

生活智慧宝典

communication

待人

技巧

skills

汉龙 / 主编



航空工业出版社

北京市外文音像出版社

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

生活智慧宝典

ZHIHUI BAODIAN

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

待人技巧

汉龙 / 主编

编委：张 菁 李玉琳

王 茜 王喜红

尹淑霞



航空工业出版社

北京市外文音像出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

待人技巧/ 汉龙 主编. —北京:
航空工业出版社, 2003.12
(生活智慧宝典丛书)
ISBN 7-80183-114-4

I. 待... II. 汉... 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 004954 号

航空工业出版社出版发行

(北京市安定门外小关东里 14 号 100029)

北京市燕山印刷厂印刷

全国各地新华书店经售

2004 年 5 月第 1 版

2004 年 10 月第 2 次印刷

开本: 787×960 1/32 印张: 112.5 字数: 1980 千字

印数: 8001-11000

全 10 册 定价: 128.00 元

本社图书如有缺页、倒页、脱页、残页等情况, 请与本社发行
部联系调换。联系电话: 010-65934239 或 84917422

前 言

人生就是一盘棋，是将军就要站在将军的位置，是小卒就要走小卒的路线。茫茫人海、芸芸众生中，平凡的你我充当将军角色的机遇并不多，更多情况下，则是仅发挥小卒的作用。

如果你是将军，你能否牢牢抓住军心，率领你的千军万马直指前方？如果你是一名小卒，你是否能够与他人友好相处，愉快地听从指挥，尽力发挥自己应有的作用？

靠“三寸不烂之舌”打“江山”的比比皆是，看似玄妙、机关重重，其实无他，惟技巧也。掌握了待人处世的基本技巧，就相当于掌握了成功人生的金钥匙。

本书对为人处世的一些基本技巧进行了总结，并配以较为实际、生动的小事例给予说明。希望本书能帮助读者快速地记住一些必备的小技巧并将其融汇贯通，运用到实际生活中。

编 者

2003年6月

目 录

📖	如何正确地对待自己	1
✎	发现自我	5
✎	重视自我	7
✎	不要自鸣得意	11
✎	接纳自我	13
✎	欣赏自我	16
✎	消除嫉妒心	19
✎	恰当地运用自己的聪明	21
✎	推销自我	23
📖	如何巧妙地对待他人	31
✎	巧妙地批评他人	35
✎	巧妙地说服他人	43
✎	巧妙地赞同他人	46
✎	巧妙地感激他人	49
✎	巧妙地聆听他人	52
✎	巧妙地发言	57
✎	巧妙地使他人信服	61
✎	巧妙地使他人做出决定	67
📖	如何快速地获得好人缘	73

✎	发挥微笑的魅力	76
✎	牢记他人的名字	81
✎	热情、自然地待人	84
✎	真诚地关心他人	87
✎	学会喜欢他人	89
✎	维护他人的自尊	93
✎	谈论他人感兴趣的话题	95
✎	宽容地对待他人	97
✎	勇于承认错误	100
✎	良好的第一印象	103
📖	如何使你的人际关系更融洽	107
✎	从他人的角度考虑问题	110
✎	给他人说话的机会	112
✎	令他人觉得自己重要	114
✎	不要随意对他人指手划脚	117
✎	不要轻易指责他人	119
✎	给予他人真诚的赞赏和鼓励	122
✎	及时向他人表示谢意	128
✎	不搬弄是非离间他人	131
📖	如何与不同类型的人相处	135
✎	与刁难你的人相处	138
✎	与不拘小节的人相处	142
✎	与心胸狭窄的人相处	146
✎	与争强好胜的人相处	151

✎	与溜须拍马的人相处	154
✎	与尖酸刻薄的人相处	156
✎	与愤世嫉俗的人相处	159
✎	与翻脸无情的人相处	161
📖	如何广交朋友	165
✎	交友之道	168
✎	你是别人的知心朋友吗	175
✎	使别人迅速成为你的朋友	179
✎	交友时机的选择	183
✎	结交知己的原则	186
✎	与朋友成功地交际	189
✎	他值得做你的笔友吗	193
📖	如何与周围的人轻松相处	199
✎	让孩子喜欢你	202
✎	青春男女交往秘笈	205
✎	恋爱的分寸	210
✎	男女同事如何友好相处	215
✎	夫妻相处	219
✎	与上司相处	225
✎	轻松与老人相处	229
📖	如何轻松地与陌生人相处	233
✎	对待陌生人的态度	236
✎	克服恐惧的方法	240
✎	结识陌生人	241

