
(一) 人具有基于自我着眼点的自尊·····	(49)
(二) 为他人承担义务·····	(49)
(三) 化失望为力量·····	(50)

(四) 热爱生活本身, 而不是它的报 偿.....	(51)
(五) 投身到比你自已更重要的事情中 去.....	(52)
二、正直.....	(52)
三、成熟.....	(55)
社交能力的自我测验.....	(60)
一、自测是否善于交际六法.....	(60)
二、测试处世能力七法.....	(62)
三、自测心胸气度九法.....	(64)

美 学 篇

气质美.....	(69)
风度美.....	(71)
仪表美.....	(73)
一、仪表美与内心美.....	(73)
二、自然美与修饰美.....	(74)
三、姿态举止的行为美.....	(75)
服装美.....	(76)
一、服装配色的艺术.....	(77)
二、款式与体型.....	(77)
三、服装面料的选择.....	(78)
装饰美.....	(79)
一、项链的戴法.....	(79)
二、戒指的戴法.....	(80)
三、耳环的戴法.....	(81)

四、手鐲的戴法·····	(81)
五、帽子的戴法·····	(81)
六、裝飾品的選擇和佩戴的時機·····	(82)
語言美·····	(82)
聲音美·····	(85)
步態美·····	(87)
色彩美·····	(90)

交 往 篇

男女交往·····	(95)
一、男性的內心世界·····	(95)
二、男性的心理需要·····	(96)
三、男性的性格·····	(100)
(一) 性格的分類及特點·····	(100)
(二) 男子的性格與疾病·····	(101)
(三) 男子的性格與風度·····	(102)
(四) 贊揚聲中顯性格·····	(102)
(五) 社交中的男子漢性格·····	(104)
(六) 優秀男子漢的性格特徵·····	(105)
(七) 男子漢的氣質·····	(108)
四、男性的社交·····	(109)
(一) 把社交圈擴得再大些·····	(109)
(二) 男性的“紳士”風度·····	(110)
(三) 和女性交往的分寸·····	(113)
(四) 男子漢待人處事之自測·····	(114)

五、男性讨厌的女性·····	(115)
六、女性的内心世界·····	(117)
(一) 女性怎样看待自己·····	(117)
(二) 女性怎样看待男性·····	(118)
(三) 女性怎样看待爱情与婚姻·····	(119)
七、女性的心理需要·····	(121)
(一) 社交·····	(121)
(二) 娱乐·····	(121)
(三) 情感·····	(122)
(四) 性格·····	(122)
(五) 职业·····	(123)
(六) 社会适应·····	(123)
八、女性的魅力·····	(123)
(一) 知识, 将会增添你的风采·····	(123)
(二) 大胆尝试, 又一种魅力增效剂·····	(124)
九、少女的风度和魅力·····	(126)
十、女性魅力的自我测验·····	(128)
十一、女性的社交优势·····	(130)
(一) 女性细微而敏锐的观察力·····	(130)
(二) 女性自然的柔情·····	(131)
(三) 女性青春的仪态·····	(131)
(四) 女性的耐力·····	(131)
十二、女性的社交类型·····	(131)
(一) 少女社交·····	(131)
(二) 未婚女性社交·····	(132)
(三) 职业社交·····	(133)
(四) 夫人社交·····	(133)

(五) 家庭社交·····	(133)
(六) 独身女性社交·····	(134)
十三、美丽女性与人交往的原则·····	(134)
(一) 谦虚·····	(134)
(二) 平衡·····	(134)
(三) 效果原则·····	(135)
(四) 容忍·····	(135)
(五) 尊重友情·····	(135)
十四、女性心中的男性美·····	(136)
十五、少女社交注意事项·····	(138)
(一) 少女的危险·····	(138)
(二) 与男人看电影须小心·····	(139)
(三) 与男人交往的警惕性·····	(140)
十六、女性讨厌的男性·····	(142)
十七、了解男性心理的艺术·····	(144)
(一) 交谈法·····	(144)
(二) 激将法·····	(145)
(三) 观察法·····	(146)
(四) 调查法·····	(146)
十八、接近男性的方法·····	(147)
(一) 间接法·····	(147)
(二) 直接法·····	(149)
(三) 偶然机会术·····	(152)
十九、男性与女性的交往·····	(154)
恋人交往·····	(157)
一、恋爱的标准·····	(157)
(一) 外貌美与整体美·····	(157)

