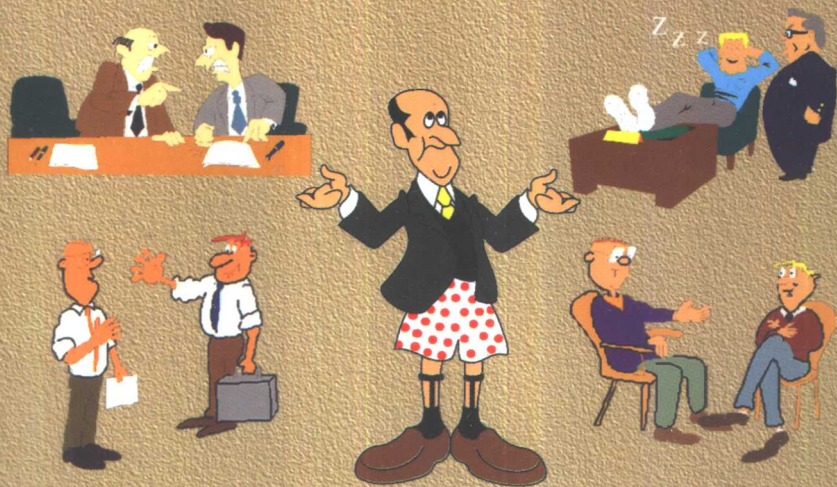


破解人际关系难处点
调亮人间交往航标灯

人际关系难处学

RENJI GUANXI NANCHU XUE

◎ 张振学



谨以此书献给那些在人生旅途
上曾严重受到人际关系的困扰、牵
制、妨碍和伤害过的人们！

中央民族大学出版社

人际关系难处学

张振学

中央民族大学出版社

责任编辑 刘明济

责任印制 丁燕琦

图书在版编目 (CIP) 数据

人际关系难处学/张振学编著. -北京: 中央民族大学出版社, 2000.1

ISBN 7-81056-415-3

I. 人… II. 张… III. 人际关系学 IV. C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 74376 号

人际关系难处学

出版者: 中央民族大学出版社

中国北京市海淀区白石桥路 27 号 邮编: 100081

国际互联网网址: <http://cunlp.com.cn>

电子邮件 (E-mail): nckpm@public.bta.net.cn

电话: 68472815 68932751 传真: 68932447

印刷者: 北京光华印刷厂

发行者: 新华书店

开 本: 850×1168 (毫米) 1/32 印张: 12.75

字 数: 300 千字

版 次: 2000 年 1 月第 1 版 2000 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-81056-415-3/C·52

印 数: 4000 册

定 价: 19.80 元

版权所有 翻印必究

前 言

肯定无疑地，即使是那些被人们美誉为八面玲珑的人，也时时感受到了人际关系难处的尴尬与困扰。在我们每天孜孜寻求立足和发展的纷繁复杂的社会上，几乎每个人都或多或少地受着人际关系的左右、掣肘和制衡，几乎每个人都受过人际关系的助益与荫护，或妨碍与伤害。可以说，在这个社会上，所有的成功者都在人际关系方面得到过温馨的哺育、救援和协助，同样地，所有的失败也都在人际关系方面遭受过冷酷的诋毁、戕害和挫折。人际关系之于人生顺逆成败的重要性，已经越来越得到了世人的广泛认同。众所周知的所谓“成亦萧何，败亦萧何”的故事也许至今还不能使一些人幡然省悟：韩信之所成者，实为萧何之人际关系之所为，韩信之所败者，亦为萧何之人际关系之使然。在美国成功学家卡耐基的观念里，人际关系之于人生成败至少要起到85%以上的作用。而其他诸如学识、专业和技术等因素只占15%的很小比例。

自古以来，一切成功者便都知道，谋事者必先谋人。不做好人的工作，不顺和协调好人的关系，任何事情和事业都不会一帆风顺获得成功的。因为人的社会属性决定了任何人都不是孤立存在的，而同样地，任何事也都不是孤立进行的，不仅要有人的因素的参与和介入，并且也决不会是单个人的参与和介入。要知道，每一个人的背后都有很多与他有关系的人，每一件事的背后也都有很多与这件事有关系的人，要想把某一件事办成，不能单单赢得某一个人的支持与协作，同时还必须要赢得与这个人

件事有关的一群人的支持和协作。从这一意义上说，任何一种成功，都是一种人与人之间合作的成功，都是一种人际关系交往与协调的成功。如果别人拒绝合作和配合，成功的目标就会变得遥远起来，事实还远非止于此，有时候，在一件事或一项事业的进行过程中，未曾协调好的人际关系非但不会积极配合，还可能会消极对抗和破坏，甚至挖墙脚、使绊子、拉倒车，置身于这种人际关系中，怎么会不陷于失败的泥淖之中而难于自拔呢？

