

<<一分钟和陌生人交朋友>>

图书基本信息

书名：<<一分钟和陌生人交朋友>>

13位ISBN编号：9787511309310

10位ISBN编号：7511309313

出版时间：2011-4

出版时间：中国华侨

作者：宇琦

页数：256

字数：240000

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>

## <<一分钟和陌生人交朋友>>

### 内容概要

生活和工作中，每个人都离不开和陌生人打交道，他们中很多人能给予你帮助，需要你帮助的很多也是陌生人。

本书教会你在最短的时间内和陌生人愉快地交谈并迅速与他们成为好朋友。

## <<一分钟和陌生人交朋友>>

### 书籍目录

#### 第一章 心理自备——消除害怕面对陌生人的恐惧心理

- 陌生人也是人，没什么可怕的
- 陌生人并非是危险的代名词
- 开口前先给自己打打气
- 放平心态，战胜害羞心理
- 做好被拒绝的心理准备
- 深吸一口气，缓解一下紧张的神经
- 克服自卑，不要被心魔打败
- 改变不和陌生人说话的偏见

#### 第二章 主动搭讪——见面之初先缩短与陌生人的距离

- 搭讪前要先想好第一句话该说什么
- 搭讪前给人一个微笑，迅速拉近距离
- 搭讪前要设法了解对方心理
- 善于观察，先做判断再搭讪
- 搭讪要自然，不要一开始就让人起疑心
- 一个有利的搭讪场景，可以更快打开对方的心
- 搭讪举止得当，让对方眼前一亮
- 赞美的搭讪是拉近双方关系的催化剂

#### 第三章 继续沟通——顺畅的交流让彼此从陌生到熟悉

- 选择一个好话题，敞开心扉进行交谈
- 多听少说，激发对方的表达欲
- 真诚请教，激发对方的热忱
- 抛出问题，引发对方的探索欲
- 巧施善意，消除对方的戒备心理
- 学会幽默，及时化解沟通的障碍
- 美化表达，让沟通变得更愉悦
- 尊重对方，满足其自尊心

#### 第四章 结束交谈——让友谊的萌芽不因谈话终止而枯萎

- 察言观色，把握时机结束交谈
- 道别的话儿要慎说，以免前功尽弃
- 掌握相送的礼节，为你的形象再添一分彩
- 未雨绸缪，创造下一次见面的机会
- 不妨留下网络联系方式，分别后常问候对方

#### 第五章 印象装饰——打好让陌生人“一见倾心”王牌

#### 第六章 投其所好——抓住陌生人内心世界的命门

#### 第七章 拓宽渠道——结交能够认识的陌生人

#### 第八章 肯定对方——让陌生人在被肯定中卸除心理防线

#### 第九章 放低姿态——满足陌生人潜在的表现欲

#### 第十章 情感传递——寻找到连接彼此情感的纽带

#### 第十一章 细节装点——于细微处让陌生人感受到你值得深交

#### 第十二章 洞察人心——把话说到陌生人的心坎里去

#### 第十三章 扩展人脉——自己走一步不如贵人扶你一步

## <<一分钟和陌生人交朋友>>

### 章节摘录

版权页：其实，陌生人和我们并没有什么不同。

面对陌生人时，我们应该消除内心的那些恐惧，把他们当做与我们一样的普通人去看待，勇敢地对陌生人敞开我们的心扉。

因为，在陌生人眼里，我们也是陌生人，当我们能敞开心扉时，他们也能做出积极的回应。

中国人的传统观念告诉我们：“不要轻易和陌生人说话”、“逢人只说三分话，不可全抛一片心”、“防人之心不可无”……这些观念虽有其可取之处，但也有极大的弊端——它将陌生人拒之门外。

然而，所有的朋友都是由不认识变为认识的，都是由陌生人变成熟人的，将陌生人拒之门外正是扩大社交圈子的最大障碍。

我们应该消除对陌生人的恐惧心理，把他们当做与我们一样的普通人来看待，勇敢地对陌生人敞开我们的心扉。

你或许会这样认为：一个在熟人圈里得心应手、如鱼得水、花样迭出的人，在陌生人面前自然也会落落大方、热衷于表现自己的。

然而，这个推断并不是100%的准确，有相当数量的人在家人和朋友圈里都很随便，但一遇到陌生人、陌生的场合，他们就会感到浑身不自在，仿佛处处都是陷阱，而人们的目光，即便是友好的目光，在他们看来也如芒刺一般。

他们虽然也渴望与陌生人交流，扩大自己的社交圈，但就是“有那贼心，没那贼胆”。

今年24岁的小沫，是某知名院校设计专业的大学生。

眼看就要毕业了，她的担心与忧虑却越来越重。

虽然她跟同学和老师的关系相当融洽，但她却害怕见到陌生人，每当与陌生人交流时，经常会紧张得说不出话来，甚至有晕倒的感觉。

为此，她几次求职均受挫折，一直打不开自己的交际圈，更不知道毕业后该如何踏入这个社会……

## <<一分钟和陌生人交朋友>>

### 媒体关注与评论

如果你是一个沉默寡言的人，如果你是一个不喜欢与别人交谈的人，如果你是一个朋友不多的人……那你就很有必要读一下这本书，它可以改变你的性格，改善你的人际关系，为你的生活和工作带来更多朋友、更多好运。

——读者推荐

## <<一分钟和陌生人交朋友>>

### 编辑推荐

《一分钟和陌生人交朋友》：社交圈推荐畅销图书年轻人社交启蒙读物员工技能的内训教材

<<一分钟和陌生人交朋友>>

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>