第一图书网, tushu007.com

<<沟通艺术>>

图书基本信息

书名：<<沟通艺术>>

13位ISBN编号：9787810915106

10位ISBN编号：781091510X

出版时间：2006-12

出版时间：河南大学

作者：李社教

页数：469

字数：390000

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

内容概要

在现代社会里，一个人的成功与其沟通技能密切相关，一个组织的绩效能否提升与其内外部沟通状态也息息相关。
沟通是信息发送与接受的过程，然而并不是所有的沟通过程都是有效进行的。
只有当信息被正确理解并激励或鼓励接受者进行换位思考时，沟通才是有效的。
　　有效的沟通能力会给你和你的组织带来显而易见的好处：更快地解决问题；更果断地做出决策；更融洽地营造交谈气氛；更密切地建立商务关系；更专业地树立公共形象；更快地从众多求职者中脱颖而出；…… 对于成功的沟通者，无论他们年龄大小、职业为何、职位高低，他们的成功之道是获得有效的沟通能力，而有效的沟通能力来自于他们对沟通礼仪的讲究和沟通技巧的运用。
沟通礼仪和沟通技巧并不是与生俱来的，而是需要靠学习和实践来获得的。
沟通的礼仪和技巧，既是一门科学，也是一门艺术。
因此，学习沟通艺术，提升沟通能力，不仅是当代高校素质教育的重要内容，而且对于当代大学生获得未来职业生涯的成功亦具有非凡的意义。
　　通过阅读本书，你将学会怎样打造黄金第一印象，怎样做一个彬彬有礼的人，怎样用语言和非语言进行有效沟通，怎样运用现代化的沟通工具如计算机网络来创新沟通渠道和方式；你将了解书写商业文书的基本方法和步骤，并且获得书写信件、备忘录、电子信件、正式报告和演讲稿的具体技巧；你将学会怎样书写求职申请书和个人简历，怎样应对招聘面试。
另外，本书还提供了大量的沟通案例及其分析，以此来指导你运用沟通知识，积累沟通经验，激发你的有效沟通灵感。
常言道，冰冻三尺非一日之寒。
只有多听、多说、多读、多写、多练，你的沟通技能才能得到改善。
本书每章后面的案例及其分析和知识应用部分给你提供了非常有益的参照材料。
　　本书力图采用最新的理论和选取最典型的事例，目的就是给读者提供耳目一新的视角和实用的操作新方法。

作者简介

李社教，1964年11月生于焦作。
1985年毕业于河南大学，现为河南大学副教授，硕士生导师。
多年来主持、参与《未来社会与大学生综合素质的培养》等省级教学、科研项目10余项，公开发表《论苏霍姆林斯基的道德教育思想》等论文30余篇，参编出版《学法指导与学业考评技能训练指导

书籍目录

第一章 沟通概述 第一节 沟通的概念 第二节 沟通的模式 第三节 沟通的要素 第四节 沟通的种类 第五节 沟通的作用 第六节 有效沟通 第七节 现代沟通所面临的挑战 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第二章 沟通的基本礼仪 第一节 沟通礼仪概述 第二节 沟通的仪表礼仪 第三节 沟通的语言礼仪 第四节 沟通的形体礼仪 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第三章 商务沟通礼仪与技巧 第一节 商务沟通的个人礼仪 第二节 商务沟通的语言礼仪与交谈技巧 第三节 商务沟通的电话礼仪与沟通技巧 第四节 商务沟通的餐饮礼仪 第五节 商务书信礼仪与技巧 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第四章 商业文书的写作方法 第一节 商业文书写作的基本知识 第二节 商业文书的设计 第三节 商业文书的书写 第四节 商业文书的完成 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第五章 商业报告与商业建议书的写作 第一节 商业报告和建议书概述 第二节 商业报告与建议书的设计 第三节 商业报告和建议书的书写 第四节 商业报告和建议书的完成 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第六章 演讲稿的写作 第一节 演讲稿的设计 第二节 演讲稿的写作 第三节 演讲稿的完成 第四节 演讲练习 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第七章 求职沟通基础 第一节 职业规划概述 第二节 职业规划方法与技巧 第三节 求职的途径 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第八章 求职书面材料的制作 第一节 求职信的制作 第二节 个人简历的制作 第三节 求职书面材料制作的技巧 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第九章 求职面试前的心理准备 第一节 研究自己 第二节 研究面试主考官 第三节 研究应聘企业 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用第十章 求职面试沟通礼仪与技巧 第一节 求职面试开始前的准备 第二节 打造黄金般的第一印象 第三节 求职面试过程中的礼仪和沟通技巧 第四节 求职面试后的礼仪 案例与分析 本章重点回顾 问题讨论 知识应用参考文献后记

