

最新版

孙 朦◎编著

**融入社会的金玉良言
做人做事的智慧宝典**

画家郑板桥先生曾这样慨叹：

“世道不同，话到嘴边留半句；人心难测，
事当行处再三思。”

只有读懂人心，才能圆通处世。正所谓：
耳要聪，目要明，行要稳，心要静。

卡耐基

教你处人情懂世故的
——堂课

中国文史出版社

卡耐基

教你处人情懂世故的
18堂课

孙 朦◎编著

中国文史出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

卡耐基教你处人情懂世故的 18 堂课 / 孙朦编著. --
北京: 中国文史出版社, 2013. 6

ISBN 978-7-5034-4041-0

I. ①卡… II. ①孙… III. ①人生哲学 - 通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 115469 号

责任编辑: 詹红旗

封面设计: 昇昇设计

出版发行: 中国文史出版社

网 址: www.wenshipress.com

社 址: 北京市西城区太平桥大街 23 号 邮编: 100811

电 话: 010-66173572 66168268 66192736 (发行部)

传 真: 010-66192703

印 装: 北京毅峰迅捷印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张: 23.5

字 数: 230 千字

版 次: 2013 年 10 月北京第 1 版

印 次: 2013 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 39.80 元

文史版图书, 版权所有, 侵权必究。

文史版图书, 印装错误可与发行部联系退换。

前言

戴尔·卡耐基(Dale Carnegie, 1888-1955),被誉为“美国现代成人教育之父”、“20世纪最伟大的心灵导师和成功学大师”。

卡耐基一生致力于人性问题的研究,运用心理学和社会学知识,对人类共同的心理特点进行探索和分析,开创出一种独特的融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的成人教育方式。接受卡耐基教育思想的有社会各界人士,其中不乏军政要员,甚至还有几位美国总统。千千万万的人获益于卡耐基的教育。

卡耐基认为:人生没有平坦的大道,处世不能全凭自己的意愿。“径行窄处,留一步与人行;滋味浓时,减三分让人尝。”人们虽然同处人类大家庭,同是一个太阳照,但活的滋味不同,社会地位迥异:有的人媚上有道,因而被赏识,被重用;有的人恃才傲物,自以为清高,然而英雄却无用武之地,才华被埋没于荒冢之中;有的人举止潇洒,谈笑风生,樽俎之间,交接从容自若;有的人心急神痴,鼎力而行,求神拜佛,终难得其所欲。所以然其何?处世道行不同而已。

的确,做人的成功与否,是我们评价一个人的重要指标。有的时候,你做事可以差一点儿——事情做得不够好,我们总可以吸取

教训再来,别人也易于给你机会。但是,一旦被人认为做人有问题,麻烦就大了。因为在这个世界上,要想和某人来往或合作,他有没有钱、做多大的事业:有多大的能耐都不重要,首先看的是他做人怎么样。如果说人不错,那么以后的事情肯定也差不了;否则,就会让人退避三舍、敬而远之。

为此,卡耐基主张,做人先做事,只要我们做足人情世故这门“功课”,就能够在现实生活中占得上风,抢得先机,使自己的人生和事业左右逢源,一马平川。

当今社会,做人难,处世也难。这是很多不谙世事者的无奈感叹!生活也好,职场也罢,还有家庭婚姻等等,无不要求我们学会处人情懂世故。当然,我们读卡耐基,并不仅仅为了找一些名言警句,然后当成自己的座右铭摆在书桌上,也不是急功近利地想明天就腰缠万贯。我们的目的在于,当迷茫失落时,从卡耐基的经验中获取前进的力量;在无力无助时,从卡耐基的智慧中学习圆通之道。从而让我们在生活至关重要的时刻,作好抉择,少走弯路,获得幸福的人生。

本书大量吸收了卡耐基关于做人处事的见解和观点。全书语言流畅,故事新颖,立论准确。通过对人性弱点的剖析,洞察为人处世的奥秘,告诉读者怎样获得人生与事业的成功与快乐。

目 录

第一堂课

让别人快速喜欢你

一个人若想要在社会上立足,想要获得幸福,那么就必须要拥有好的人缘、人脉、人气,能在最快时间里受人欢迎、讨人喜欢,才能更快地实现事业、情感以及人生的成功。

记住别人的名字 / 2

将微笑带给他人 / 5

要懂得尊重他人 / 7

人际交往要懂得“投其所好” / 10

勇于认错,别人才敢靠近你 / 13

友善待人更能赢得好感 / 16

你谦虚,别人就会喜欢你 / 19

第二堂课

读懂人性,熟练掌握人际脉搏

人际交往离不开心理的碰撞,犀利洞察和快速判断对方动机,

并不露痕迹地运用心理策略。就能明白对方的心思、操纵他人、掌控局面寻找应对的方法,这是为人处世必须掌握的要领之一。

亲密“有”间才能不受到伤害 / 24

怎样看待别人的“过河拆桥” / 27

笑脸背后的奥秘 / 30

善倾听才能懂得他人的言外之意 / 33

要分清真心话和场面话 / 36

谁都渴望被赞美 / 38

示弱,更能获得别人的同情 / 41

第三堂课

良药苦口,不伤感情

人人都有爱面子的心理,如果别人犯了错误而不自知,我们要讲究方法,委婉地指出。交往中要学会理解和尊重他人,不要无事争三分。这样我们才能获得人家的信任,达到说服别人的目的,这是人际交往中理当掌握的技巧。

