

潜研堂 年轻人系列

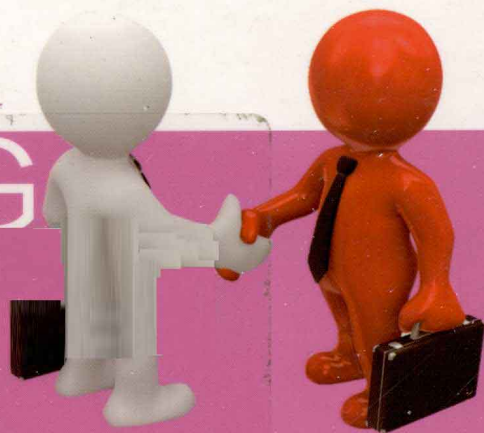
年轻人 要懂点 人情世故

为什么有的人飞黄腾达，有些人却穷困潦倒？
为什么有的人功成名就，有的人却一事无成？

赵幸幸◎编著

THE WORLDLY
WISDOM TO BE LEARNT
BY THE YOUNG

社会是纷繁复杂的，
通晓人情世故是立足于社会的。
那些春风得意、事业有成的。
大多是深谙为人处世之道的。
年轻人无论是在生活中还是在工作中，
学会为人处世的秘诀，就能让自己提升一个境界，
生活中的许多困难也都可以从容面对。



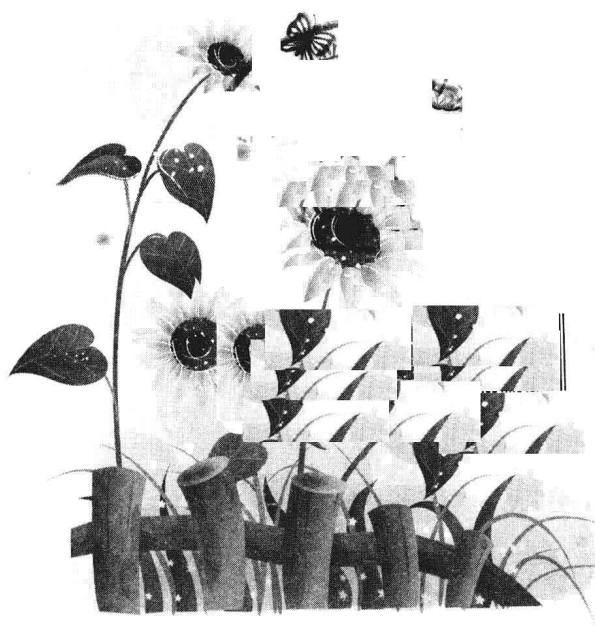
天津科学技术出版社



年轻人要懂点人情世故

Nian Qing Ren Yao Dong Dian Ren Qing Shi Gu

○ 赵幸幸 编著



天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

年轻人要懂点人情世故/赵幸幸编著. —天津:
天津科学技术出版社, 2011. 5

ISBN 978 - 7 - 5308 - 6350 - 3

I. ①年… II. ②赵… III. ①人生哲学 - 青年读物
IV. ①B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 086721 号

责任编辑:范朝辉 吴 颀

助理编辑:张翰东

责任印制:兰 毅

天津科学技术出版社出版

出版人:蔡 颀

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332390(编辑部) 23332393(发行部)

网址:www.tjkjbs.com.cn

新华书店经销

天津新华印刷三厂印刷

开本 710 × 1000 1/16 印张 15 字数 162 000

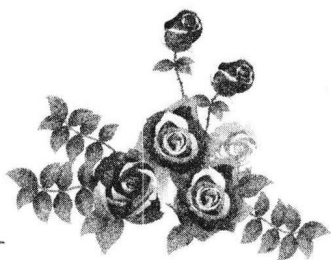
2011 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

定价:29.00 元



前言

Preface



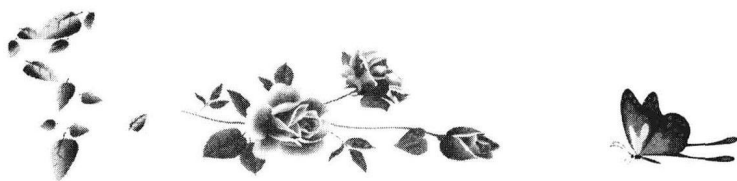
很多人经常说“人在江湖，身不由己”，即使是英雄侠士也会有很多的无奈，更何况是我们。社会就好比一个云波诡谲的江湖，当你不得不从无忧无虑的青葱岁月迈入必须自己担当一切的成熟时代时，你是否也会有这样的困扰：为什么有些人可以飞黄腾达，有些人却只能穷困潦倒？为什么有的人可以功成名就，有的人却只能一事无成？每个人都只有一个大脑，为什么彼此的境遇会有千差万别呢？究其原因，是否掌握人情世故是关键因素之一。通晓人情世故是为人处世的制胜法宝。

