

一生要学会的社交与口才

科普 读物
KEPU DUWU

社会交往是人类生活中不可缺少的重要内容。生活在社会中的每个人，都不免要同别人打交道。从广义上讲，人类的任何生活都是某种形式的社会交往活动。对于社会来说，没有交往活动，社会就不能很好地发展；对于个人来说，没有交往活动，也就根本无法生存。

一生100种社交

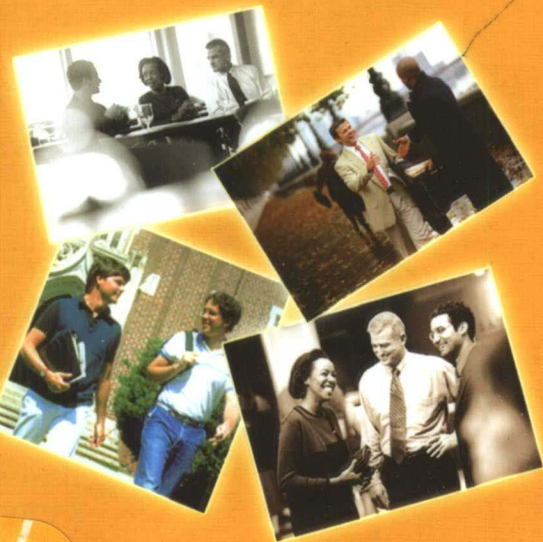
要学会的

YISHENG YAO XUEHUI DE 100 ZHONG SHEJIAO

扈明星·编著

“吾日三省吾身。”每晚寝前，请你回想一下，今天是否充分运用了你的人际关系去帮助了别人，而又帮助了自己。等你慢慢发觉这种反省模式已成为日常生活的习惯时，成功之日便不再是遥遥无期矣。

时事出版社



一生要学会的社交与口才

一生要学会的 100种社交

YISHENG YAO XUEHUI DE 100 ZHONG SHEJIAO

扈明星 ◇ 编著



时事出版社

图书在版编目(CIP)数据

一生要学会的社交与口才 / 扈明星编著. —北京: 时事出版社, 2006
ISBN 7-80009-982-2

I. 一… II. 扈… III. ①人间交往—基本知识
②口才学—基本知识 IV. ①C912.1 ②H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 018843 号

一生要学会的社交与口才

出版发行: 时事出版社
地 址: 北京市海淀区万寿寺甲 2 号
邮 编: 100081
发行热线: (010)88547590 88547591
读者服务部: (010)88547595
传 真: (010)68418647
电子邮箱: shishichubanshe@sina.com
网 址: www.sspublish.net
印 刷: 北京秋豪印刷有限责任公司

开本: 850×1168 1/24 印张: 15 字数: 260 千字
2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 次印刷
定价: 20.00 元

前

言

QIANYAN

社会交往是人类生活中不可缺少的重要内容。生活在社会中的每个人,都不免要同别人打交道。从广义上讲,人类的任何生活都是某种形式的社会交往活动。对于社会来说,没有交往活动,社会就不能很好地发展;对于个人来说,没有交往活动,也就根本无法生存。社会交往,不仅是人类的一种主观愿望和爱好,而且还是人类生活的客观需要。事实上,无论什么人,企图完全与世隔绝、超凡脱俗、独居自处,排除一切人间的纠葛和纷争,这在任何时候都是办不到的。人的一生,就是在连续不断的、各种各样的交往活动中度过的:在学习中,要与师长、同学打交道;在家庭中,要与父母、亲戚打交道;在公共场所中,要与一些素昧平生的人打交道……

建立良好的人际关系,如同栽种一棵果树,不可能今天播种,明天就能结出甜美的果实。我们坚信这条路是正确的,无论文明怎样演变,都不能退化至老子所说的“鸡犬之声相闻,老死不相往来”的时代。既然我们都很清楚这个“社会分工细密,协作关系复杂”的群

