



BOOK4U Co., Ltd.

輕鬆成為 職場萬人迷

Manage A Successful
Social Relationship

人際往來的美麗與哀愁
令你又愛又恨又苦惱嗎？
有了這本職場任我行猜心術
對上、對下溝通均上手
左右逢源、如魚得水
包你人緣好得沒話說！



蘇昶威◆著

輕鬆成為 職場萬人迷

Manage A Successful
Social Relationship

蘇昶威 著



Preface 序文

◎在說「喜歡」或「討厭」之前，應重新好好認識對方

了解一個人，建立信賴關係，其實並不容易。

比如說，兩個人從相親相愛、熱戀到「我的眼中只有你」的程度，最後攜手步向紅毯的那一端。

一旦開始生活在一起，漸漸地就會發現對方意外的另一面……。

婚後，無數的人都會感嘆：「原來不是這樣的。」

俗話說得好：「結婚前要用兩隻眼睛看，婚後，要睜一隻眼、閉一隻眼。」

在選擇終身伴侶的人生大事上，即使竭盡全力「睜開兩隻眼睛仔細看」，也不可能完全了解對方的為人，何況是工作場所的人際關係，當然就更不容易了。

雖然每天都要和上司、同事、下屬打交道，但其實很多上班族的人際關係卻只是停留在靠一些制式「辭令」和偶爾聚一聚的程度上。

然而一天二十四小時至少有八小時不得不與那些與我們不太熟稔的人面對面，更確切地說，除去睡眠時間，實際上每天有一半時間都要與那些人相處在一



Manage A Successful Relationship

起。到底我們該用什麼態度去處理辦公室的人際關係呢？

在工作場合中，最重要的莫過於熟練、熱絡地互相交流；傷害對方、與同事吵架，會使得自己和周圍的人都不愉快。

你對同事的性格瞭如指掌嗎？在下結論說「喜歡」、「討厭」之前，應該要重新認識對方；或許雙方只是偶爾有些小小的不愉快，並不一定嚴重到非發展成勢不兩立的衝突場面。

充分地了解其他人和自己的性格，才能巧妙地拓展人際關係，這本書即是針對這一方面的經驗、知識進行一系列的研究和探討。

只要掌握了本書的原則，相信在職場環境中，你將擁有如魚得水的人際關係，也將成爲隨時隨地都能建立信賴關係的成功職場人。

Contents 目錄

第一章 職場往來沒煩惱

- 1 任何一種人際關係都是圓滿解決事情的「關鍵」…………… 002
 - 2 了解自己是改變的第一步…………… 009
 - 3 各種性格類型思變行動法…………… 012
 - 4 自信滿滿地走入職場…………… 025
 - 5 「下班後五小時」的迷思…………… 032
-
- ### 第二章 好同事？壞同事？——了解你的共事人
- 1 固若金湯般的默契由了解開始…………… 040



Manage A Successful Relationship

第三章 好上司？壞上司？〈老闆大檢測〉

- 2 原來他是這樣子的人…………… 043
 - 3 由日常交往了解對方的本性…………… 066
 - 4 由行事作風了解對方的本性…………… 075
 - 5 與同事的相處之道…………… 083
-
- 1 了解上司的個性…………… 094
 - 2 你的上司屬於哪一種？…………… 100
 - 3 上司話裡暗藏玄機？…………… 116
 - 4 僅有被上司「喜歡」或「疏遠」的差別…………… 131

Contents 目錄

第四章 新世紀領導觀——坐穩主管位

- 1 成功激發部屬的幹勁…………… 138
- 2 構築有生氣的人際關係…………… 146
- 3 你能提升部屬的能力嗎？…………… 156
- 4 贏得部屬的信賴…………… 164


第五章 輕鬆獲得好人緣

- 1 記清楚名字…………… 177
- 2 別對上司直呼其名…………… 179



Manage A Successful Relationship

- 3 參與辦公室的聚會..... 181
- 4 別在上司面前喝醉酒..... 183
- 5 送禮物..... 186
- 6 利用午餐時間建立人際網路..... 188
- 7 傾聽閒話..... 191
- 8 絕對不要背叛別人對你說的悄悄話..... 194
- 9 展現個人的獨特魅力..... 196
- 10 幽默感..... 200
- 11 讚美的藝術..... 206
- 12 挨罵的藝術..... 209
- 13 四處碰壁的上班族..... 215