那些春风得意、事业有成的人，大多数都深谙为人处世之道。社会是纷繁复杂的，红尘中也有太多的诱惑，在虚伪的面具背后总会隐藏着太多的潜规则。人生其实就像是一场游戏，只有掌握了游戏规则的人，才可以在这场游戏中玩得痛快，才可以玩出自己想要的一切。正如凤凰卫视《铿锵三人行》的主

持人窦文涛所说：“在这个江湖里混，你得通晓人情世故，什么话能说，什么话不能说，什么话得这样说，什么话得那样说。不通人情世故，恐怕连活下去都很困难。”

做人，是一门学问；处世，是一种艺术。许多人穷尽一生也未必能看透其中的真谛，只能浑浑噩噩过其一生。通晓为人处世之智慧，并将它运用到自己的为人处世中，才能做最好的自己，才能成就自己的人生。我们生活在一个现实而无奈的社会，很多的人和事并不会按照我们自己的意愿出现，既然我们无法改变周遭的环境，就只有改变自己，让自己去适应环境，才不致时时为难、处处碰壁。

本书以通俗易懂的语言以及贴近生活的实例，全面阐述了年轻人如何做人、怎样处世的智慧与方法。它可以教会你如何塑造完美的形象，如何培养成熟的心态，如何锻炼得体的语言，怎样与人交际，怎样灵活处世，等等。通晓书中的人情世故经验，可助你在漫长的人生路途上，乘风破浪、披荆斩棘，到达成功的彼岸。





目 录

Contents

第 1 章 Chapter One

从仪表上过渡为成年人

注重外在形象，递好第一张“名片”/002

得体的举止能彰显气质/007

别让小动作破坏整体美/011

让包装起到画龙点睛的作用/015

借微笑说出自己的友善/019



第 2 章 Chapter Two

成人以后不可再“童言无忌”

称呼的运用须讲究/024



用幽默展现你的人格魅力/029

由衷的赞美能体现真诚/033

闲谈时不说长道短/038

玩笑开得要有水准/043

批评、指责他人要委婉/048

出口伤人不可取/052

多说无益，精简为妙/056

第 3 章 *Chapter Three*

尽快脱去孩子气，培养成熟心态

不以自我为中心，懂得感恩和付出/062

学会对自己的行为负责/067

积极的心态是成功的保证/071

懂得退让，不可事事逞强/076

不可过于虚荣与爱面子/080

认真对待别人的意见，不可固执己见/084

不与批评自己的人为敌/089

正确对待挫折，有一定的抗压能力/094



第 4 章 *Chapter Four*

快速形成招人爱的性格

以恰到好处的热情示人/100

分享让你收获更多/105

懂得如何演好“配角”/110

羞怯是与人交流的大障碍/114

面对他人的困难乐于伸出援手/119

理智对待他人的不理解/124

戴上“面具”，让内心更自由/129

得饶人处且饶人/134

第 5 章 *Chapter Five*

别再把朋友理解成“玩伴”

