

Xinyoulingxi
yidian tong



- ★ 你为什么需要幽默沟通
- ★ 用幽默改变自己的沟通心态
- ★ 用幽默改变他人的沟通观念
- ★ 创造人际和谐的幽默沟通术
- ★ 赢得人心的幽默沟通术
- ★ 增添乐趣的幽默沟通术
- ★ 享受沟通

幽默沟通术

周蔚
宿春礼
编著

心有灵犀一点通



国社会出版社

心有灵犀一点通

——幽默沟通术

周 蔚 编著
宿春礼

中国社会出版社

图书在版编目(CIP)数据

心有灵犀一点通：幽默沟通术 / 周蔚 宿春礼编著 .

—北京：中国社会出版社，2004.5

ISBN 7-5087-0072-4

I. 心... II. 周 宿... 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(2004)第 030892 号

书 名：心有灵犀一点通——幽默沟通术

编 著：周 蔚 宿春礼

责任编辑：刁锦江 邹力新

插 图：王无骄

出版发行：中国社会出版社 邮政编码：100032

通联方法：北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电 话：66051698 传 真：66051713

欢迎读者拨打免费热线 **8008108114** 或

登录 **www.bj114.com.cn** 查询相关信息

经 销：各地新华书店

印刷装订：中国电影出版社印刷厂

开 本：889mm × 1194mm 1/32

印 张：8.375

字 数：100 千字

版 次：2004 年 5 月第 1 版

印 次：2004 年 5 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 7-5087-0072-4/C · 204

定 价：18.00 元

(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题,本社负责调换)

目 录

第一章 你为什么需要幽默沟通

一、你会遇到的沟通绝境 / 3



二、理想的沟通 / 10



三、幽默的沟通力 / 16



四、幽默沟通“内功”口诀 / 28



第二章 用幽默改变自己的沟通心态

一、沟通始于自我 / 46



二、认知自己的沟通心态 / 49



三、接受幽默需要智慧 / 53



四、自嘲：在沟通中实现自我的超越 / 61



五、建立用幽默进行沟通的习惯 / 73



第三章 用幽默改变他人的沟通观念

一、一千个沟通对象，一千种沟通 / 84



二、沟通的三个阻力 / 89



三、化阻力为助力 / 94



四、对五种人的幽默洗脑术 / 101



第四章 创造人际和谐的幽默沟通术

一、用幽默建立沟通的基调 / 117



二、用幽默调和沟通的氛围 / 126



三、用幽默应对沟通中的突发事件 / 135



第五章 赢得人心的幽默沟通术

一、获得好感的法则 / 158



二、如何使用接近语言 / 165



三、开疆拓土只需七个幽默 / 172



第六章 增添乐趣的幽默沟通术

一、看似成功的沟通失败 / 213



二、沟通中的趣味思考法 / 215



三、谐胜子座的个人场合 / 219



第七章 享受沟通

一、笑纹和思考能力的增加 / 238



二、保持理性的习惯 / 241



三、获得额外的机会 / 245



四、效率与和谐 / 250



五、幽默群落的优质生活 / 254



第一章

DI YI ZHANG

你为什么需要

NI WEI SHEN ME XU YAO

幽默沟通

YOU MO GOU TONG



我们每天都在进行着沟通。工作时,我们与同事沟通、与客户沟通;在家时,我们与父母沟通、与配偶沟通、与子女沟通;一般时候,我们会与朋友沟通,也可能与陌生人沟通。沟通在工作是否顺利、家庭是否和睦、做人是否成功等方面,都扮演着相当重要的角色,甚至可以说,人生的成败,完全取决于他对外沟通能力的强弱。

但是,如果你真正用心体味每一次与人的沟通,就会发现,完满的沟通是有难度的。我们常常会懊悔“当时为什么讲了那句话”,“当时怎么没想起该这么说”,“人家怎么讲得那么巧妙”,等等。这些懊恼、自责、羡慕是令人痛苦的,它让我们听到了一种声音:“你在交际上似乎有些无能!”

