

<<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

图书基本信息

书名：<<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

13位ISBN编号：9787122135070

10位ISBN编号：7122135071

出版时间：2012-5

出版时间：化学工业出版社

作者：宋豫书

页数：240

字数：237000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

### 前言

人际关系是人们在生产或生活活动过程中所建立的一种社会关系，包括亲属关系、朋友关系、同学关系、师生关系、雇佣关系、战友关系、同事及领导与被领导关系等。

作为社会个体，每个人均有其独特的思想、背景、态度、个性、行为模式及价值观，人际关系对每一个人都极为重要，因为人际间的交流沟通是人之基本社会需求，它可帮助你自我了解，达到自我实践与肯定。

另外，人际关系还可以用以自我检定社会心理是否健康。

我们在这个社会满足吃穿住行的同时，就已经同不同的职业、性别的人打着交道。

可能这种接触很简单，不需要掌握太多的技巧，但是如果需要满足自己更高的人际交往的需要时，你会怎样表现？

你应该怎样达到自己的目的呢？

特别是刚刚走出校门的年轻人，涉世经验不足，识人不广，如何用最短的时间去构建积极的人际关系圈呢？

人际关系是一个人人生的最重要的资源，它不仅是日常生活的润滑剂，也是事业成功的催化剂。

人际关系就是财富，人际关系就是能力。

在社会交往中，广阔的人脉圈决定你的前途；在职场中，良好的人际关系是你事业成功的前提；在商场中，丰富的人脉资源是你生意成功的保障，是你财富的来源；在生活中，和谐的人脉交往是你获取幸福生活的关键。

这些，都是年轻人需要面对和用心经营的地方。

可见，如何搞好人际关系也是一门学问。

因为人依据其年龄、性别、职业、职位、所处环境等情况而扮演着不同的社会角色。

在与人接触时，不同的角色有着不同的行为规范，所以在和不同的人相处时，有着不同的要求和技巧。

倘若搞不好人际关系，将对我们的工作、生活及心理健康都会产生不良的影响。

独木难成林，对于年轻人来讲，如果没有朋友，没有形成自己的人脉圈子，那么以后的人生往往很难成功。

本书以社交常识为基点，结合心理学常识，用生动的实例，将人的本性有效地展现出来，其目的是教会年轻人如何运用这些常识在社会交往的实践中立于不败之地。

同时，这还是一本教会年轻人如何克服畏惧、建立自信，从而积极扩展自己人脉关系的书。

它对于开阔年轻人的视野；顺乎自然地发挥自己的潜在能力，从而在各种人际交往中博得赞誉，获得成功，将有着宝贵的启示和借鉴作用。

## <<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

### 内容概要

初出茅庐的年轻人，不论是进入大学、开始集体生活的，还是刚刚走向工作岗位、步入社会的，往往锋芒毕露，抓住一切机会展示自己的价值，却忽略了周围人的感受。如此一来，他们往往不能为自己经营起良好的人际关系网络。

《年轻人必懂的88条人际关系常识》就这一特殊的人群总结了一些实用的人际关系常识，将会对他们在建立自己的人际关系网络的过程中发挥巨大的作用。

## <<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

### 书籍目录

#### 第一章 良好的人际关系-年轻人的成长宝典

- 1.宅男宅女，你有社交恐惧症吗
- 2.人脉是一笔巨大的潜在财富
- 3.任何人都不能脱离社会而独立存在
- 4.要个性，但更要学会融入
- 5.守株待兔还是主动出击
- 6.年轻，并不是无敌的全部资本
- 7.人际关系也需悉心经营
- 8.交朋友也要择其善者

#### 第二章 正确的社交观念-年轻人的处世法则

- 1.互惠互利是人际关系的基础
- 2.有距离，才会有美感
- 3.“长”见面不如“常”见面
- 4.退一步，享受海阔天空的豁达
- 5.不同的朋友，不同的相处之道
- 6.你替对方考虑，对方也会为你着想
- 7.与人交往要朴实、笃实
- 8.雪中送炭还是锦上添花