交友不因喜好，四海皆朋友/140

朋友之间贵在以诚相待/145

充分尊重朋友的自尊心/149

不吝惜对朋友的付出/154

朋友间的义气也要有原则做底线/159

善待对手，为自己创造先机/163



第6章 *Chapter Six*

因为年轻，更要从低处做起

低处做起，进步更快，坐得更稳/168

甩掉清高，随“俗”才能入“乡”/173

摆低身份不代表没有能力/177

放低姿态也要讲究方法/182

对不起眼的人也要谦恭有礼/187

与前辈交往不可自命不凡/192



第7章 *Chapter Seven*

灵活处世，不走极端

刚柔并济，学会在各种环境中生存/198

不宜事事“打破沙锅”/203

适当示弱，窘境不愁没人帮/208

偶尔吃点小亏也无妨/213

说话不可说绝，要为自己留下余地/218

即使拒绝，也要给对方铺好台阶/223

正视得与失，但不可患得患失/228



第 1 章

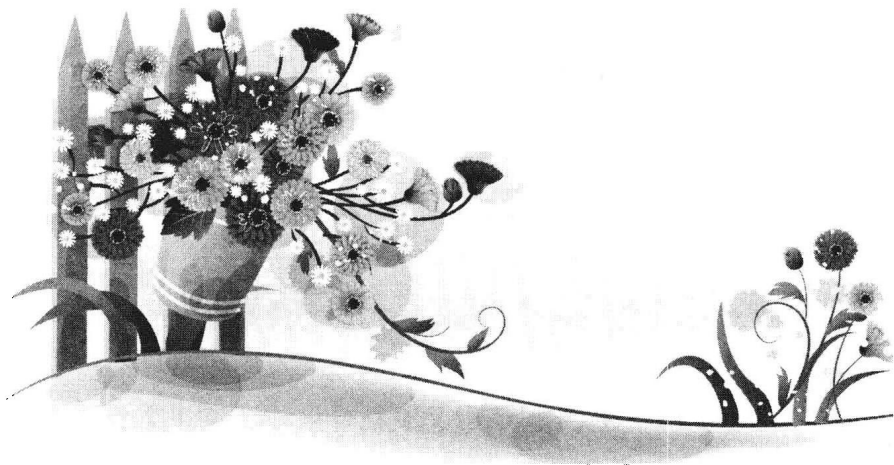


Chapter One



从仪表上过渡为成年人

良好的外在形象是机遇的敲门砖，是个人魅力与风采的展现。注重形象的塑造，不只是外在的穿衣打扮，还要注意举止的得体。懂得适当包装自己也是对别人的一种尊重，用微笑展示自信，递好与人交往的第一张“名片”。





注重外在形象，递好 第一张“名片”



美国人际关系学大师卡耐基曾说过：“良好的第一印象是登堂入室的门票。”一语说中外在形象的重要性。没错，一个人的外在形象，尤其是给人的第一印象就好比人的第一张“名片”，它的得体与否直接关系到以后与人交往的成败。

在人与人交往的过程中，初次见面留下的第一印象常常是十分强烈鲜明的，它会成为正式交往的重要背景，对以后的接触起着强烈的导向作用。因此，塑造良好的外在形象，给对方递好这第一张“名片”，显得至关重要。

一个人的外在形象包括仪表、神态、言谈举止等。外在形象的好坏首先突出表现在着装上。一个人的着装不但直接凸显他的外在形象，还在很大程度上体现出一个人的身份、地位、内涵甚至能力。尤其对于进入职场的人来说，身着合适的职业装束更为重要。如果一位大公司的秘书小姐身着休闲装来上班，肯定让人大跌眼镜；而如果一位医生不穿白大褂，衣服穿得随意又凌乱，说话还唾沫星子乱飞，你肯定不敢找他看病。这都说明，符合身份的得体着装才能让人产生信



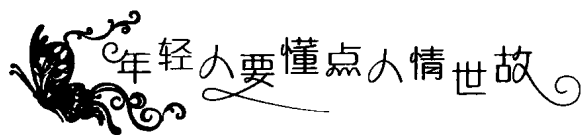
赖感和安全感，否则就会遭到质疑。

李倩是某师范大学三年级的学生，想在毕业之前找份家教工作锻炼一下自己的能力。她努力向好几个孩子的家长推荐自己，说自己专业课如何扎实，如何有耐心，如何懂得孩子的心理等，但最终没有一位家长敢把她请到家里。究其原因，就是因为她求职时的穿衣打扮太时尚前卫，不是穿着破了好几个洞的牛仔裤，就是扎着一束火红色的马尾辫，还化了浓浓的眼妆。哪位家长见了她，都不能把她与家教老师画等号，谁还敢让她给自己的孩子补课啊？其实，凭李倩的能力和热情，完全能胜任一份家教工作，只是她的装扮给她的能力大大打了折扣。

俗话说：“人靠衣装，马靠鞍。”在很多人眼中，衣着打扮体现着一个人的社会品味。很少会有人认为一个衣衫褴褛的乞丐满腹学识；相反，大部分人会认为一个衣冠楚楚的绅士有着深厚的教育背景。有时，衣装和谈吐的改变完全可以颠覆一个人的形象。在这点上，孙红雷新近主演的一部电影《窈窕绅士》给了我们颇有意思的诠释。