是啊，远古纯朴的民风早已经伴着时代竞争的跫音而消失得无影无踪了。在名利的蛊惑面前，在地位的诱引之下，在感情的纠葛之中，每一个人都不会无动于衷。于是，社会的清潭仿佛一夜之间便被一批又一批理智的和非理智的、逻辑的和非逻辑的观念和行为搅拌得混浊不堪了。秩序井然的社会忽然变得盘根错节、错综复杂起来了。一道道闪着欲望的目光、一双双沾满利益的手掌，交织成了一幅幅充满竞争的图画，各种色彩、各种声音、各种心愿交叠、碰撞、挤压，把这个本来属于共存共荣的世界搅扰得整日里风雷激荡、云谲波诡的。于是，人际关系难处也就在所难免了。

不错，人际关系难处，差不多每个人都有同感。人缘好的和人缘不好的都免不了要在“难处”的窘境中奋力挣扎和寻求解脱。而这个世界上的人有时很怪：失败者总是知难而退，而成功者总是知难而进。但是不管是什么人要想在难处的人际关系中得到解脱，就必须理智地面对自己，面对社会，必须理智地面对名利，面对感情，必须理智地面对生存，面对发展和面对竞争。只有先理顺自己，然后才能理顺世界；只有先摆平自己，然后才能摆平关系。

但很多人只慨叹人际关系难处，却极少认真思考过：人际关系何以难处？到底有哪些难处点、有哪些难处的环节？而且应该用什么方法解开这些难点、攻克这些环节？这些问题解决了，人

际关系也就化繁为简、卓犖井然了。人际关系相处难的问题也就迎刃而解了。而本书所要告诉给读者的，恰恰就是这些人人都必须关注的至关重要的问题。

相信每一位读者都能从本书中获得与人和睦相处的秘诀，并能在很短的时间里做到上下融通，左右逢源，友谊广布似海，朋友交遍天下。

张振学

2000 年元月于北京大学

目 录

第一章 人际关系缘何难处？	(1)
一 难处在于竞争	(2)
1. 竞争中的不择手段	(2)
2. 竞争中的对立矛盾	(3)
3. 竞争中的虚伪	(4)
4. 竞争中的不公平现象	(6)
二 难处在于利益	(7)
1. 逐利之心，人皆有之	(7)
2. 利益得失，牵动人心	(8)
3. “义利”之间的困惑	(11)
三 难处在于期盼的差异	(11)
1. 背道而驰的期盼	(12)
2. 不同期盼的分歧	(13)
3. 一人有一个梦想	(15)
4. 理想永远在远方	(16)
5. 合理期盼造就成功	(17)
四 难处在于能力的差异	(17)
1. 能力不同，不容易想到一起	(18)
2. 能力不同，不容易说到一起	(19)
3. 能力不同，不容易干到一起	(21)

4. 木秀于林，风必摧之	(21)
5. 才高于众，行必傲之	(23)
五 难处在于知识的差异	(24)
1. 知识层次与理解问题差异	(24)
2. 知识层次与自我认识差异	(25)
3. 知识层次与处事方式差异	(26)
4. 光环效应与心理误区	(27)
5. 难得糊涂与关系和谐	(28)
六 难处在于心理的差异	(30)
1. 心理距离与交际障碍	(31)
2. 民族心理，土洋各异	(32)
3. 人之心，海底针	(34)
4. 缩短心理差距，可获成功交往	(36)
七 难处在于性格的差异	(37)
1. 萝卜白菜各有所爱	(39)
2. 性格有异牢怨多	(40)
3. 改善性格可以改善感情	(43)
八 难处在于感情的差异	(44)
1. 落花有意，流水无情	(44)
2. 情感的双向流动	(47)
3. 道是无情却有情	(48)
4. 心有灵犀，点了才通	(49)
5. 精诚所至，金石为开	(50)
九 难处在于思想的差异	(52)
1. 胸无丘壑，彼此难容	(52)
2. 思想差异筑就人际围墙	(53)

3. 三思后行, 慎待关系	(55)
十 难点在于观念的差异	(56)
1. 岔道儿的思路	(56)
2. 观念不同, 行为有别	(57)
3. 观念随着时代之变而变	(58)
 第二章 哪几类人际关系难处?	(60)
一 地位不同的人难处	(61)
1. 误触龙鳞祸杀身	(61)
2. 妃子一笑误终生	(63)
3. 位高权重须谨慎	(65)
4. 人微言轻说话难	(66)
5. 亲近权威益处多	(69)
二 年龄不同的人难处	(70)
1. 生活习惯不同	(71)
2. 生活目标不同	(71)
3. 思想观念不同	(72)
4. 愿望感受不同	(72)
三 经历不同的人难处	(73)
1. 经历不同, 观点有别	(73)
2. 经历不同, 想法有别	(76)
3. 经历不同, 理解有别	(77)
四 专业不同的人难处	(80)
1. 专业不同, 思维撞车	(80)
2. 专业不同, 语言错位	(81)
3. 隔行者难交流	(82)