再看看那些让我们羡慕的家伙,他们有着同一种利器——逗人开心,让人轻松、释怀的幽默感!你需要它吗?他们多么光彩照人地活在众人的欢笑中。你如果感兴趣,可以研究他们成功的原因所在。你如果够聪明,也会在较短的时间内掌握并且娴熟地运用它。



一、你会遇到的沟通绝境

生活在同一个国度里的人,虽然沐浴着同样的文化熏陶,为人处事的方法却大不相同。有人热情、诚恳,有人冷漠、戒备;有人主动沟通,有人抗拒沟通;有人老实巴交,有人八面玲珑;有人顺从,有人叛逆……我们每天都要面对各种不同心态的人,即使不当交际家,也常常会因为与人打交道而产生各种麻烦。怎么办呢?有人声称应组建协调人际关系的第四产业。现在的欧美国家里,很多公关公司已经开拓了这项业务,他们可以为当事人排解各种各样的人际关系障碍,大到政府间的关系问题,小到家庭矛盾。在我国,除了催巨额欠款之外,恐怕尚无人花钱去解决各种纠纷,因为我们的交往意识和经济基础还比较薄弱。但是,他们曾遇到的种种沟通绝境,我们同样会遇到。



1. 人际疏离, 缺乏沟通

人际疏离与关爱日渐淡薄是一个时代症。社会发展会导致人际关系淡化, 主要表现在:

- 个人之间的心理距离变大

环绕在我们周围的现代化通讯设施越来越多, 从电话、电报到传真和E-mail, 从报纸、电台、杂志到“网络聊天室”, 人与人之间的交流越来越快捷、方便了。



但是,这些现代化的通讯方式也渐渐地隐去了语言所蕴含的丰富的情感,人们面对面交流的机会逐渐减少,从而越来越疏离了人们之间的亲密感情。许多人沉溺在虚拟的网络世界、动画世界、影视世界以及现代神话的世界里不能自拔,乃至不愿面对真实的世界,不愿走进现实的生活,甚至丧失了实际生活的能力。

● 交往频率下降

现代人太忙碌,事情太多,因此,很多邻里、同事,过着“鸡犬相闻,老死不相往来”的生活,见面不相识。正如美国1950年的畅销书《孤寂人群》中预言的:大众媒体的兴起,将引发社会疏离现象,未来社会将成为一个缺乏人际互动与人情的世界。上网成痴早已是一般美国民众的通病,因此他们和家人、朋友相处的时间也相对减少,网络族的社会互动能力有逐渐退化的趋势。同样,在我们国家,这种情况也开始普遍起来。

● 个人之间的关系不稳定

现代人自顾自的存在方式和生活习惯,使人际间的关系越来越疏离和脆弱,亲情的淡薄、友情的冷漠、爱情的变质,已经成为现代社会人际关系的十分突出的特征。

传统上那种田园诗画般的生活变成了充满激烈竞



争的紧张生活，人们在物质盛极却人际疏离的时代，很难体验到往日纯朴、浓烈的人情交际生活。疏离的人际关系使人们的孤独感越来越强。

2. 自视高贵的现代人，轻视沟通

有些人对与自己无关的人或事一概冷漠对待，甚至错误地认为言语尖刻、态度孤傲、自视清高就是自己的“个性”。结果是“水至清则无鱼”，不合群，不随和，甚至由于行为习惯上的某种怪癖使他人难以接受。这样就从心理上和行为上与他人产生了隔阂，结果自己将自己封闭起来，致使别人或者出于厌恶而不愿接受之，或者处于心理防范而疏远之。

3. 自卑之时，怯于沟通

患有交往恐惧症、多疑症和交往自大症的人，习惯于自己已有的交往圈子，经常会拒绝圈子外的人向自己伸出的“橄榄枝”。

他们常常把注意力集中于自己的不足：无论如何努力，也不可能做得更好。因此就放弃了努力，并常常指责自己，使得在人际交往中，总感到自己矮人一头，于是只



有关闭交往的大门,成为孤家寡人。



一个人如果陷入了自卑的泥潭,就总能找到一万个理由说自己如何如何不如别人。比如:我个子矮、我长得黑、我眼睛小、我不苗条、我嘴大、我有口音、我汗毛太多、我父母没地位、我学历太低、我职务不高、我受过处分、我有病乃至我不会吃西餐等等。由于自卑而焦虑,于是怯于沟通,从而影响了自己的成功,导致失败,即失败→自卑→焦虑→怯于沟通→失败,这就是自卑者的恶性循环。一个人如果陷入了自卑,在人际交往中除了封闭自己以外,往往可能会奴颜婢膝,低三下四。