#### 第三章 完善最好的自己-年轻人社交的前提

- 1.学会打扮，尊重自己也是尊重他人
- 2.避免年轻人的通病，以自我为中心
- 3.给对方诚实守信的印象
- 4.热情和微笑是最好的名片
- 5.与众不同的特质最能吸引眼球
- 6.风趣幽默的人处处受欢迎
- 7.你眼中的“半杯水”是什么样的

#### 第四章 洞悉迷离的人性-需要绕道的社交陷阱

- 1.远离你身边的小人
- 2.他是你可以信任的人吗
- 3.小便宜背后往往跟着大亏
- 4.不要轻视小人物
- 5.了解交往中的一些“潜规则”
- 6.防人之心不可无
- 7.不要被他人牵着鼻子走

#### 第五章 人际交往的雷区-不可不知的人际禁忌

- 1.当众批评他人要不得
- 2.话不能说得太死，事不能办得太绝
- 3.如果你错了，就不要推卸责任
- 4.谁都不会喜欢吝啬鬼
- 5.谁都不喜欢被人命令
- 6.树大招风，别太锋芒毕露

#### 第六章 会与陌生人交往-突破社交障碍的挑战

- 1.记住每个人的名字
- 2.利用第一印象的魔咒
- 3.精彩的说话打动人心

## <<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

- 4.给陌生人以亲切感
- 5.换位思考博得对方好感
- 6.你的微笑价值百万
- 7.降低对方的戒备心理
- 8.有共鸣,才有继续交往的兴趣

### 第七章 与朋友和谐相处-释放激情的途径

- 1.交诤友而非损友
- 2.和好朋友该客气时也要客气
- 3.容忍朋友的缺点和过失
- 4.勇于向朋友承认自己的错误
- 5.常联络的朋友才真实
- 6.适当保持与红颜知己或蓝颜知己的距离
- 7.嫉妒,破坏友谊的离间器
- 8.朋友的面子也需保全

### 第八章 与家人和睦相处-心灵停泊的港湾

- 1.爱他,就大声说出来
- 2.信任是夫妻相处的信条
- 3.正确看待夫妻之间的吵架
- 4.折磨人的婆媳关系
- 5.做个讨人喜欢的女婿
- 6.让父母享受子女的呵护
- 7.做称职的父母
- 8.喋喋不休是幸福的致命杀手

### 第九章 职场法则要牢记-打好事业起步的基础

- 1.学习和掌握相关的职场礼仪
- 2.将你的意见转化成建议
- 3.提升自己是晋升的不二法门
- 4.对待工作要有一颗感恩的心
- 5.称赞,获得良好人缘的杀手锏
- 6.办公室里什么不能说
- 7.抓住一切机会向老板推荐自己

### 第十章 尊重领导的职权-创造融洽的上下级关系

- 1.尊重领导的权威
- 2.不要和领导作对
- 3.学会主动服从
- 4.忠诚赢得信任和重用
- 5.化解与上司的冲突要巧妙
- 6.别表现得比上司高明
- 7.从容应对上司的指令

### 第十一章 同事相处和为贵-营造良好的职场环境

- 1.与同事相处当以和为贵
- 2.创造初次交往的良好印象
- 3.不要给自己设假想敌
- 4.抛弃自己的嫉妒之心
- 5.不能向上司打小报告
- 6.主动与同事和谐相处
- 7.与同事不要有金钱来往

## <<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

### 第十二章 对下属恩威并施-有一天你也要当领导

- 1.当领导是门艺术
- 2.与下属相处，必须懂得赞美
- 3.有技巧地去责备下属
- 4.保持一颗宽容之心
- 5.其实，下属也可以是朋友
- 6.做个高明的调解人
- 7.放手让下属自己去做