居生活,就应不吝让他人享用你的人际关系资源,只要你奉献的是一份诚意,那么总有一天会赢得一份厚重的回报,从而促进你事业的发展。

再提醒一次,这人际关系之树不可能像童话中说的那样一夜间冲入云霄。你应该在意的是根牢固了吗? 如此才能顺利长成。

“吾日三省吾身。”每晚就寝前,请你回想一下,今天是否充分运用了你的人际关系去帮助了别人,而又帮助了自己。等你慢慢发觉这种反省模式已成为日常生活的习惯时,成功之日便不再是遥遥无期了。



目 Contents 录

Contents

第一篇 家庭篇

- | | |
|--------------------|-----|
| 1.换位思考——与父母求同存异的交往 | 004 |
| 2.把爱厘清——与父母的交往 | 006 |
| 3.兄弟姐妹的社交 | 008 |
| 4.特殊家庭环境下的社交 | 009 |
| 5.与邻居的社交 | 011 |



第二篇 学校篇

- | | |
|----------------|-----|
| 1.建立良好人际关系的社交 | 014 |
| 2.赢得别人尊重的社交 | 015 |
| 3.建立和谐的师生关系的社交 | 017 |
| 4.识友交友的社交 | 019 |
| 5.与异性同学的社交 | 021 |





- | | |
|--------------|-----|
| 6.关于竞争与友谊的社交 | 023 |
| 7.与性格内向人的社交 | 024 |
| 8.同寝室同学的社交 | 026 |
| 9.同老师之间的社交 | 027 |
| 10.克服疑心的社交 | 028 |

第三篇 朋友篇



- | | |
|-------------|-----|
| 1.减少依赖的社交 | 032 |
| 2.及时化解矛盾的社交 | 033 |
| 3.多宽容对方的社交 | 034 |
| 4.把握分寸的社交 | 035 |
| 5.真诚交友的社交 | 037 |
| 6.善于倾听的社交 | 038 |
| 7.不求回报的社交 | 039 |
| 8.维护朋友形象的社交 | 041 |
| 9.拒绝的社交 | 042 |
| 10.忘记恩怨的社交 | 043 |



第四篇 聚会篇



- | | |
|---------------|-----|
| 1.举止得体的社交 | 046 |
| 2.不轻易说“随便”的社交 | 047 |
| 3.待客与做客的社交 | 049 |

第五篇 公共场所篇

- | | |
|------------|-----|
| 1.看电影时的社交 | 052 |
| 2.交通出行时的社交 | 053 |
| 3.商场购物中的社交 | 054 |



第六篇 上司篇

- | | |
|-----------------|-----|
| 1.吸引上司注意的社交 | 058 |
| 2.工作努力却得不到赏识的社交 | 059 |
| 3.应对女上司的社交 | 061 |
| 4.对“无能”上司的社交 | 062 |
| 5.“拒绝”老板的社交 | 064 |
| 6.喜传捷报的社交 | 065 |
| 7.对自己不喜欢的上司的社交 | 066 |
| 8.上司换人时的社交 | 068 |
| 9.面对批评时的社交 | 069 |
| 10.老板犯错时的社交 | 070 |
| 11.不做朋友的社交 | 071 |
| 12.派系斗争的社交 | 073 |



第七篇 办公室篇



- | | |
|-----------------|-----|
| 1.不找借口的社交 | 076 |
| 2.电梯间洗手间和茶水间的社交 | 077 |
| 3.度过职业孤独期的社交 | 078 |
| 4.掌握最佳距离的社交 | 079 |
| 5.对付小人当道的社交 | 081 |
| 6.怎样与同事化敌为友 | 083 |
| 7.对付野蛮同事的社交 | 084 |
| 8.找借口化解尴尬的社交 | 085 |
| 9.白领的理智社交 | 086 |
| 10.看穿同事心的社交 | 088 |
| 11.以柔克刚的社交 | 090 |
| 12.避免争论的社交 | 091 |
| 13.适应新环境的社交 | 092 |
| 14.多小心少大错的社交 | 093 |
| 15.孔子的办公室社交 | 095 |
| 16.委婉传达信息的社交 | 097 |
| 17.善下台阶的社交 | 098 |
| 18.迂回做事的社交 | 099 |
| 19.蒙蔽对方的社交 | 101 |
| 20.打消对手嚣张气焰的社交 | 103 |

