第一图书网, tushu007.com

<<和孩子一起学人际关系>>

图书基本信息

书名：<<和孩子一起学人际关系>>

13位ISBN编号：9787502835521

10位ISBN编号：7502835520

出版时间：2009-5

出版时间：地震出版社

作者：柯君

页数：306

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

<<和孩子一起学人际关系>>

内容概要

您的孩子知道什么是交际吗？
您的孩子觉得自己不受欢迎吗？
是不是每天因为一些无谓的小事斤斤计较？
你的孩子在交往中，会不由自主地感到紧张、害怕？
……每个孩子都有自己的人际世界，凡是属于人际交往的问题都不是问题，凡是表现在表面上的东西都有其深刻内涵，本书就将教你如何变成人际场上如鱼得水的人，为您和你的孩子提供最实用的生存技能、最有效的社交法则。
学会交际，您就能适应社会；懂得社交，您离成功就只有一步之遥！
◆要处处替他人着想，切忌以自我为中心；◆做一个平易近人的人，和别人打交道要轻松自如；◆别人说话时不打岔，人家有意见时，诚心聆听，虚心学习；◆改变你自己，留下良好的第一印象，塑造经久不衰的完美形象；◆站在对方立场设想，将心比心，并且用温暖、尊重、了解的方式去沟通；◆要胸襟豁达、尊重别人，克制自己；你尊重别人，别人也会尊重你；你喜欢别人，别人也会喜欢你；◆善解人意，体贴别人。
一个体贴别人的人，总是设身处地为别人着想，不让别人紧张、拘束，更不会让别人尴尬难堪。

<<和孩子一起学人际关系>>

书籍目录

第一章 打开心结，正视无处不在的人际关系　1 举头三尺有神明，抬头三尺有人际　2 人际交往的心理需要　3 “人缘”不好在自己　4 人际交往中的消极心理　5 克服对人际交往的恐惧　6 克服交际中的羞怯感　7 拒绝无谓的交际应酬第二章 一个好汉三个帮，善用人际关系　1 朋友多了路好走　2 借力办事更省心　3 学会使用人际关系　4 主动寻求他人的支援　5 关键时刻人脉带来惊喜　6 借提携盟友来增强你的实力　7 缔造一种“双赢”的局面第三章 构建系统而可靠的人际关系网　1 好关系，靠播种　2 清楚自己的专长和资源　3 多参加一些活动　4 敞开胸襟真诚待人　5 适度地推荐自己　6 挖掘自己的关系资源　7 不断积蓄，储备人情账户第四章 初次见面，给人留下良好印象　1 漂亮得体地介绍自我　2 让别人对你印象深刻　3 微笑是最好的名片　4 技巧性地打开话匣子　5 记住他们的面孔，牢记他们的姓名　6 随时表达你的善意　7 对所有人待之以礼第五章 知己知彼，洞察你的交际对象　1 不同的性格类型区别对待　2 做一个聪明的听众　3 善于引导交谈的话题　4 眼睛是心灵的窗户　5 仔细观察对方的肢体语言　6 小细节可以“出卖”主人　7 远离那些“小人”第六章 细心体贴，好性格人人喜欢　1 帮助别人就是帮助自己　2 幽默是人际沟通的调和剂　3 给予别人足够的同情和关注　4 别忘顾及他人的感受　5 忠言也可以不逆耳　6 不要打断别人的话　7 称赞永远都不会多余第七章 大度化解尴尬，避免一切争吵　1 在矛盾面前要保持冷静　2 面对指责不要恼怒　3 用别人的批评提高自己　4 试着站在别人的立场上分析事情　5 大肚能容天下事　6 你要承认也许是自己错了　7 自己错了要及时道歉　8 不要吝惜你的喝彩第八章 宽容有度，低调做人不吃亏　1 学会适度妥协　2 善于听取别人的意见　3 话不要说得太满　4 真诚地对待别人　5 谦虚谨慎不出错　6 过度表现自己会给人压迫感　7 宽容他人悦纳自己第九章 卓越品质，赢得绝佳口碑　1 喜欢聆听朋友的心声　2 尊重身边的每一个人　3 信守诺言但不轻易许诺　4 不搬弄是非　5 以欣赏来取代嫉妒之心　6 任何时候都让别人保留脸面　7 不要在背后言人是非第十章 维护加固，细心呵护关系网　1 诚意和耐心很重要　2 不要临时抱佛脚　3 重要人脉多维护　4 乐于处理别人的请托事务　5 建立整齐有序的人脉档案　6 绘制自己的人脉地图　7 经常评估和扩展关系网

