

目 录

1. 男性求职须知

- (1)仪表:面试的通行证..... (2)
- (2)学会倾听,受益无穷..... (4)
- (3)一定要注意你的眼神 (5)
- (4)先让求职信说话 (9)
- (5)面试的革命..... (11)
- (6)在雇主面前闪亮出场..... (21)
- (7)怎样留下良好的面谈印象..... (24)

2. 怎样做个好的男上司

- (1)怎样对待女下属..... (32)
- (2)男主管的惩罚艺术..... (35)
- (3)男主管如何征服下属..... (37)
- (4)男主管的管理资本:有容天下之量 (44)
- (5)男主管指责下属的十忌..... (51)
- (6)男主管如何对下属进行情感投资..... (66)

3. 职场男性的说话艺术

- (1)男人之间的相互赞美..... (71)

(2)男性与女性的语言特点分析.....	(85)
(3)男人怎样掷地有声.....	(90)
(4)男人说话要注意些什么.....	(92)
(5)让赞美的珍珠撒满女性的心房.....	(95)
生日时候的意外惊喜.....	(104)
你的妻子一枝花.....	(107)
当个哑巴.....	(110)

4. 怎样做个现代绅士

(1)尽显绅士风度	(114)
(2)如何赢得女人缘	(133)
(3)现代绅士怎样做	(134)
(4)现代绅士的基本特征	(139)

5. 职场男性如何处理好同事关系

(1)职场男性如何与女同事打交道	(146)
(2)办公室男女职员的一般性格特征	(155)
(3)异性喜爱什么样的人	(156)
(4)异性讨厌什么样的人	(158)
(5)妥当处理异性之间争执的 5 项原则	(159)
(6)怎样和这几种职场男人打交道	(161)
(7)职场男性和上司相处注意事项	(165)

6. 成功男人如何穿着

- (1)男子办事时的着装艺术 (172)
- (2)整洁的男人更可亲 (181)
- (4)男性表现个人 CI 的服饰 (185)

7. 怎样做个成功的社交男人

- (1)男人怎样做社交场上的活跃人物 (199)
- (2)男人应酬应注意的几种说话方式 (201)
- (3)"再见" 的情绪把握 (213)
- (4)忌流露不平等情感 (215)
- (5)幽默男人最可爱 (216)
- (6)成功男人的交友之道 (220)
- (7)男人酒桌上的艺术 (225)

1. 男性求职须知

(1)仪表:面试的通行证

我们往往与人初次见面时,都会在不知不觉中给对方造成"此人很不友善","此人很直爽"之类的印象。这是拿对方跟自己的经验相对照,并以其体格、外貌、服装等为基准,对对方产生的一种观念。如果给对方的第一印象有所错觉的话,就很难修正自我的第一印象。即使能修正过来,也要花费很长时间,很大力气。

举止潇洒,神采奕奕,洋溢着生命的活力,令人俗虑俱消,使人相形见绌,被你的非同凡响的气度所吸引。

风度乃气质的外在表现,它比清秀的面目更具有魅力。外形的模仿很难奏效,因为它是一种精神上高度的洒脱、自由,无拘无束,无视人间烦恼、俗气。

万般形态,皆成性格。热情大方、泼辣干练、敏捷潇洒等,都是风度,不必强装风雅、文静、温柔、羞涩。只要有一个中心,真实、自然、谐调,就是风格,都可形成风度。表现适度,潇洒自如,都可取得迷人的风采。

一个人的"第一印象"是非常重要的,别人对你,或你对别人都是如此。第一印象不好的话,如要挽回,就要做很大的努力。因此,在与同事初次接触中必须注重这点。

初到一个新环境,人人都有紧张、陌生之感,只要抓住人人都注重先人为主这个特点,从一开始就树立良好的第一印象这一策略入手,保证你万事如意。

你和同事萍水相逢,互不了解,而你的外在形象首先毫不客气地作为第一信号打入了对方的眼底。机敏的人会在这一

瞬间凭着心理定势给你对号、打分。而且这种自我经验又极其固执,人们的特点是最相信自己的最初判断。有的人费尽心机,却一辈子老不景气;有的人办什么事都那样得心应手,物顺人从,似乎鸿运天降。其中的奥秘就在于其人的整体"形象"起了举足轻重的作用。