4. 相互尊重, 相互学习	(83)
五 趣味不同的人难处	(85)
1. 趣味不同, 有失吸引	(85)
2. 趣味不同, 难解人意	(87)
3. 投其所好, 拉近距离	(88)
六 知识层次不同的人难处	(91)
1. 话不投机半句多	(91)
2. 庸与智的差别	(92)
3. 文化水平的高低构成交往的落差	(93)
4. 广闻博识易沟通	(94)
七 嫉妒心强的人难处	(95)
1. 嫉妒: 人性的深渊	(95)
2. 嫉妒: 一把双刃剑	(97)
3. 韬光养晦, 长处之道	(99)
八 脾气古怪的人难处	(100)
1. 说变就变老板脸	(100)
2. 吹毛求疵难共事	(101)
3. 性格乖戾遭人眼	(102)
4. 脾气怪, 知心难	(104)
5. 逆向思维, 见怪不怪	(104)
九 心理不健康的人难处	(106)
1. 自恋型人格障碍	(106)
2. 偏执型人格障碍	(107)
3. 分裂型人格障碍	(108)
4. 癔症型人格障碍	(109)
5. 强迫型人格障碍	(110)

十 企盼太高的人难处	(110)
1. 金无足赤，人无完人	(111)
2. 招贤纳士忌求全	(112)
3. 望子心切亦危险	(113)
4. 期盼与吹毛求疵	(115)
十一 私心过重的人难处	(116)
1. 见利忘义遭人鄙	(117)
2. 私过重，值几许	(118)
3. 损人利己，有失人心	(120)
4. 固执己见，耽于私利	(121)
十二 恃才不旷的人难处	(122)
1. 恃才自傲惹事端	(122)
2. 有才方知谦为贵	(123)
3. 自命不凡事难成	(124)
十三 孤芳自赏的人难处	(127)
1. 井底之蛙，天之大慨	(127)
2. 瞧不起人，人瞧不起	(128)
3. “孤芳”，只能“自赏”	(129)
十四 不能正确评价自己的人难处	(129)
1. 与自卑者难融洽相处	(130)
2. 与自大者难融洽相处	(131)
3. 保持平常心	(132)
4. 自信才能自强	(134)
十五 没有过失失败教训的人难处	(135)
1. 未经失败性乖张	(135)
2. 不吃一堑，不长一智	(136)

3. 失败, 性格之重组	(138)
十六 没有过成功经验的人难处	(140)
1. 心理失衡, 情商难控	(140)
2. 名利心理, 待人难宽	(141)
第三章 何种境状的人际关系难处?	(143)
一 在社会上有失信誉, 与人难处	(144)
1. 人无信不立	(144)
2. 欺骗, 一次就过了头	(145)
3. 失却信誉等于失却形象	(146)
4. 以信任换取信任	(147)
二 在社交上不懂礼节, 与人难处	(148)
1. 身处高位礼尤重	(149)
2. 无礼之人路难行	(150)
3. 有礼走遍天下	(152)
三 在两性上有失检点, 与人难处	(154)
四 在仕途上跌跤之后, 与人难处	(156)
五 在经济上不择手段, 与人难处	(158)
1. 求财无德遭人弃	(159)
2. 重利轻义遭防范	(163)
六 在法律上受到制裁, 与人难处	(165)
1. 失衡的心理天平	(165)
2. 破碎的处世观念	(166)
3. 反社会型人格障碍	(167)
4. 自省之后重新做人	(168)
七 在道德上千夫所指, 与人难处	(170)

1. 失德之人难相处	(170)
2. 伴与恶人相处难	(171)
八 在单位里受过处分, 与人难处	(173)
1. 封闭自我, 心理畸形	(173)
2. 自暴自弃, 恶性循环	(174)
第四章 在何种时空状态下关系难处?	(175)
一 第一次相见, 关系难处	(176)
1. 第一印象难评说	(176)
2. 陌生人难避冷场	(177)
3. 一面之缘误会多	(178)
二 相处时间短, 关系难处	(179)
1. 路遥方可知马力	(179)
2. 防人之心不可无	(180)
3. 以交流打破僵局	(181)
4. 时间可以凝聚真情	(182)
三 相处太频繁, 关系难处	(183)
1. 近处无风景	(183)
2. 爱, 不是锁链	(184)
3. 朋友交往重分寸	(186)
4. 敌友一线间	(187)
四 置身于有矛盾的群体中, 关系难处	(189)
1. 上下不调, 左右为难	(189)
2. 矛盾漩涡, 谨言慎行	(190)
3. 鹬蚌相争, 渔翁得利	(191)
五 所处社交圈有人爱串闲话, 关系难处	(192)

