

<<人际关系与沟通艺术>>

图书基本信息

书名：<<人际关系与沟通艺术>>

13位ISBN编号：9787302295648

10位ISBN编号：7302295646

出版时间：2012-10

出版时间：清华大学出版社

作者：李明 等主编

页数：272

字数：452000

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>

<<人际关系与沟通艺术>>

内容概要

《人际关系与沟通艺术(大学生职业素养教育规划教材)》采用“案例引导、任务驱动”的编写方式，共分为“基础篇”、“技能篇”与“拓展篇”3篇内容，涉及11项任务，包括人际关系与沟通概述、人际交往的社会心理学效应、人际沟通障碍与沟通原则、语言沟通、非语言沟通、职场沟通、团队沟通、人际沟通礼仪、交友沟通、恋爱沟通与家人沟通等内容。

每个任务前有“任务目标”与

“案例导入”，通过案例分析和讨论、设计教学情境以及模拟角色等方式，便于教师以实际任务为教学目标，让学生教、学、做相结合，强化技能训练，使学习者逐渐提高人际沟通和交流能力，建立良好的人际关系，提高工作与学习效率。

同时，精选了相关案例及实训资料，在每项任务后附有“

问题与讨论”、“实训练习”与“拓展阅读”等内容，方便学生课后能力拓展和兴趣阅读。

《人际关系与沟通艺术(大学生职业素养教育规划教材)》可作为高等院校大学生的公共基础课教材和相关专业的专业基础课程教材，也可作为社会人员提高人际沟通能力的阅读书籍，同时，由于其突出的实践性与应用性，也是各类公司、企业进行岗位培训的适用教材。