在社会交往中始终保持旺盛的精力,饱满的热情,大方自然的精神,是优化个人形象的重要因素。与人交往,神采奕奕,精力充沛,显得富有自信力,便能激发对方的交往热情,活跃交往氛围。如果是萎靡不振,无精打采,则显得敷衍冷漠,使对方感到兴味索然乃至不快。一个精神饱满、大方自然的人往往会给人留下自信、乐观、进取和对生活充满热情的印象。神情倦怠、涣散或者表现出紧张局促、手足无措,都会给人留下缺乏社交经验、不成熟、不专注、看不起人的印象。所以,在社会交往中始终以极大的热情关注对方,对他所感兴趣的东西感兴趣,并随对方的言谈举止做出自然得体的反应。也就是说,想要别人喜欢自己,自己要先喜欢别人;要吸引对方的注意,先要注意对方。

一个人风度翩翩,俊逸潇洒,就能产生使人乐于交往的魅力。不修边幅、肮脏、邋遢的人不会吸引他人的注意。英国哲人约翰·洛克说:"礼仪的目的与作用使得本来的顽梗变柔顺,使人们的气质变温和,使他敬重别人,和别人合得来。"衣着服饰能反映一个人的审美情趣和修养。如果一个人的服饰能与自己的气质、职业一致,与自己的形体、年龄协调,与当时的气氛和场合相符,那么,这个人一定会显得更潇洒倜傥,更引人注目。

人的仪态、表情和风度全面地反映了一个人的素质、受教

育的程度及能够被人信任的程度。一个人举止端庄文雅，落落大方，就能给人以深刻良好的印象。哲学家培根有句名言："相貌的美高于色泽的美，而秀雅合适的动作美又高于相貌的美。这是美的精华。"仪表是展示自己才华和修养的重要外在形态，优雅的仪表，能够帮助一个人得到良好的社会声誉。我们应该随时随地注意自己的仪表。

(2) 学会倾听，受益无穷

有位经理到大学去招聘职员，他对二十多名大学生进行了反复核查，从中挑选出三名学生进行最后面试。其中前两位大学生在经理面前夸夸其谈，声称自己的能力如何高、如何强，并提出一大堆的建议和设想、最后这位学生则与他们相反，在面试时，一直耐心倾听经理的见解和要求，很少插嘴，只有当经理询问时，他才很简练地回答。在面试结束时，他委婉地说："我将注意您的要求，也非常赞同您的见解。如果我不能被录用的话，还望您今后多多予以指导。"三天后，这位善于倾听的大学生接到了录用通知。

当然，在求职就业中，也不能只是被动地倾听，适当时机也要有所表白。但表白不能以"我"为中心，以"我"为主题，而是要以对方为中心，比如"我很同意您提出的要求"，"我能为您公司做些什么"，"我很愿意为您工作"，"我会努力与您合作"，"我很重视您的见解"等等。

一个出身于高干家庭的学生，他到一家普通公司去面试，在介绍自己时说："我的父亲是高干，但他对我十分严格，家中虽有保姆，从来不让保姆给我做我自己能干的活，而让我自己

动手做,所以我虽然是在这个环境中长大的,但是什么事情都由自己做,也从不依赖父亲的职权。因此,到你们公司去,你们那儿的活,我都能干……"结果他获得了那份工作。

这位学生在求职时就是根据自己家庭优越于普通家庭的特点,而这特点又很容易引起用人单位的误解,在介绍自己时,尊重对方选择让对方乐于接受的观点,与对方保持观点的一致性和相同点,消除对方疑虑,缩短与对方在心理上造成的差距。

我们要学会做一个有耐心的听众,并且把你对他的尊重和诚意表现在脸上。在工作中,最大的错误就是高谈阔论,自我表白,"我"字不离口:"我想担任这个职务,因为我有足够的把握和能力","我的设想是……","我的需要是……",他们普遍缺少倾听的耐心,对别人说些什么很少认真地去听,而是只忙于考虑接上来说的话。由于无暇倾听,终使得他们不得要领被别人拒之门外,失去一次次机会而不自知。

(3)一定要注意你的眼神

"眼是心灵之窗",眼的奥秘在于它会毫无保留地反映出人的喜、怒、哀、乐,反映人的思维活动。

所以说,从一个人的眼睛中,通常能看到他的整个内心世界。

一个良好的个人形象,目光是坦然、亲切、和蔼、有神的。特别是在与人交谈时,目光应该注视对方,不应该躲闪或者游移不定。在整个谈话过程中,目光要注意对方,专心、温和、充满热情。

人际交往中诸如疲倦、冰冷、呆滞、漠然、轻蔑、惊慌、敌视、左顾右盼的目光都是应该避免的，更不要对人上下打量，挤眉弄眼。

还有一种眼神叫“凝视”。

各种凝视都有不同的作用。在洽谈、磋商、谈判等场合，凝视对方给人一种严肃、认真的感觉。注视的位置在对方双眼或双眼与额头之间的区域。各种社交场合使用的注视方式也是一种凝视，注视的位置在对方唇心到双眼之间的三角区域。亲密凝视是亲人之间、恋人之间、家庭成员之间使用的注视方式。凝视的位置在对方双眼到胸之间。