第八篇 商务篇

1.合作与竞争的魅力	106
2.原谅仇人的社交	107
3.避免伤害的艺术	108
4.坦诚以待让步的社交	110
5.双赢谈判的社交	111
6.声东击西的社交	112
7.获取非语言信息的社交	114
8.分析对手的社交	115
9.寻找掌权者的社交	117
10.耐心无限的社交	118
11.红脸白脸的社交	120
12.蛇打七寸的社交	121
13.以退为进的社交	123
14.以守为攻的社交	124
15.打破僵局的社交	126
16.避实击虚的社交	127
17.先承后转,以理服人的社交	129
18.逼真表演的社交	130
19.以子之矛,攻子之盾的社交	131
20.反客为主的社交	132



第九篇 涉外篇



- | | |
|--------------|-----|
| 1. 遵循惯例的社交 | 136 |
| 2. 克服中外差异的社交 | 137 |
| 3. 礼尚往来的社交 | 138 |
| 4. 选好交谈话题的社交 | 141 |



第十篇 综合技巧篇

- | | |
|---------------|-----|
| 1. 友好说服的社交 | 144 |
| 2. 理解他人的社交 | 145 |
| 3. 幽默社交 | 147 |
| 4. 唤醒焦虑的社交 | 148 |
| 5. 名片说服的社交 | 150 |
| 6. 反向诱导的社交 | 151 |
| 7. 寓拒绝于肯定的社交 | 153 |
| 8. 借人说“不”的社交 | 154 |
| 9. 预防反驳的社交 | 156 |
| 10. 巧用比喻的社交 | 157 |
| 11. 反语表达的社交 | 159 |
| 12. 请将不如激将的社交 | 160 |
| 13. 套牢关系的社交 | 162 |



一生要学会的 100 种社交

YISHENG YAO XUE HUI DE 100 ZHONG SHEJIAO



第一篇

DiYiPian JiaTingPian

家庭篇



换位思考——与父母求 同存异的交往

父母是上一代的人，与新生代的我们难免在有些方面会格格不入，而我们又无一例外地希望自己的子女永远是最棒的，永远拥有最好的，于是不免会做出一些在我们看来是莫名其妙的事来。求同存异无疑是最好的处理方式。

【社交箴言】 父母是上一代的人，与新生代的我们难免在有些方面会格格不入，而我们又无一例外地希望自己的子女永远是最棒的，永远拥有最好的，于是不免会做出一些在我们看来是莫名其妙的事来。求同存异无疑是最好的处理方式。因为父母一辈经一路风雨，经验阅历丰富。平心静气，多注意学习他们的观察和分析问题的能力，会令我们少走许多不必要的弯路。

【人际博客】 还记得我们第一次自己上学时的情景吗？还有自己第一次买东西？第一次……很多个人生的第一次我们都已经忘了，可是却在父母的生命中划下了深深的印记。那是什么样的印记啊！也许只有身为孩子的我们成为父母的时候才会知道，而那时他们可能都已经不在了，我们可能没有机会问他们当时的感受。让我们听听一个母亲在第一次孩子自己上学后的心声吧！“我想大声地告诉全城市，今天早晨，我交给你们一个小男孩，我把他交给马路，我要他遵守规矩沿着人行道而行，但是，匆匆的路人啊，你们能够小心一点吗？不要撞倒我的孩子，我把我的至爱交给了纵横的道路，允许我看见他平平安安地回来。学校啊，当我把我的孩子交给你，你保证给他怎样的教育？今天清晨，我交给你一个欢欣、诚实而又颖悟的小男孩，多年以后，你将还我一个怎样的青年？他开始识字，开始读书，古往今来的撰述者啊，各种方式的知



识传递者啊,我的孩子会因你们得到什么呢?你们将饮之以琼浆,灌之以醍醐,还是哺之以糟粕?他会因而变得正直、忠信,还是学会奸猾、诡诈?当我把我的孩子交出来,当他向这世界求知若渴,世界啊,你给他的会是什么呢?”