1. 众口铄金, 三人成虎	(193)
2. 桃色谣言危害大	(194)
3. 暗箭难躲, 流言难防	(195)
4. 话闲心不闲	(196)
六 求人办事时, 关系难处	(198)
1. 口是心非信难求	(198)
2. 搪塞推诿事难成	(199)
3. 办事贵在巧	(200)
 第五章 何种事态的人际关系难处?	(201)
一 上下级关系易位	(202)
1. 错位的尴尬	(202)
2. 心理落差与人际鸿沟	(203)
3. 难以调换的角色定位	(204)
二 彼此发生过矛盾	(204)
1. 冤冤相报何时了	(205)
2. 理顺矛盾用心苦	(207)
三 对方爱挑拨关系	(208)
1. 告密用心险恶	(209)
2. 注意欺诈陷阱	(210)
3. 警惕小人离间	(212)
4. 注意用事实击败谣言	(213)
 第六章 社会上九种最难相处的人际关系	(215)
一 上下级关系	(216)
1. 人人必戴的紧箍咒	(216)

2. 天下何人能识君	(217)
3. 除了工作, 还有什么	(221)
4. 答应就必须做到	(222)
5. 利用人的矛盾	(223)
6. 人性化管理	(224)
二 同行关系	(226)
1. 同行是冤家	(226)
2. 同行关系, 利是轴心	(228)
3. 同行竞争不是双赢即是双输	(230)
三 同事关系	(232)
1. 同事之间摩擦多	(232)
2. 同事之情难捉摸	(234)
3. 不偏不倚, 同事好作	(236)
四 合作关系	(237)
1. 利令智昏, 斤斤计较	(237)
2. 心思难猜, 携手难长	(239)
3. 共患难易, 共富贵难	(241)
五 男女关系	(243)
1. 好男不跟女斗	(243)
2. 第四种感情	(244)
3. 男女之间难周旋	(246)
4. 桃色漩涡耐纠缠	(247)
六 婆媳关系	(249)
1. 期望值勿过高	(250)
2. 家中的指挥棒	(250)
3. 存在心理距离	(251)

4. 导火线多是小问题	(252)
5. 互让互谅, 婆媳好作	(253)
七 妯娌关系	(255)
八 姑嫂关系	(257)
1. 三个女人一台戏	(257)
2. 姑嫂之间易误会	(258)
3. 姑嫂关系忌口舌	(260)
九 后母与孩子的关系	(261)
1. 后妈心地遭人疑	(261)
2. 亲娘后母距离遥	(262)
3. 继母亦可变慈母	(263)

第七章 人际关系难相处的个人原因有哪些? ... (264)

一 语言不妥	(265)
1. 跨文化交际的语言鸿沟	(265)
2. 到什么山唱什么歌	(268)
3. 见什么人说什么话	(269)
4. 注意语言与语境	(271)
二 行为不当	(273)
1. 入乡要随俗	(273)
2. 莫为小事伤和气	(274)
3. 勿以善小而不为	(276)
4. 无视小节讨人嫌	(277)
三 态度偏激	(278)
1. 态度偏激是心态的失衡	(278)
2. 钻“牛角尖”的尴尬	(279)

3. 不近人情, 自取其辱	(280)
4. 固执骄狂, 自讨苦吃	(281)
5. 唯我独尊, 惹人憎恶	(283)
6. 变换角度, 剔除私心	(285)
四 观点浅薄	(286)
1. 半瓶子醋容易晃	(286)
2. 抱残守缺难相处	(287)
3. 井底之蛙难沟通	(287)
五 私心过重	(288)
1. 以自我为中心	(288)
2. 为金钱污人格	(289)
3. 私心大, 疑心重	(290)
4. 将心比心人情好	(291)
六 好出风头	(292)
1. 枪打出头鸟	(292)
2. 人怕出名猪怕壮	(293)
3. 风光占尽人自辱	(294)
七 孤高自傲	(295)
1. 孤高自傲难自知	(295)
2. 傲慢自大多害己	(296)
3. 曲高和寡, 孤高友稀	(297)
4. 孤傲: 良好的自我感觉	(298)
5. 傲气的资本	(299)
八 性格沉闷	(301)
1. 憋闷的性格使人感到有压力	(301)
2. 封闭自我, 人生大忌	(302)