有一位女记者在对男性做采访时，常有这种体验：对注视她的男性要比不注视她的男性更有好感。而且经过在面试时候的测验，也表明如何选择候选人与是否注视着主考人有着很大的关系。注视，或是看一个人，在心理学中被称为“视线接触”。这种视线接触越频繁，对方也越会产生好感。我们应该学会被对方注视。把自己和对方换一个位置的话就会明白。如果是讨厌的人，也不会想去看他一眼。

相反，如果是自己喜欢的人，就会总去盯着他看。所以注视着你的人，也对你抱有一定的好感。用温柔的、亲切的目光注视对方的话，对方也会产生他为什么这样看着这里呢？“有机会的话，和他聊聊看广之类的想法。如果遇到了你喜欢的人，先从注视他开始。

社交中一双真诚而热情的眼睛能够拉近双方的心理距离。眼睛会说人们内心深处话，它表明了你对人家的好感。充满善意的眼睛不一定是一双美丽的大眼睛，但只要真诚，同样可以赢得人们的好感，让人难忘。

有人说"眼斜心不正",其实不准确,应该说"眼邪心不正"。心术不正的人不光是喜欢斜视,而是"邪"视,就是眼神中透出邪恶的光。

孟子说过,看人胸中正与不正,要看他的"眸子",正直的人眼光是光明坦然的,不正的人眼光是怯懦而灰暗的。曾国藩也说过:一个人目光闪烁不定,这个人定非善类。这些说法,都是有一定道理的。

我们如果遇到一个人,眼睛急速地躲开你的目光而闪烁不定。你心里就会很不舒服。我们相信自己的人品,但从仪态上也不要染上这些坏毛病。

眼神不能滥用。自然眼神是语言表达的得力助手。眼睛是一种无声的语言,能表达比言语更深切、更微妙的含义。许多动物不会说话,却会瞪眼,其目的是向对手发出威胁的信号。蝴蝶经过长期进化,翅膀上的斑纹越来越醒目,这种斑纹会使其他动物误认为是猛兽的怒目,从而不敢轻举妄动。

眼神可以显示出人的喜悦或冷漠,每一种眼神都有特定的含义:明亮的眼神表示心情愉快;平静的目光表示温和善良;灵秀的目光表示聪明智慧等等。可见,在交际活动中注意眼神是非常重要的。

我们的眼神应该智慧、诚恳、明亮。平静、友好、坦然、专注、坚定。切忌挑逗、仇恨、轻佻、卑琐、轻蔑、奸诈、愤怒、凶狠、阴沉、游离、茫然的眼神。

眼神是一种在社交中通过视线接触来传递信息的表情语言。人们历来重视眼睛对行为所产生的巨大影响。思想感情的存在和变化都能从眼睛显示出来。从理论上讲,眼神主要由以下三方面组成。

一、视线长度。在我们与人交谈的过程中，注视对方的时间是谈话时间的一半左右。如果超过这个比例，说明我们对对方本人比对方的话更感兴趣；低于这个比例，说明对二者都无所谓。交谈时的其他眼神表现，总的讲要灵活自然。对一般的谈话对象，不要长时间凝视，否则就会让对方有被侵犯的感觉。

二、视线方向。谈话时，我们注视对方的部位可以显示我们与对方关系的亲疏。在生意、谈判、商务等场合，要用眼睛看着对方脸上的三角部位。这个三角就是双眼和前额的中心位置。如果你看着对方的这个部位，就会显得严肃认真，别人也会感到你有诚意。所以，这是把握住谈话主动权和控制权的重要因素。在一般社交场合，也是用眼睛看着对方脸上的三角部位。但这个三角是两眼和嘴的中心位置。在恋人之间所注视的部位是两眼和胸部位置。这种眼神只有用于恋人之间才算合适，对其他入不能滥用。

三、瞳孔变化。瞳孔的扩大与缩小很微妙，在一般情况下，瞳孔扩大表示兴奋、愉快或爱，传达的是好信息。比如赌场上赌客抓了一副好牌，同桌的其他人就会敏锐地感觉到对方眼神的异样，其实这种异样就是瞳孔扩大。