✎	如何打开话匣子	244
✎	和陌生人谈话的技巧	247
✎	和陌生人成为朋友	251
☞	如何在网络上结交朋友	255
✎	走进网络	258
✎	看清他的真面目	261
✎	网络交友的动机	265
✎	给网友的建议	268
✎	网络爱情的忠告	272
☞	如何发挥口才魅力	277
✎	如何做个成功的交谈者	280
✎	如何把话说到别人心里	283
✎	如何以“口”应对日常交际	286
✎	如何消除夫妻间的唠叨	290
✎	如何使你的演讲更具说服力	295
✎	如何以“口”当先去求职应聘	298
✎	如何发挥商务谈判中的语言威力	301
☞	待人处世技巧	307
✎	把握角色“四不忘”	310
✎	弥补过失“四方法”	310
✎	求人办事“五注意”	311
✎	吸引他人“六要素”	312
✎	拥有自信“七步骤”	313
✎	时间地点“七牢记”	314

✎	心理调整“九对策”	315
✎	受人欢迎“十原则”	317
✎	初次见面“十五要”	318
✎	形象增辉“十八招”	320
	自我心理测试	323
✎	你了解自己吗	325
✎	你的自我认同感如何	328
✎	你了解自己的性格吗	330
✎	你颇具吸引力吗	333
✎	你孤独吗	340
✎	你可以与他人轻松相处吗	343
✎	你善于与他人合作吗	345
✎	你善于控制自己吗	347
✎	你会处理人际关系吗	354
✎	你是 A 型性格吗	359

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

SHENGHUO ZHIHUI BAODIAN

如何正确地对待自己

我是我自己最大的敌人，也是我自己不幸命运的起点。在这个充满竞争的社会里，我们要想立足，要想打出自己的一片天地，要想在这个没有硝烟的战争中取胜，就要站在一个统揽全局的高度，去洞察对方的一举一动。这就要首先做到一点，那就是我们必须充分地认识自己，正确地对待自己！



如何正确地对待自己

如何正确地对待自己

如何正确地对待自己

拿破仑说：“我是我自己最大的敌人，也是我自己不幸命运的起点。”是的，很多时候，我们要征服的并不是某座高山，而是我们自己。

一个人要想在这个世界上、在这个社会里有所作为，就必须充分认识自己、把握自己和推销自己。

古人说：“人贵在有自知之明，自知者智，自胜者强。”我们只有在清楚地认识了自己以后，才能摆正自己的心态，才能在社会中找准自己的位置，才能扮演好自己的角色，才能在人际交往中左右逢源，进退自如。

既不过高地估价自己，也不过低地衡量自己，这才是认识自己的关键。不管过高还是过低，都将严重影响到我们处世的心态和效果。人际交往中，或卑或亢，这在很大程度上都源于我们如何对待自己。

但是，清楚认识并正确对待自己并非易事。一个人的性格及能力，自己往往不容易看出来，但是别人却能看出来，并且看得比较清。大多数的人也确是这样，能看到自己的优点，却看不到自己的缺点；能看到自己的长处，却看不到自己的短处。这样往往成为他们人际交往的障碍，也

致使他们很难对自己在这个社会里能扮演什么样的角色有所定位、有所了解。

于是，在我们的生活中，有些人便能适应社会，他们的人际关系井然有序，人生也很富有，很令人羡慕。而有些人却处处碰壁、不顺畅。原因何在呢？这与其对为人处世之道知之甚少有着很大的关系。在这里，我们先来看看在人际交往中我们该如何正确对待自己。