## <<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

### 章节摘录

版权页：1宅男宅女，你有社交恐惧症吗 在如今网络发达的年代，人的交际圈子看似变大，但是在快节奏的生活中，认识新朋友的机会也少了很多。

近年来，悄然兴起了这样一个群体，他们以二十岁左右的年轻人为主。

这些年轻人在白天和工作日里疲于奔命，但是在夜晚或者节假日里则足不出户，懒得像猫一样。

想吃饭，外卖就可以搞定；想购物，网上的商品只有你想不到的，没有你买不到的；想聊天，QQ、MSN随手拈来。

这种宅在家里的日子虽然慵懒、自由，但是社会学专家指出，长期缺乏与人交往，会导致基本社交功能的退化。

有些人因为长期不与外界接触，甚至患上了社交恐惧症。

或许你曾经是一个活泼开朗的人，或许你曾经有着非凡的领导能力，但是多年的“宅”生活是否已经让你在不知不觉中发生变化了呢？

要想知道自己是不是患上了社交恐惧症，回答下面三个问题，你就可以知道自己的大概情况：你会在陌生人面前觉得害羞或不好意思而不和他人说话或不愿意做某些事情吗？

你不愿意成为别人关注的焦点吗？

你害怕别人觉得你愚笨或担心自己看起来害羞吗？

如果以上三个问题你有两个或者两个以上的肯定答案时，那么你就需要注意了，你有可能患上了社交恐惧症。

社交恐惧症是非常痛苦、甚至影响正常生活的一种心理障碍。

对于一般人来讲能够轻易做到的事对于社交恐惧症患者来说就不那么容易了。

他们可能会放弃许多正常人看来非常普通的活动，比如去超市买东西、在公众场合与人交往，更有甚者他们可能为了避免与人打交道不得不放弃很好的工作机会。

当你发现自己有社交恐惧症的倾向时，就应该有意识地让自己多参加一些社会活动，改善自己的人际关系网络了。

小动作帮你克服人际交往障碍 初出茅庐的年轻人，尤其是做了很长时间“宅人”的年轻人，在与人交往的时候会不自觉地产生紧张情绪。

这时你可以做一些克服紧张情绪的动作。

比如，做几次深长而又有节奏的呼吸，可以缓解紧张的心情，为自己建立自信打下基础：你还可以将两脚平稳站立，然后轻轻提起脚跟，坚持几秒钟后放下，反复做几次，也可以消除心神不宁的感觉；你甚至可以在与别人交谈时手里握住一样东西，可以是一本书，也可以是一块手帕或者其他类似的小东西，它们会给你带来一定的安全感。

抛掉游离不定的眼神 与他人交谈的时候，你要学会毫无畏惧地看着对方。

当然，这对于一个不知道如何开展自己社交的人来说确实非常困难，但是你必须这么做。

因为你游离的目光会给对方带来许多负面信息：他不喜欢与我交往吗，不然他为什么不看我？

他做了什么对我不利的东西吗，要不他怎么这么不敢看我呢？

……虽然对方的这些揣测都是多余的，你不看他仅仅是因为羞涩，但是对方的这些想法会影响到你的人际关系。

试想一下，你会与对自己不感兴趣的人保持友好的关系吗？

答案当然是否定的。

因此，在与他人交往的时候，一定要拿出勇气来，大胆而自信地看着对方，让对方感觉到你的真诚和热情。

## <<年轻人必懂的88条人际关系常识>>

### 编辑推荐

《年轻人必懂的88条人际关系常识》以社交常识为基点，结合心理学常识，用生动的实例，将人的本性有效地展现出来，其目的是教会年轻人如何运用这些常识在社会交往的实践中立于不败之地。

同时，这还是一本教会年轻人如何克服畏惧、建立自信，从而积极扩展自己人脉关系的书。

《年轻人必懂的88条人际关系常识》根据一些特殊的人群总结了一些实用的人际关系常识，将会对他们在建立自己的人际关系网络的过程中发挥巨大的作用。



版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>