暴发户曾天高爱上了名模芳娜，但他穿衣随便，说话粗俗，上来就管人家要电话号码，请人家吃饭，不但把佳人吓得望而却步，甚至哇哇大叫。为了追到心上人，曾天高请一位公关经理来重新打造自己。经过一番精心包装，他不但穿上了绅士服装，学会了绅士礼仪，还练习了许多上流社会喜谈的话题。结果，在一个画展上，当包装成商业富豪的查尔斯（曾天高的洋名）对着达·芬奇的画侃侃而谈时，爱慕虚荣的芳娜早已认不出他，于是主动上来搭话，成为他的朋友。

从这部电影可以看出，打动佳人芳心的不是财大气粗，而是外在形象体现出的品味和地位。如果仅是一个暴发户，没有社会大众肯定



的外在形象和修养，那么只会让人避而远之。

良好的外在形象能促进良好的人际关系的建立和社交的成功。心理学家指出，人们普遍愿意接近那些衣着整洁大方、举止得体、气质高雅、精神面貌良好和谈吐真诚的人。你具备以上几点，才能给人留下美好的印象，才能让人接受你，喜欢你，进而与你建立友谊和信任。而有了彼此信任的桥梁的建立，你才能达到社交目的或商业合作目的。

在社会舞台上，不管什么人，都需要塑造一个良好的外在形象。尤其是二十几岁的年轻人，正面临求职或初入职场打拼，更需要注意这一点。因为多数面试考官都会从面试者的外在形象上去评判一个人是否有能力，如果你没能在第一时间给对方留下深刻的良好印象，那么你的简历很有可能会被弃之一旁了。所以，要想让别人肯定你，就必须注重自身形象的打磨。

众所周知，比尔·盖茨是微软王国的缔造者，他的才华和能力如今无人质疑。就是这样一位举足轻重的人物，当初在创造微软神话的时候，也是非常注重自己的外在形象的。

一次，比尔·盖茨将在拉斯维加斯发表一场主题为“信息在你的指尖上”的演讲。他自知演讲不是自己的强项，而为了突出自身的形象，取得大众的信服，使演讲产生更大的影响力和传播力，在演讲之前，他特意请了专业的演讲博士来为自己作演讲指导。这位专家经验丰富，曾帮助好几个电脑公司的高层经理克服演讲的恐惧。他从演讲词到手势、表情都为比尔·盖茨做了重新设计，他们在一起排练了十几个小时。而这次演讲，让所有熟悉盖茨的人都大吃一惊。那天比尔·盖茨一改往日慵懒随意的形象，身着一套昂贵的西装，以非常庄重的姿态站在演讲台上慷慨陈词。随后，“信息在你的指尖上”这场



演讲迅速传遍美国，取得巨大的成功，比尔·盖茨的个人魅力也迅速得到提升。

在塑造外在形象上，对于普通人来说，我们当然不能像比尔·盖茨或一些富翁那样，花大价钱来精心包装自己，但掌握必要的穿衣打扮技巧还是很容易的。比如，平日多看一些有关服饰的书和杂志，就可以慢慢找到适合自己的着装风格。天生丽质的幸运不是每个人都有的，而后天的仪表美却是每个人都可以去追求和塑造的。曾经担任美国总统礼仪顾问的威廉·索尔比说：“当你学会怎样包装你自己时，它就会给你带来优势。它是一种技能，是你能够学会的技能。”

一个人外在形象的好坏，直接关系到他社交活动的成败。塑造外在形象的关键就在于解决好形象的“焦点”问题：服饰和仪表是首先进入人们眼帘的，会在人们的心目中占有很大分量。穿衣得体，最基本的要求就是适合自己身份、符合交际场合。一个人穿衣的习惯，能让别人很准确地判断出他的审美观和性格特征。衣服样式过于老旧，会让人认为其刻板守旧；衣服样式太过超前，又会让人觉得其轻率固执、我行我素。这两种情况都会影响其在社交中的形象，进而影响人际交往。

尽管我们都不提倡以貌取人，要透过现象看本质，但在实际的人际交往中，我们当中的大多数人还是会犯以貌取人的错误。如果想要避免别人通过外貌对你下错误的定论，就要在平时注意自己的外在形象，尽量给别人留下良好的第一印象，只有这样才会为你争取到进一步展示自己能力的机会。