(二) 学历与地位·····	(159)
(三) 工作单位与工作特点·····	(160)
(四) 共同语言与情趣·····	(162)
(五) 经济条件·····	(163)
(六) 家庭环境·····	(163)
二、择偶的渠道·····	(164)
(一) 父母介绍与父母包办·····	(164)
(二) “媒人”介绍·····	(166)
(三) 婚姻介绍所或红娘委员会·····	(168)
(四) 在报刊上发表征婚启事·····	(169)
(五) 自己认识和一见钟情·····	(169)
三、求爱的艺术·····	(172)
(一) 求爱的准备·····	(172)
(二) 求爱的勇气·····	(175)
(三) 求爱的方法·····	(175)
(四) 求爱的时机·····	(179)
(五) 求爱的言语技巧·····	(180)
(六) 被求爱者的修养与应酬·····	(181)
四、约会的学问·····	(184)
(一) 第一次约会须知·····	(184)
(二) 约会的时机、时间、地点和提出约 会的方法·····	(185)
(三) 约会的交谈·····	(187)
(四) 约会的礼节礼貌·····	(191)
(五) 约会的回请·····	(193)
(六) 约会的禁忌·····	(195)
五、堕入情网自测·····	(198)

六、热恋的学问	(200)
(一) 接吻是二人爱悦的象征	(200)
(二) 第一次的接吻	(200)
(三) 关系热烈时	(200)
(四) 爱和欲望的区别	(201)
(五) 交往的程度	(201)
(六) 婚约的程度	(202)
(七) 探讨真爱的方法	(202)
(八) 对方得到你之后	(203)
(九) 男人真正的心理	(203)
(十) 秘密行为的后果	(203)
七、误会排解法	(204)
(一) 和异性朋友无意中相遇时	(204)
(二) 谣传你和其他异性交往时	(205)
(三) 如果对方知道你过去的罗曼史	(206)
(四) 对方家人不喜欢你时	(206)
(五) 假如这样, 你就不会被误会	(207)
(六) 在不愉快的气氛下分手	(209)
八、调适矛盾法	(209)
(一) 对方失望时	(209)
(二) 对方对你不信任时	(210)
(三) 引起对方不满时	(210)
(四) 对方离你而去时	(210)
(五) 对方失望时	(211)
(六) 对方感情受到伤害时	(211)
(七) 对方嘲笑你时	(211)
(八) 对方看你懒散随便时	(212)

(九) 对方对你起反感时·····	(212)
(十) 你令对方不安时·····	(212)
(十一) 对方对你厌烦时·····	(213)
(十二) 对方情绪低落时·····	(213)
(十三) 令对方心急时·····	(214)
(十四) 对方认为你动作迟钝时·····	(214)
(十五) 对你不想说话时·····	(214)
(十六) 对方觉得你很惹人厌时·····	(215)
九、恋爱的忌讳·····	(215)
(一) 有损对方自尊的话·····	(215)
(二) 轻视他亲人的话·····	(215)
(三) 毁谤他朋友的话·····	(216)
(四) 绝对禁止的七种行为·····	(216)
(五) 写信的禁忌·····	(216)
十、恋爱“五不要”·····	(217)
十一、处理好恋爱中的复杂关系·····	(219)
十二、告吹的学问·····	(220)
(一) 应当注意三点礼貌·····	(220)
(二) 采取逐渐疏远的方式·····	(221)
(三) “爱”的区别方法·····	(221)
(四) 减少打击的分离法·····	(222)
十三、两性心理异度测验·····	(222)
(一) 测验题·····	(223)
(二) 答案·····	(224)
(三) 测题解析·····	(225)
夫妻交往·····	(227)
一、当好丈夫、妻子的奥秘·····	(227)