如何正确地对待自己



发现自我

每个人都在社会中充任着特定的角色，我们的一言一行都受角色的制约。因此，并非所有我们想做、我们能做的事都是可以随心所欲地去做。

不知平时你是否做过这样的自问：我了解自己吗？我给自己的定位合适吗？为了实现更大的自我满足，我需要做一下适当的调整吗？我该如何正确对待自己？

要正确对待自己，首先就要发现自我，并保持自己的本色。不了解自己，不了解自己的虚实，只能是盲目接招。只有对自己的优点、缺点明了以后，才能打有准备之仗。

有一个人养了一头驴和一只狗。

这个人总是爱和他的狗在一起玩。每次他去外面用餐，都不忘给小狗带回一些骨头来，当小狗摇着尾巴走上前去时，就丢给它吃。

驴看到了，心里很羡慕，也跑过去又蹦又跳，结果一伸脚就把主人踢倒在地。主人很是生气，立刻用棍子把驴打了一顿，并将其送走了。

这虽然只是个笑话，但我们每个人都有自己与众不同的气质，东施效颦只会给我们徒增苦恼。

为何总是一味地羡慕别人呢？尊重上苍所给我们的一切吧，那才是最适合我们的。

从我们来到这个世界上，我们就是这世上独一无二的，我们就是我们自己，无需按照他人的眼光和标准来评判甚至约束自己，无需总是效仿别人。发现自我，秉持本色，早一点认清自己的天赋才能，把自己放在一个正确的起点上，才可以使我们的一生都过着与自己意愿相契合的愉快生活。

卡耐基说：“我们每个人的生活面貌都是由自己塑造而成的，如果我们能学会接受自己，看清自己的长处，明白自己的短处，便能踏稳脚步，达到目标。”

美国著名心理学家、哲学家威廉·詹姆士认为，人们尚未完全发现自我，且只运用了脑力的10%。与自身所具有的潜质相比，人们只运用了身体和精神上的一小部分资源，有待开发的资源、潜质还很多，人们的许多能力都被忽视甚至糟蹋掉了。

你和我也一样，也都具有这些潜能，所以不要浪费时间去担忧自己的“与众不同”，把自己的禀赋完全发挥出来吧，这样才能奏响生命中的最强音。

所以，正确对待自己最首要的一点就是：发现自我，秉持本色。

况且，不了解自我对一个人来说是一件可悲的事情。浑浑噩噩的生活是愚蠢人的行为，要想做一个明白人，要想使自己的人生充满乐趣、充满意义，就要充分认识自己、把握自己。

当然，在正确地认识了自己以后，还要为自己定一个目标。否则仅认识自己，而不付诸于行动，我们也只能是个空想家。一个人活着而没有目标，他就会彷徨、苦闷和不安。而惟有当一个人确实了解他自己所要过的是什么样的生活和他所要追求的目标是什么之后，他才觉得他的生命充实而有意义。一个有目标的人和没有目标的人的区别，就在于他虽然在纷纭杂乱之中，仍然不致迷失方向，他可以操纵自己，而不被别人操纵。而且在我们确定目标的时候一定要记住：不要怀疑已经确定的事，而要记住我们当初选择的时候，所看到的好处。所以，选择的时候一定要慎重，并且一旦选择了，就不要后悔。

重视自我

人的尊贵，不靠地位，不由出身，只看我们自己的成就。“是什么料，充什么用。”假如是一个萝卜，就力求做个水多肉脆的好萝卜；假如是棵白菜，就力求做一棵葱葱实实的包心好白菜。但是，即便只是一棵平凡的萝卜，或一棵平凡的白菜，也不要就此觉得自己很微小、很无足轻重。

萝卜、白菜也是有其自己存在的价值的。要想使自己做得最好，首先就要敢于向自己挑战，不要让自己显得无足轻重。

当发现自我并掌握了自己的长处及短处之后，还要正视自己，并努力不要让自己显得无足轻重。只有我们自己先重视自己，才能使他人也重视我们。

不知你是否听过“快乐的小丑”的故事。

有一个人去看医生，他对医生说：“我常常睡不着觉，心中总是充满了各式各样的忧虑和烦恼。”

医生经过详细的检查后，发现这人并没有任何问题，只不过是情绪低落而已。因此，医生建议他尽量多休息，并可以到马戏团看看表演。

医生说：“城里刚来的马戏团表演很精彩，特别是那个小丑非常出色，他一定能使你发笑，让你忘掉烦恼。”

病人无奈地说：“没有用的，他帮不了我。因为我正是那个小丑。”

读完这个故事，不知你有何感想？

故事中小丑的想法实际上是一种自卑心理。他没有想到自己出色的表演会给别人带来欢乐，