当然，一个人的外在形象并不仅仅包括着装，还包括言谈举止、表情姿势等能够反映人的内在品质的内容，即精神面貌，这就要求我们学会用恰当的身体语言和微笑拉近与周围人的距离。在日常生活中，我们要注意自我修炼，正视自己，不断学习和充实自己，适时展现自己的气质和风采，在不断的积累中打造自己独特的外在形象。



处世箴言



良好的外在形象不仅仅是取得一次面试成功或获得某一次机遇的敲门砖，还是铺垫漫漫人生路的必不可少的基石。它沉淀得越深厚，处于社会中的你立足越稳，越能在人生的舞台上挥洒自如，展现自己独特的个人魅力和风采。



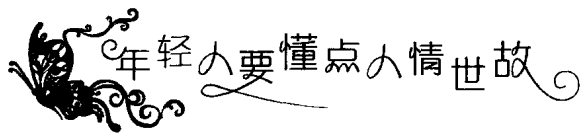


得体的举止能彰显气质

举止，是一种无声的语言。有位哲学家说过：“行为举止是心灵的外衣，它不仅反映一个人的外表，也可以反映一个人的品格和精神气质。”正因为行为举止能反映一个人的内在修养，所以它在人与人的交往中尤为重要。

气质是一个人内在修养的不自觉外露，能够通过日常的言行举止、待人接物等细节表现出来。气质不是天生就有的，而是后天培养出来的。当一个人以优雅的谈吐、大方的举止与你交往时，你也会有一种舒适、自然的感觉。

气质不是用华丽的衣服穿出来的，也不是用名贵的化妆品化出来的。有的人外表光鲜亮丽，却满口脏话；有的人美若天仙，却素质低下。尽管这些人留给别人的第一印象是美好的，但是随着交往的深入，了解的加深，他们不仅不会更加让人喜欢，反而会引起别人的反感。反之，有些人尽管衣着朴素、外表一般，但是其高雅的谈吐、优雅的举止总是会给人留下深刻的印象，并赢得别人的喜爱。这是因为前一类人只是注意了自己的外表，而忽略了内在的修养，只能是“金玉其外，败絮其中”；而后一类人则十分注重内在品质的培养，在举



手投足间展现出了自己的风度与气质。

言行举止是一个人精神面貌的体现，恰当的言行举止能够拉近人与人之间的距离，不恰当的表达和行为则会引起别人的反感。何谓“恰当”？意即得体、正确、自然，不可矫揉造作，不可过分夸张。

某公司在报纸上登广告，需要招聘一名经理助理。大约有二十几个人来公司面试，最终老板从中选择了一个男孩，这个男孩并不是最优秀的。有人问老板：“您为什么会选中他呢？他既不是别人推荐过来的，看起来也没有什么出众的地方。”老板说：“实际上，他带来了许多‘介绍信’。他在进门之前，先在门口蹭掉了鞋上带的土，进门后随手关门，这说明他做事仔细、小心；当他看到那个跛脚的老人时，立即起身让座，这说明他心地善良；进办公室之后，我让他坐下，他向我道谢之后才入座，说明他懂礼貌；我问他的几个问题，他都能回答得干脆、果断，说明他有丰富的学识。我故意将报纸扔到地上，其他应聘者不是直接从报纸上走过去，就是看到了也无动于衷，只有他俯身捡起报纸并将它放到桌上。而且，他的衣服虽然不是名牌，却十分整洁。他的头发整整齐齐，他的指甲干干净净。这样的一个人，他带来的‘介绍信’岂不更具权威性？”

培根说过：“人们的举止应当像他们的衣服，不可太紧或过于讲究，应当宽舒一点，便于工作和运动。”这就告诉我们，在日常的生活中，我们的一举一动、一言一行都要做到张弛有度。大凡成功人士，多是给人温文尔雅、文质彬彬的感觉，令人肃然起敬。事实上，这些得体、优雅的行为举止都是经过长期的自我培养、自我锻炼而成的。我们主要可从以下几个方面注意自己的举止。

(1) 注重个人卫生。良好的卫生习惯既是对自己的尊重，也是对他人的尊重。如果白衬衫领口、袖口变了颜色，头发太油以致分绺、