章节摘录

书摘四、职业女性衣着指南　职业女性不仅要在工作单位和社会之中参与激烈的竞争，而且在家庭中要比男性付出更多；而合体、合意的服饰将增添女士的自信，更好地生活，更成功地做事。
　女性的服饰比男性更具个性的特色，但是有一些礼仪规则却是所有女人都应遵守的。
　(1)重质不重量，料子好很重要。
　(2)服装要适合你的年龄、身材和职业。
追求奇装异服是服装模特和求新的年轻人的专利。
　(3)配件同样重要。
鞋子、手提包、首饰、袜子、围巾等饰物配件都应该具有整体的美感。
　(4)要知道适合自己的颜色，尽量去买这种衣服。
　(5)购买任何服装前，好好地利用服饰店内的穿衣镜，以观察穿在自己身上衣服的视觉效果。
　(一)职业女士衣着入门　女士的社交服装同样分为礼服和便服。
传统的女士礼服可以分为三种：　(1)常礼服：上衣和裙子的质地和颜色相同，可以戴帽子与手套。
　(2)小礼服：露背、长到脚，并且拖地，或者单色连衣裙式服装。
　(3)大礼服：一种袒胸露背的单色拖地式或不拖地的连衣裙式服装，可配以相同颜色的帽子、长纱手套及各种头饰、耳环、项链等首饰。
　在我国，正式的社交场合的礼服是旗袍。
旗袍款式流畅巧妙，最能体现东方女性的朴素典雅、柔美婀娜。
旗袍，夏季可用棉布、丝绸、麻纱等面料制作，秋冬季可采用锦丝绒、五彩缎制作。
穿旗袍时，鞋子、饰物要配套，应当佩戴金、银、珍珠、玛瑙等精致的项链、耳坠、胸花等。
宜穿与旗袍颜色相同或相近的高跟或半高跟皮鞋。
裘皮大衣、毛呢大衣、短小时装、开襟小毛衣和各种方形毛披肩，可以与旗袍配套穿着。
　女性的职业便装包括衬衫裙子、套裙或合体的长裤，衬衫配夹克等。
一般情况下应穿平底鞋，除了参加体育运动以外，不要穿运动鞋或凉鞋。
女性的职业装有三种基本类型：西服套裙、夹克衫或不成型的上衣以及连衣裙或两件套裙。
　(二)女性西装　著名设计师韦斯特任德说：“一个不喜欢看女人穿套装的男人，不是傻瓜就是脑子有问题。
职业套装更能显露女性高雅气质和独特魅力。
”　挑选西装时，选择基本色最好，不需要流行的颜色，黑、褐、灰色或者条纹、碎点的图案比较好。
面料质地要讲究质量。
　西装的肩要平直、对称，领是直线V字型，高低适中，胸围和腰身都不要有紧绷感。
前襟门不翘，后身不撅，前后身处在一个水平线上。
收腰时看起来要漂亮。
　选择西装时，应根据年龄、体形、职业、气质等特点区别对待。
年纪较大、身材较胖的女性应穿一般款式的西装，而年轻女性应穿新潮些的西装，以突出青春美。
不一定非得穿颜色相同的套装，如可以配穿裙子、马夹等。
皮鞋、发型、化妆包袋等都得跟西装搭配。
　(三)裙装　裙装最能体现女性的体态美。
在一般的社交场合，女性可以穿连衣裙或穿中式上衣配长裙。
夏季可穿长、短袖衫配长裙或者过膝裙。
在宴请等社交场合，一般要穿长裙，至少要长过膝盖，穿长裤不符合礼仪规范，被认为过于随便。
超短裙和牛仔裤在社交场合不宜穿着。
　西服套裙是女性的标准职业装，分两种：上衣与裙子同色同料或上衣与裙子存有差异。
职业套裙以黑色、藏青色、灰褐色、灰色和暗红色为上选颜色，可以接受的花样为精美的方格、印花和条纹。

套裙的面料，可选择羊毛制品或者亚麻制品，后者最好混有人造纤维，否则，很容易出现褶子。
连衣裙可以单独穿戴。
对于职业女性来说，可以选用灰色、藏青色、暗红色、米色、驼色、黄褐色、红色和玫瑰红颜色的面料。
面料可以选择丝绸或者亚麻制品，但需加入人造纤维，否则容易起皱。
穿裙子要注意合体，要求宽松适当，长短适中，裙装造型与体形相互补充。
例如，高大丰满的女性穿一套长度过腰的上衣、裙子长度及膝或裙套装比较合体，矮个女孩可以穿上下色调统一的套装裙或连衣裙。
选择与套装相配的衬衫，颜色很多，如白色、黄白色或者米色。
丝绸是最好的面料，缺点是比较昂贵。
纯棉的必须浆洗过并且熨烫平整。
最新款式的套裙组合可采用里外结合、上下呼应的方式。
流行的组合有： (1)用印花麻面料或其他柔软的流行花色面料制作，上装为过肘袖，大翻领开襟，裙子为无袖低胸连衣裙，下配长筒丝袜，使穿戴者柔美妩媚，艳丽迷人。
(2)质地柔软的长外套，西装领，两侧大贴袋，衣袖松肥、卷边，款式挺拔爽朗，内配条纹T恤衫，下配长呢裙或毛涤花呢裙，使人洒脱自然，独具风韵。
(3)高腰连衣套裙，特别注重色调的鲜明醒目，上短下大，再佩戴阔边女帽和耳饰，戴上手套。
(4)套裙由条纹女衫和无袖上衣组成，体现聪颖美丽、大方端庄之美。
(5)套裙由柔软的花色外衣与相宜的素色短裙组成，穿上后，浪漫潇洒，气韵非凡。
(6)上装为宽松或短夹克衫，下装为短裙裤，面料宜用稍厚挺括的薄呢。
(7)套裙由条纹毛料西装与黑色短裙组成，刚柔相济，是职业女性的理想选择。
(8)套裙用质地挺括的面料做上装，日本花瑶面料做裙子，上装为插肩袖式，直身型，中襟圆领配上拉链，给人文静端庄的美感。
(9)长外套、窄细、吸腰收摆，配上短及膝上的窄裙，极富女性魅力。
(10)套裙清淡无花，上下统一，内露艳丽的花衬衣，尽显女性柔美气质。
P60-64

第一图书网, tushu007.com

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