反之，瞳孔缩小则表示消极、愤怒或警惕，传达出坏的信息。研究表明，当人极度兴奋激动时，他的瞳孔就会扩大到它原来正常大小的四倍多。反之，愤怒或消极的态度能使瞳孔缩小到一点点。瞳孔的变化是中枢神经系统活动的标志，它如实地显示出大脑所进行的思维活动。所以瞳孔的变化是下意识的、自己意志所不能控制的。电影电视中，赌客总是戴着墨镜，其目的就是怕别人看出瞳孔的变化。

(4) 先让求职信说话

无论你打算采用哪种方法去谋求新职,求职前的准备工作一定要细心去做。

首先是要拟写一封表明自己意愿的求职信。

不要轻看写求职信这种简单的事情,它是一门大学问,是决定你能否成功找到一份理想工作的第一步。换言之,一封错漏百出、字迹潦草、格式错误的求职信,往往令人望而生厌,根本不会考虑给你面试的机会。可惜很多人都不太注意写求职信的技巧,错过了许多获得录用的好机会,下次你要写求职信的时候,应避免以下的错误:

毋须在信上列明自己的身高、体重、年龄、婚姻状况、健康等个人资料,因为这与你想申请的工作拉不上什么关系。如果你觉得需要把以上的资料列明信内,也应该把它们写在信底之处。

当你在信中述说自己的工作经验时,应当从你现在的工作倒叙至你第一份工作,如果你是刚踏入社会工作,必须直言不讳,不可意图瞒骗,因为雇主很容易验证你过去的工作背景。

在列出你在哪一所学校完成中学或大学课程时,应该清楚写出你会考的成绩,或拿到什么学历,如果信纸上还有足够的空位,你可以写上自己在校主修的科目及成绩。

当你描述自己过去的工作经验时,尽量避免使用该行的术语,因为收信人未必看得懂,反而让人觉得你是故弄玄虚。应当把你的通讯地址及电话岸在信的头顶位置,而不是放在

信的最后一段。此外，信的长度要适中，把要说的重点全都说清楚便足够了。

很多公司都要求求职者随求职信附上一份“个人简历”。我见过文具店中有些印好的履历表出售。这些履历表无疑很方便，但对求职的帮助实在不大。因此，不主张求职人士使用。

填写个人简历是很有用处的，因为在填写过程中，你可以估计到本身条件的优点和缺点，它们对雇主的利弊。

一份好的个人简历不一定能替你找到理想的职位，但一份拙劣的个人简历，肯定会令你连面试的机会也失去。

一份符合标准的个人简历应当包括如下数点：

千万不要从书本照抄引证的例子。虽然这种方法很便捷，但明眼者一看便知道阁下简历的“出处”，对你的评价自然很低。你必须另辟蹊径，因为一份突出的简历，可令阅读者眼前一亮，而对你特别留意。

写个人简历不必要文采飞扬，但应能清楚地、简洁地说明你在以往的工作岗位上做出的成绩。此外，亦不妨向可能的未来雇主表示，若有机会加入他们的公司工作，你可为他们带来什么好处。

如果你能够写一个编年的工作简历，那当然最好，认人一目了然。不过绝对不可在简历上填写一些不确实的资料，因为不排除人家查询的可能。

不要只在简历上列出一份以往担任过的职位的流水账，不妨在适当的地方说明你曾在哪方面为某家机构做出贡献。只有这类具体的资料，才能令别人对你的个人简历另眼相看。

个人简历不必太短，当然亦不可太长，最重要的是能够有

力地讲出个人的条件、经验和才能。太简短的，便达不到这种目的。

有些学历不大高的求职人士会在简历中含糊其词。其实这是不必要的，假如你工作经验丰富，教育程度便显得不那么重要。如果你的教育背景好的话，可以详细列出，供人参考。

(5) 面试的革命

当你的求职意愿被对方注意到并初步决定考虑你的意愿时，面试可能会很快地提到议事日程上来。面试，有些地区又称为见工。

对于求职者来说，面试是颇有决定性的一刻。他们须掌握这个机会，尽量将本身的优点显示出来，让接见者知道。

面试有点像上台表演，基本上不可能亦不应当有任何失误。这当然需要在事前做好准备工作，才能收到满意的效果。

若雇主遇上两名资历相等的求职者，他通常会聘用公然表示渴望得到职位的那一个。

对于性格较为拘谨、保守的中国人，这种直接向雇主表示自己渴望获得有关职位的做法，似乎不大习惯。但就潮流观察，此种不必要的心理屏障，在新一代身上已逐渐消失。现面，是流行“硬行推销”的时代，人们动辄毛遂自荐，而社会亦开始接受这种推销方式。