也许我们的母亲没有那样的文采,说不出那样华美的语言,但她们心底那感人至深的情怀,对我们那撕心裂肺的牵挂是一样的。如果我们理解了父母的苦心,对父母的一些行为就找到了理由,而我们以此为基础就比较容易和父母沟通,我们可以尝试站在他们的角度了解他们,反过来一样,他们也会了解我们的想法。当然,有些认识的差异不会因为沟通就能消失。我们通过换位思考得到了沟通,通过沟通我们就能真正知道与父母存在哪些异与哪些同。有一些差异并没什么不好,而最重要的是和父母有很多共同的东西,只要保护好我们与父母共同的东西,那处在社会大家庭中的我们的小家庭就会温馨快乐,我们也就能从容应对社会大家庭中的风风雨雨。



100种社交



【精粹解读】 我们与父母之间有着区别于他人的血缘关系,但是,由于所处的年龄、性别、经历,以及在家庭中的角色不同,与父母会有不同的心理需求,因此,往往对同一事物也会有迥然不同的看法。如,你的父母可能常常认为你还是一个不懂事的孩子,缺乏人生经验。作为过来人,他们对你的管教总是有道理的,你应该多听大人的话,少走弯路。然而,你可能却觉得自己已经长大了,应该有更大的自由空间,不必事事听别人的。其实,你和父母的想法都有一定的道理。如果你们从不考虑对方的想法是否有道理,而只是强调自己是正确的,你与父母之间的关系就永远不会得到改善和深化。任何一桩令人满意的人际关系都不是从天而降,而是双方努力栽培的结果。你与父母的关系也不例外。如果你愿意,你可以主动迈出第一步。

我们与父母之间有着区别于他人的血缘关系,但是,由于所处的年龄、性别、经历,以及在家庭中的角色不同,与父母会有不同的心理需求,因此,往往对同一事物也会有迥然不同的看法。





人与人是不同的，我们与父母是两代人，因此有更多不同，我们与父母产生分歧、误会、乃至对立是再正常不过的，但在处理这些问题时请记住一个字——爱。

把爱厘清——与父母的交往

【社交箴言】 人与人是不同的，我们与父母是两代人，因此有更多不同，我们与父母产生分歧、误会、乃至对立是再正常不过的，但在处理这些问题时请记住一个字——爱。父母爱我们，他们做的一切都希望我们能好。同样，我们也爱我们的父母，我们更希望他们快乐健康。只要在这个前提下，很多问题都会变得简单。

【人际博客】 “出来，喝一杯，等你。”我还没来得及说话，朋友已经挂断了电话。这家伙总是这样，我已经习惯了。我们关系很好，三年前我们在北京认识，三年后我们成了无话不谈的哥们。他是个很有韧性的人，在北京的几次波折他都挺了过来，可每谈到家里的父母，他的眼睛就黯然失色。听他说他父母的凡此种种让我不仅对他父母颇有微词，心想，天下还有这样愚钝不通情理的父母啊，他能有今天看来真不是运气。半小时后，我在我们常去的那家酒吧见到了他，照例，互通见闻，国内国外，评论争论，唇枪舌剑中我们的桌上已经摆满空酒瓶。“我前两天回家呆了几个小时，我弟弟又壮了，以前把他拎起来比举小号的哑铃还简单。”我无不神往的说。“现在呢？”朋友眯着眼睛问。“调过来了。”我说。朋友做跌倒状。“唉，岁月不饶人啊。”我自我解嘲说，“以前总想吃老家的菜，可上次吃发现也不如以前好吃了，看来我妈也老了，做饭力不从心了。”我以前从来不和他主动谈父母的话题，也许这次酒喝得太多了。我一时顿在那里，等他的反应，他喝干杯子里的酒，不自然地揉搓着杯子。我们有个习惯，每次见面从来不首先说想