(一) 丈夫如何对待妻子·····	(228)
(二) 妻子如何对待丈夫·····	(230)
二、美满夫妻关系的定标·····	(231)
(一) 幸福家庭十要素·····	(231)
(二) 夫妻生活美满六法·····	(232)
(三) 夫妇生活愉快十一法·····	(232)
(四) 婚后夫妻和谐九宜·····	(233)
三、夫妻交往的准则·····	(234)
(一) 互相尊敬·····	(234)
(二) 互相爱护·····	(236)
(三) 互相信任·····	(239)
(四) 互相勉励·····	(242)
(五) 互相帮助·····	(244)
(六) 互相谦让·····	(246)
(七) 互相谅解·····	(249)
(八) 互相慰藉·····	(251)
四、夫妻性生活的和谐·····	(253)
(一) 新婚之夜·····	(253)
(二) 性生活的良好气氛·····	(254)
(三) 性生活卫生·····	(256)
(四) 怎样对待妻子的性冷淡·····	(257)
五、夫妻情感的沟通·····	(260)
(一) 现代家庭的感情生活·····	(260)
(二) 情感沟通的内涵和方法·····	(264)
(三) 促使爱情升华的诀窍·····	(267)
(四) 栽培婚姻的诀窍·····	(268)
六、夫妻矛盾的调适·····	(270)

(一) 防止婚姻关系破裂的秘诀·····	(270)
(二) 夫妻争吵的调适·····	(272)
(三) 排出夫妻关系中的隐患·····	(276)
初次与未来的岳父母交往·····	(283)
初次与未来的公婆交往·····	(285)
与父母交往·····	(287)
一、在父母面前·····	(287)
二、缩小两代人的距离·····	(289)
与子女交往·····	(291)
婆媳交往·····	(293)
一、婆媳交往的原则·····	(293)
二、婆婆怎样对待儿媳·····	(296)
兄弟姐妹交往·····	(299)
叔侄交往·····	(302)
妯娌交往·····	(304)
一、妯娌间的差异·····	(304)
二、妯娌间怎样相处·····	(305)
姑嫂交往·····	(307)
一、姑嫂间的信任感从哪儿来·····	(307)
二、当丈夫和小姑发生矛盾时·····	(309)
三、当小姑有求于嫂嫂时·····	(310)
朋友交往·····	(312)
一、朋友类型·····	(312)
二、择友标准·····	(315)
三、培植友谊之花·····	(319)
(一) 用友爱去播种·····	(319)
(二) 用忠诚去催发·····	(319)

(三) 用热情去灌溉·····	(320)
(四) 用谅解去护理·····	(320)
(五) 用原则去培养·····	(321)
四、友谊的考验·····	(321)
(一) 患难的考验·····	(321)
(二) 利害的考验·····	(323)
(三) 时间的考验·····	(323)
五、友谊的天敌·····	(324)
(一) 克服不良品质·····	(324)
(二) 荡涤庸俗习气·····	(325)
(三) 杜绝轻率态度·····	(326)
邻里交往·····	(327)
一、了解邻里关系的特点·····	(327)
二、邻里交谈的十个怎么办·····	(328)
三、邻里交往的基本原则·····	(332)
四、邻里交往的“七戒”·····	(335)
上下级交往·····	(337)
一、怎样与下级相处·····	(337)
二、怎样与上级交往·····	(340)
同事交往·····	(343)
一、相处的基点·····	(344)
二、待人与律己·····	(346)
三、君子之交淡如水·····	(347)
四、同情与理解·····	(349)
五、怎样避免发生冲突·····	(351)
师生交往·····	(352)
一、尊师是一种传统美德·····	(354)