把批评融入赞美之中 / 46

送他人一个好的名声 / 48

别让对方丢了面子 / 51

巧妙的指正对方的错误 / 54

少用命令语气,多用征询口吻 / 57

要清楚对方的诉求 / 59

远离无谓的争辩 / 62

第四堂课

大智若愚,谦和低调

人生在世,凡欲成事者必须要宽容于人,进而为人们所悦纳、所赞赏、钦佩,所以必须谦和,必须低调,这才是一个人立世的根基。只有这样,才能暗蓄力量、悄然潜行,在不显山不露水中成就事业;才能于卑微时豁达大度,于显赫时持盈若亏,不狂不躁。

懂得低头就懂得抬头 / 66

谦逊,是一个人品行的最好体现 / 69

做人不可锋芒太露 / 72

大智若愚,千万别当出头鸟 / 75

不彰显富贵 / 78

低调绝非低人一等 / 80

低调但不低迷 / 82

第五堂课

凡事要抓重点讲时效

卡耐基的为人处世理论强调:我们生活在突飞猛进的现代社会中,每个人都可能会遇到各种各样的人和事。这就要求我们在处理纷乱的事务时,抓住重点,讲究实效。无论你是什么身份,上级也好,下级也罢,莫不如此。

改变自己是适应环境的关键所在 / 86

学会抓住事情的关键点 / 89

发挥强项,做自己最擅长的事 / 92

做事要讲时效 / 95

善抓重点,敢于授权 / 97

看准时机再行动 / 100

第六堂课

主动吃亏反是福

聪明的人敢于吃亏,睿智的人善于吃亏。能够吃亏的人,往往是一生平安,幸福坦然。不能吃亏的人,势必遭受灾难。任何人都是在不断地吃亏中成长和成熟起来的,我们应该明白:只有学会了“吃亏”,你才能真正地踏上成功之路。

做人要懂得宽容和“吃亏” / 104

把“正确”的“荣誉”让给别人 / 107

吃亏是一种隐性投资 / 110

把自己当成别人 / 112

让别人感到自己很重要 / 115

“糊涂”是一种境界 / 118

第七堂课

心怀善念,懂得感恩

常言道:滴水之恩,当涌泉相报。心怀善念,懂得感恩,是一个
人应具备的起码心理素质,只有具备了宽容与谅解之心,懂得了感
恩与回报,我们才能对他人,对社会,对组织负起责任,也才能更好
地发展自己,成就更加辉煌的未来。

尊重他人,心怀感恩 / 122

懂得感恩,多思回报 / 124

勿以善小而不为 / 127

得饶人处且饶人 / 129

有善心就能知错改错 / 132

不是人人都会知恩图报 / 135

宽容,更能赢得信任 / 138

第八堂课

谨慎交友,真诚合作

俗话说:近朱者赤,近墨者黑。交上益友,一生幸福;交上损
友,一生祸害。因此,不管你是身在社会还是职场,我们都离不开
别人的“搀扶”。只有真诚合作,才能获得成功,进而赢得圆满无憾
的人生!

交友要有选择 / 142

警惕身边的损友 / 144

把握与异性交往的分寸 / 148

重视团队的力量 / 150

正确理解竞争与合作 / 153

要懂得诚信待人 / 156

换位思考是交往合作的第一步 / 159

第九堂课

目标明确,处事练达

生在变幻莫测的现代社会中,我们为人处世必须明确目标与方向。同时还要懂得处事练达。尽量使我们的工作符合我们的价值观,适合我们的个性与气质,并能让我们看到期望,从而更快的获得成功。

处事要明确自己的目标 / 164

选定一个目标心无旁骛 / 166

尽职尽责才能尽善尽美 / 169

处事练达,注重细节 / 172

天才也需要勤奋 / 175

机缘的重点在人缘 / 177

在默默无闻中坚持 / 180

第十堂课

告别孤独,走出忧虑

卡耐基指出,在生活中,不管遇到怎样的困难和挫折,都要学会控制自己的情感,不要孤独,更不要忧虑,因为孤独和忧虑会导致你睡眠质量下降,身体不再健康。此外,孤独和忧虑是幸福人生的破坏者。如果人们想要获得幸福的人生,就要懂得告别孤独,走出忧虑。