同样道理，为什么求职者不可运用呢？

当然，开口时也应有一定的技巧，以下，是可行的说法之一：

“我知道贵公司这个职位有不少应征者，不过李斯特先

生,我希望你知道,我很希望能够在贵公司工作。我知道自己可以为贵公司做出一些贡献。假如你聘请我,我一定不会令你失望。”

如果你讲出以上一番话,你在众多的应征者之中便无形中显得突出。因为一般而言,人们是不会如此直接开口提出本身要求的。

如果你认为以上的说法过于直接,以下几种说法则稍为间接,但仍可强烈表示出你的期望:

“我一定可以做出令你意想不到的成绩。”

“我急于向你证明一下,我应付这份工作绰绰有余。”

“我的背景和能力很适合这份工作。”

“你可以绝对信赖我。”

最重要的一点,是在会见者心目中建立起对你的信心。即使说话时稍为“越位”,也无可厚非。

相信大家都有过面试的经验,对这个问题可以讲出一大堆意见。事实上面试是一件不能掉以轻心的事情,因为这是关系到你能否争取到某个职位的第一步,如果第一步便失败了,以后的就不用多说了。

面试是一门学问,如果你能够在此之前,先学习一下面试应注意的礼仪肯定会大有裨益。

面试有时不一定到办公室,很可能在一次午茶或晚饭时进行。在这些场合中,求职者必须小心自己的仪态,否则便会闹出很大的笑话。

如果你必须在午餐时候面试,以下的几点不妨注意:

不要点一些难吃的菜色,如意大利粉或龙虾。更不要喝含酒精的饮品。即使你的酒量不错,但喝了酒会使人的反应

较为迟钝，而你在面试时，应保持最佳状态。

不要吸烟。

不要带其他人前往。

当会见你的人问你是否需要喝点东西或吃些食品，记着婉拒。

千万要准时出席，一项调查显示，在聘请雇员的行政人员当中，占 93% 觉得迟到是很严重的行为。

直接的眼神接触十分重要，但不可太过分，以免令人感到不安。

进入别人的公司时，对所有人都要礼貌对待，不单只对接见你的人。

在面试之后，不妨写封感谢信给接见你的人。

求职，通常都是人们很不情愿去做的事情，因为对一个素未谋面，却可能成为自己的上司的人，诉说自己的优点，并不是一件有趣的事情，何况你也不能肯定自己稳操胜券，倘若你志在必得，希望得到雇主的赏识，你要事先做好足够的准备，减少面试表现不当之机会。

你的穿着打扮须与应征的工作相称，换言之，如果你计划在写字楼工作，女性应穿上裙子及高跟鞋，男性穿上干净的衬衫。结领带。不可试图标奇立异，一个刻意打扮的人，只会给人一种不自然的感觉，说话的时候，更不可无端奉承准雇主，否则往往弄巧成拙，对自己一点好处也没有。

准雇主通常会在面试最初的五分钟内决定是否录用应征者，因此你要反应热烈，利用身体语言，表现出开朗而自信的样子，应主动与对方握手。当你被问及上一份工作的状况时，不管你对于以前的工作如何厌恶，也不要随便发出任何抱怨，

或指责其老板,表现出积极进取的态度,才是旗开得胜的求职术。

能够先准备一份精简的个人履历,在纸的两旁留有足够的空位,让它看来整洁而舒适,你的准雇主将对你大大增加好感,对该公司的资料及工作性质有一个概括了解,也能助你对应如流,表现自然。当面试结束后,你要从容不迫地离开,切勿在电梯旁驻足。

怎样才算是一个成功的面试?你需要把自己的长处与独有的魅力,在最短时间内,清楚显示出来。你要让准雇主对你产生深刻的印象,态度须诚恳,说话不可吞吞吐吐,无须害怕对方获悉你的私人问题。面试之前,你需要做好心理准备,想想对方可能询问你的事情,以免到时表现得惊惶失措,白白丧失了一个就业的好机会。

如果准雇主问:"为什么你希望在这里工作?"

你应该回答说:"我已经仔细研究过数间同类公司,发觉贵公司最具发展潜质,所以希望成为其中一员。"如果对方问:"你觉得敝公司有什么特别的地方?"

若你事前做好有关的准备,对这家公司的好名声及其在商界的地位了如指掌,自然能够对答如流,把对方引以自豪的地方一一列举出来。令准雇主觉得你很有诚意。

如果对方问:"你是否已婚?"

你不要以为对方是出于无聊,才向你提出这个私人问题,回答的时候,你要表现态度从容,友善而随和,如果你是女性,小心回答你是否已婚,不要让对方产生一个错觉,认为你会以家庭为重。

如果对方问:"你觉得以前的老板待你如何?"