本书由李明、林宁任主编，常素芳、苏会君任副主编。

<<人际关系与沟通艺术>>

书籍目录

基础篇

任务1 人际关系与沟通概述

1.1 人际关系概述

1.1.1 人际关系概念与类型

1.1.2 大学生人际关系特点

1.1.3 良好人际关系的意义

1.2 中西方人际关系比较

1.2.1 中国人传统人际关系特征

1.2.2 中国人现代人际关系演变

1.2.3 西方人际关系特征

1.3 人际沟通概述

1.3.1 沟通与人际沟通

1.3.2 沟通类型

1.3.3 沟通过程模式

1.3.4 有效沟通是建立良好人际关系的重要保障

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

任务2 人际交往的社会心理学效应

2.1 人际关系的心理学基础

2.1.1 人际关系心理学

2.1.2 人际交往理论

2.2 人际交往的心理效应

2.2.1 首因效应

2.2.2 近因效应

2.2.3 晕轮效应

2.2.4 投射效应

2.2.5 刻板效应

2.2.6 刺猬法则

2.3 人际交往吸引规律

2.3.1 人际交往过程

2.3.2 人际吸引条件

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

任务3 人际沟通障碍与沟通原则

3.1 人际沟通障碍

3.1.1 知觉障碍

3.1.2 个性心理障碍

3.1.3 文化障碍

3.1.4 社会组织结构障碍

3.2 人际沟通原则

3.2.1 人际沟通的准确性原则

3.2.2 人际沟通渠道的适当性原则

3.2.3 人际沟通的及时反馈原则

<<人际关系与沟通艺术>>

3.2.4 人际沟通的代码相同性原则

3.2.5 有效沟通的目标性原则

3.3 人际沟通策略与技巧

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

技能篇

任务4 语言沟通

4.1 语言沟通的基本原则

4.2 交谈的技巧

4.2.1 谈话的艺术

4.2.2 问答的技巧

4.2.3 学会赞美

4.2.4 拒绝的技巧

4.2.5 如何批评

4.3 倾听技巧

4.3.1 倾听的内涵

4.3.2 倾听的层次

4.3.3 倾听的意义

4.3.4 有效倾听的障碍

4.3.5 有效倾听的技巧

4.4 书面沟通

4.4.1 书面沟通的优势

4.4.2 书面沟通的劣势

4.4.3 书面沟通的技巧

4.4.4 几种常见的文书沟通

4.5 网络沟通

4.5.1 网络沟通的特点

4.5.2 电子邮件的沟通技巧

4.5.3 手机短信的沟通技巧

4.5.4 网络聊天的技巧

4.5.5 网络沟通的负效应

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

任务5 非语言沟通

5.1 非语言沟通概述

5.1.1 非语言沟通的含义

5.1.2 非语言沟通的分类

5.1.3 非语言沟通的特点

5.1.4 非语言沟通的作用

5.2 副语言

5.2.1 重音

5.2.2 语调

5.2.3 语顿

5.2.4 语速

5.2.5 笑声

<<人际关系与沟通艺术>>

5.3 身体语言

5.3.1 形象语言

5.3.2 肢体语言

5.3.3 面部表情语言

5.4 环境语言

5.4.1 时间环境

5.4.2 空间距离

5.4.3 讲求界域礼貌

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

任务6 职场沟通

6.1 求职的语言艺术

6.1.1 面试中的基本原则

6.1.2 面试中的言语沟通

6.1.3 面试中的非语言沟通

6.2 初入职场人际沟通原则与技巧

6.2.1 初入职场人际沟通原则

6.2.2 初入职场人际沟通技巧

6.3 与上级的沟通

6.3.1 与上级沟通的原则

6.3.2 与上级沟通的技巧

6.3.3 与各种性格的领导打交道的技巧

6.4 与同事沟通

6.4.1 与同事沟通的技巧

6.4.2 与同事沟通的基本要求

6.5 与下属沟通

6.5.1 与下属沟通的技巧

6.5.2 表扬下属的技巧

6.5.3 批评下属的技巧

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

任务7 团队沟通

7.1 团队沟通概述

7.1.1 团队概述

7.1.2 团队沟通

7.1.3 团队沟通的特点

7.1.4 团队沟通渠道类型

7.2 团队沟通方式与技巧

7.2.1 团队沟通的程序

7.2.2 团队沟通方式

7.2.3 团队沟通技巧

7.3 团队沟通存在的障碍与误区

7.3.1 团队沟通存在的障碍

7.3.2 团队沟通误区

问题与讨论

<<人际关系与沟通艺术>>

实训练习

拓展阅读

拓展篇

任务8 人际沟通礼仪

8.1 个人礼仪

8.1.1 仪容礼仪

8.1.2 仪表礼仪

8.1.3 仪态礼仪

8.2 社交礼仪

8.2.1 介绍礼仪

8.2.2 握手礼仪

8.2.3 名片礼仪

8.2.4 电话礼仪

8.2.5 手机礼仪

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

任务9 交友沟通——友谊的建立与巩固

9.1 朋友关系与友谊

9.1.1 友谊的概念

9.1.2 友谊的构成要素

9.1.3 友谊的特征

9.1.4 友谊的价值

9.1.5 友谊的误区

9.2 友谊建立的基础

9.2.1 以德择友是友谊建立的前提

9.2.2 志同道合是友谊形成的基石

9.2.3 共同的兴趣爱好是友谊联络的纽带

9.3 巩固友谊的技巧

9.3.1 平等交往

9.3.2 理解和尊重朋友

9.3.3 真诚待友

9.3.4 互助互利

9.3.5 宽容待友

9.3.6 诚信待友

9.3.7 在竞争中发展友谊，在友谊中促进竞争

9.3.8 是非分明，讲原则

9.3.9 正确对待异性友谊

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

任务10 恋爱沟通——爱情的培养与呵护

10.1 恋爱关系与爱情

10.1.1 恋爱的概念

10.1.2 爱情的本质

10.1.3 爱情的特征

10.2 爱情的维持与呵护

<<人际关系与沟通艺术>>

10.2.1 维持与呵护爱情的基本原则

10.2.2 呵护爱情

10.3 婚姻的经营与维护

10.3.1 婚姻与爱情

10.3.2 婚姻的经营与维护

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

任务11 家人沟通——亲情的眷顾与回归

11.1 家人关系与亲情

11.1.1 家人关系与亲情概述

11.1.2 亲情的价值

11.2 亲情的表露与眷恋

11.2.1 亲情表露的意义

11.2.2 亲情表露存在的障碍与误区

11.2.3 亲情表露的技巧

11.3 亲情的回归与幸福

11.3.1 积极培育积极健康的心态

11.3.2 确立正确的幸福认知

11.3.3 坚持民主与平等的原则

11.3.4 掌握良好的沟通技巧

11.3.5 建立良好的家庭人文环境

问题与讨论

实训练习

拓展阅读

参考文献

<<人际关系与沟通艺术>>

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>