学会孤独的困扰 / 184

忧虑是健康的大敌 / 186

不为小事垂头丧气 / 189

接受不可避免的现实 / 192

忘掉过去才能拥有未来 / 195

让忙碌驱除你的忧虑 / 198

摒弃担忧活在今天 / 201

第十一堂课

提升素质,充满自信

卡耐基的为人处世理论告诉我们,人生充满艰辛,无论是谁,要想在社会上立足,都必须在困境中,勇于承担责任,不断地提升自我,充满自信,保持高昂的进取心。才能逐步的克服人性的弱点并使自己尽快成熟起来,获得人生的成功。

- 要懂得欣赏自己 / 206
 - 行动是成功的保证 / 209
 - 敢于承担责任 / 212
 - 做事要有主见 / 215
- 信念是成功的脊梁 / 218
 - 拥有一张独一无二的个性名片 / 221
 - 人可以平凡但不能平庸 / 224

第十二堂课

积蓄活力,学会减压

现代社会,人们都承受着来自各方面的压力。因此,学会减压,学会积蓄活力,让自己保持良好的工作与生活状态,成为我们必须面临的问题。卡耐基认为,只有懂得放松自己,注意休息,告别疲劳,适时宣泄情绪。才能获得幸福,取得成功。

- 培养良好的工作习惯 / 228
 - 休息好效率高 / 231
 - 学会放松,告别疲劳 / 234
 - 烦闷是带来压力的罪魁祸首 / 237
- 让我们来做运动 / 240
 - 摆脱人际关系紧张带来的压力 / 242
 - 放宽心情,张弛有度 / 245

第十三堂课

远离恐惧,尽情挥洒演讲魅力

演讲是一门艺术,更是人际交往的重要手段。一个出色的演讲者,往往能通过演讲,尽情的展示出自己的人格魅力,迅速拉近与别人之间的感情,并获得他人的钦佩和喜爱。因此,克服恐惧,掌握技巧,便成为我们在大众面前语惊四座的首要任务。

恐惧演讲,克服心理障碍很关键 / 250

演讲语言要流畅 / 253

做好演讲前的准备工作 / 255

合理利用演讲时的互动 / 259

演讲中的“煽情”技巧 / 262

如何避免冷场 / 264

如何使演讲的结尾更精彩 / 267

第十四堂课

为人处世莫犯忌

人,总有忌讳。因此,我们与人说话,和朋友交往,与大家共事……最好不要犯人之忌讳,否则,你不懂分寸,说话冒失,举止失体,就会让人讨厌,时时难过,事事难为,处处碰壁。

背后不论人家的是非 / 272

揭人“伤疤”不可取 / 275

做人不可夸夸其谈 / 278

不要伤害别人的自尊 / 281

不要开过火的玩笑 / 284

做人不可言而无信 / 288

第十五堂课

人生不必太计较

常言道：人生不如意者十之八九。面对挫折、苦难，我们应保持一份豁达。正如卡耐基所说：身边逆境的人们，不要被逆流的漩涡所吞没，要逆流而进，知难而上，克服重重困难，变不利为有利，最终会走向成功之道。

计较少，苦难就少 / 292

做人，何必斤斤计较 / 294

学会妥协，善于取舍 / 297

缺憾也是一种美 / 300

莫让生活的压力赶走快乐 / 302

其实，没有谁会在意你 / 305

第十六堂课

能屈能伸才会受人尊敬

卡耐基认为，做人要懂得能屈能伸，身处低潮、逆境善用“屈”

的智慧。但只知道“屈”而不知道“伸”，同样也是不正常的，这样会失去自持自重造成卑躬屈膝，必定会让别人轻视。所以，一个人当直则直、当屈则屈，能够屈伸自如，这才是理想的处世之道。

不可处处显示精明 / 310

别在“老虎”面前充大王 / 312

不可死要面子活受罪 / 315

有时要学会说“不” / 317

别为打翻了的牛奶哭泣 / 320

长得漂亮不如活得漂亮 / 323

第十七堂课

拒绝浮躁，舍得名利

古人云：“浮者，根基不牢也；躁者，耐性不足也。”可见，浮躁是一种让人无所适从的生活状态。它使人对虚荣、利益按捺不住，使人迷失方向。而舍是一种智慧，得是一种勇气，无贪的培养是解决人们心灵所有烦恼的强大力量。

做人不可太浮躁 / 328

别当一毛不拔的“铁公鸡” / 330

欲望太多会造成心理贫穷 / 333

别为名利所困 / 335

不做金钱的奴隶 / 338

不要入不敷出 / 341

第十八堂课

互敬互爱才能获得幸福

婚姻是家庭成立的基础和标志,家庭是社会的基本功能细胞,是个人生长的人生摇篮,稳定和谐的婚姻关系有助于家庭发挥正常功能。夫妻之间应该相互尊重、信任、体谅和宽容,这是爱情和婚姻成功的重要因素。

对家人殷勤而有礼貌 / 346

妥善处理夫妻间的职业冲突 / 349

不要随意批评家人 / 351

真诚地欣赏对方 / 354

多从小事上关注她 / 357