Contents 目錄

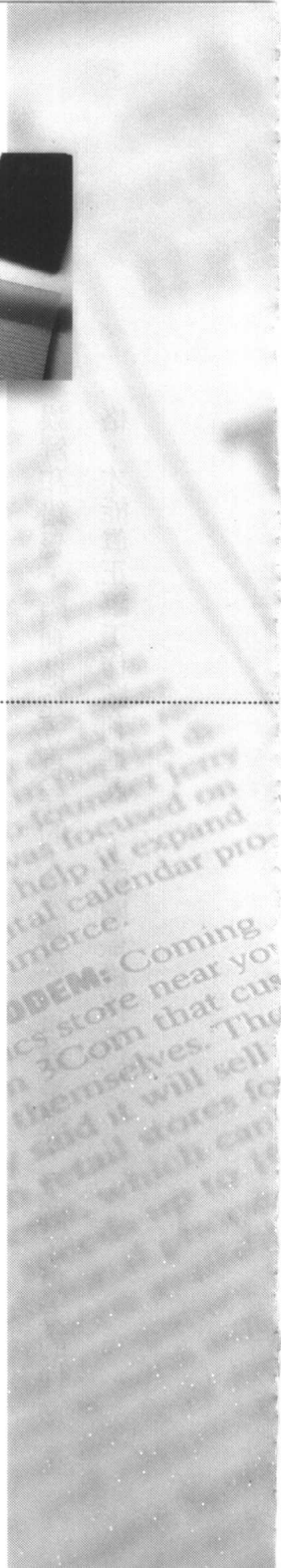
第六章 你應當小心哪些人？

- 1 操縱的人不會替人設想…………… 234
- 2 喜歡扮演悲劇角色的人…………… 237
- 3 誇張感情的人不宜與之深交…………… 240
- 4 不能決斷的人會逃避工作…………… 246
- 5 拘泥於面子的人對生存懷有恐懼…………… 250
- 6 自我顯示欲強的人謊言也多…………… 253



第一章

職場往來 沒煩惱



1 任何一種人際關係都是圓滿解決事情的「關鍵」

當人一旦感受到人際關係窒礙難行時，就會想盡辦法逃避。如果可以的話，總想與人保持一定的距離。

但是，如果只是心不甘情不願地，勉強保持距離，很容易產生不必要的誤會。

如果你能在工作場合積極地處理人際關係，你的生活會有什麼改變呢？爲了順利、愉快地工作，良好的人際關係是必要的。而且，工作有所成就的人，其共同的特質是：在公司內部廣結善緣，與周圍的同事彼此相互了解，培養出絕佳的合作默契，甚少被別人誤解。

因此，了解對方的性格，是踏出良好人際關係的第一步。站在了解對方性格的基礎上來進行交流，才是最重要的關鍵，可以避免不必要的誤解和錯覺，順利地建立良好的人際關係，也就是說，了解了對方的性格，才能真正讓工作順利進展、人際關係維持良好。



了解一個人，或許有些困難，但要抓住大致個性是可能的，這也是建立彼此信賴關係的先決條件。

下段將介紹克雷奇默進行的「體質心理學」研究，它把人的性格分成幾類，根據這些，從精神醫學的角度上，即可以判斷出哪一種人屬於哪一種類型，有了這方面的認知，對於改善人際關係將有所幫助。

首先，要了解對方和自己是屬於哪一種類型，從而避免不必要的誤會，或因表面上的判斷而產生人際關係上的糾紛或誤解。

所以，了解自己也很重要。如果你能不經意看到對方性格中令人討厭的一面，或許是因為自己的性格與之相似的緣故。

了解自己的性格，並不是特別難的事情，只要在各種類型的性格當中，一一找出與自己相符合的，自己性格的類型即會漸漸鮮明。

那麼，要了解對方的性格，應該從何做起呢？

首先，要會觀察別人。

實際上，觀察力遲鈍或敏銳也屬於一個人性格的一部分。無論是多

麼複雜的人際關係，對於極端遲鈍的人而言，是根本不會感到厭煩的，因為他們認為別人的事無論如何都事不關己。

除此以外的人，雖然在敏銳度上所有差異，但一般的觀察能力是有的。正如「借鑑他人，矯正自己」。

如能做到借鑑他人，矯正自己，就是邁出了建立良好人際關係的第一步。

◎克雷奇默的五種「性格分析」

以下先大致分類說明人類的性格傾向。

根據克雷奇默（德國精神病醫學家、心理學家）的研究，人類的性格可以分為五大類型，各種類型特徵如下：

- ▼自閉性傾向較強的人——
- 性格靦腆，不喜歡拋頭露面
- 行事認真、不善於開玩笑



- 有異於常人的孤僻舉止

- 偏離實際、重理想、憧憬未來

- 對他人之事漠然置之，我行我素

▼外向性傾向較強的人——

- 好交際、樂於助人

- 直率、活潑開朗

- 杞人憂天，有時會悶悶不樂

- 不受限於過去，能勇於面對現實

- 熱中於被委託之事，對自己的事卻滿不在乎

▼執著性傾向較強的人——

- 堅忍不拔、易熱中於某事

- 一絲不苟、不喜歡拖泥帶水

- 有時會無緣無故鬧情緒

- 忍耐力強，但忍無可忍時仍會爆發

●彬彬有禮，但有時顯得呆板、拘束，過於憨直

▼自我表現性傾向較強的人——

●好打扮、趕時髦

●見風轉舵，毫無主見

●易沉溺於空想

●追求能力所不及之事的傾向較強

●羨慕別人、易嫉妒、易後悔

▼神經質傾向較強的人——

●對自己所做的事沒有信心

●過於關心自己的身體狀況

●對於自己在意的事，朝思暮想

●對於微不足道的事很敏感

●與人應對謹慎小心，很在意流言蜚語

以上是五種類型的代表性特徵。但在現實社會裡，屬於神經質類型



的人，並不一定完全符合上述所有特徵，有時是三種特徵符合神經質類型，另外兩種卻更符合自閉性或執著性的特徵。

也就是說，幾種傾向按各種比例混為一體，其中最強的傾向就顯示出了一個人的性格。

文末將列出克雷奇默的性格檢查表，由測試可知，任何一個人都同時擁有五種性格類型中的某幾種性格，就算「神經質」類型的特徵明顯，也不見得是百分之百的神經質。更確切地說，現實生活裡並沒有哪種人是絕對的哪種類型，或許「外向性的人」在某種情況下也會表現出任意妄為、「執著性」的一面。也許正是這種非一般方法所能了解的部份，就是了解一個人的難度所在。以上即是克雷奇默「性格分析」的基本內容。

現在，希望讀者們把上述要點記在心上，繼續閱讀以下文章。其中舞台就是你的公司，登場人物有上司、部屬、同事，所舉之例也都是在大家生活周遭經常會發生的、想像得到的情況。

〔讓你的性格一目瞭然～克雷奇默的性格檢查表〕

在以下項目中，找出符合你個性的項目，和大致符合的項目，分別以◎和○代表，不適合自己個性的不須做記號。

1. 性格靦腆，不喜歡拋頭露面
2. 行事認真、不善於開玩笑
3. 有異於常人的孤僻舉止
4. 偏離實際、重理想、憧憬未來
5. 對他人之事漠然置之，我行我素
6. 好交際、樂於助人
7. 直率、活潑開朗
8. 杞人憂天，有時會悶悶不樂
9. 不受限於過去，能勇於面對現實
10. 熱中於被委託之事，對自己的事卻滿不在乎
11. 堅忍不拔、易熱中於某事
12. 一絲不苟、不喜歡拖泥帶水
13. 有時會無緣無故鬧情緒
14. 忍耐力強，但忍無可忍時仍會爆發
15. 彬彬有禮，但有時顯得呆板、拘束過於憨直
16. 好打扮、趕時髦
17. 見風轉舵，毫無主見
18. 易沉溺於空想
19. 追求能力所不及之事的傾向較強
20. 羨慕別人、易嫉妒、易後悔
21. 對自己所做的事沒有信心
22. 過於關心自己的身體狀況
23. 對於自己在意的事，朝思暮想
24. 對於微不足道的事很敏感
25. 與人應對謹慎小心，很在意流言蜚語

請在畫◎的序號右邊塗黑兩個格子，畫○的則塗黑一個格子。按塗黑的格數，判斷你的性格傾向。如果一種性格的塗黑數超過六格，則表明在你身上此種性格最明顯。

自閉性性格	21	16	11	6	1																			
外向性性格	22	17	12	7	2																			
執著性性格	23	18	13	8	3																			
自我表現性格	24	19	14	9	4																			
神經質性格	25	20	15	10	5																			