章节摘录

第一章 打开心结，正视无处不在的人际关系　　1 举头三尺有神明，抬头三尺有人际　　每一个成年人一定都明白，飞速发展的时代，人际关系无处不在。
俗话说：一分耕耘，一分收获。
每一次沟通，就为人际网络多织一条线。
在激烈的社会竞争中，能不能很好地立足于本行业，人际关系是相当重要的。
换言之，一个拥有更广且深的人际关系的人，就有可能比别人更快速地获取有用信息，进而转换成升迁的机会，或者财富；而在危急或关键时刻，也往往可以发挥转危为安的作用。
然而，你可能怀疑，孩子那么小，需要学习人际交往吗？
如果你真的这么想，那么一定要先打开自己的心结。
在中国人的社会圈子里，一谈到人际关系，很多人都认为是走后门、讲人情的同义词，也因此使得我们的教育只重视专业技能，而忽略对孩子人际关系的教育。
现实中形成的所谓知识的巨人、人际关系白痴的现象，已经屡见不鲜。
哈佛大学为了解人际关系对一个人成就的重要性，曾经针对贝尔实验室顶尖研究员做调查。
他们发现，被大家认同的杰出人才，其专业能力往往不是重点，关键在于顶尖人才能够采用合适的人际策略，这些人会多花时间与那些在关键时刻可能提供帮助的人，培养良好的关系，在面临问题或危机时动用这些关系便很简单地化险为夷。
哈佛学者们分析，当遇到棘手的问题时，一位表现平平的实验员会努力去请教专家，之后却往往因苦候没有回音，而白白浪费时间。
而顶尖人才则很少碰到这类问题，这是因为他们在平时就已经建立了丰富的资源网，一旦有事请教，便立刻因运用这些关系很快得到答案。
很多家长都很看重孩子的学习成绩，却不重视或无意中忽略了孩子的交往能力。
而不会与人交往所造成的问题学生越来越多，他们往往从自身的角度出发，以自我为中心，不太考虑别人的感受，更不会换位思考。
俗话说：“一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮。
”不会与人相处，不会与人合作，将来又怎样适应社会，怎样生存呢？
人际交往是一种能力，一种影响深远的能力。
如果在孩子需要人脉的时候才学习人际交往，就已经太晚了。
我们必须在孩子小的时候，就教会他如何建立自己的人际资源网络。
而且，孩子真的就与人际关系没有关系吗？
要知道，孩子自呱呱坠地之后，就在与周围的人发生着各种各样的联系，我们称这种联系为人际交往。
在与其他人交往的过程中，儿童的个性、社会性逐渐发展起来。
对于学前儿童来讲，生活中接触最多的是父母（或者照顾者）和同伴。
儿童和父母的关系为亲子关系，和同伴的关系就叫做同伴关系。
其实，从一出生开始，孩子就与人际关系密不可分了。
研究显示，出生1个月的新生儿对同年龄的婴儿即有相对的吸引力；6个月的婴儿会对其他幼儿的声音及逗弄产生响应，如注视或舞动手脚等反应；1岁幼儿对于其他幼童的反应就更明显，常常会主动发出声音或希望以手触摸对方。
也就是说，还是婴儿的时候，孩子就已经有人际互动的概念，从这时候起我们就应该给予孩子正向的互动模式。
人从出生就开始积极社会化，但什么是“社会化”呢？
孩子在成长的过程中，其生活习惯、行为、语言、思维模式与道德行为等，往往受到周围人及所处社会文化的影响，这个从自然人蜕变成社会人的过程，就是所谓的社会化。
社会化是每个宝宝成长过程中，必须要经历的。
其中有些重点项目，是绝不能遗漏的。

一个人的社会行为必须发展成熟，才能与人和平相处，拥有良好的人际关系并为他人所接受。
若孩子在社会化的过程中，产生以自我为中心、不考虑他人感受等行为，会影响孩子的社会适应力。
因此父母应注意孩子在发展过程中是否有偏颇，如此才能针对不适应症，采取补救及改正措施。
人际关系好的孩子能够得到同伴的肯定，增强自信心，从而培养许多正向的人生观；反之，人际关系不好的孩子，容易产生怯懦、不合群、孤僻等性格，不受他人喜爱，也不喜爱他人。
因此，从小培养孩子良好的人际交往能力，是父母教育的重要课题。
　　人际交往的心理需要人出生以后，从自然人逐步变为社会人，期间必然要进行社会交往，必然要与社会发生联系。
人是不可能孤立地生活在世界上的，没有社会交往和联系，就不能生存和发展。
人际交往是人的本性即社会性的要求，是人的本质和表现。
在人的基本需要中，交往的需要是最广泛、最复杂，而且是永恒的需要。
正是人的本性和生存、发展的需要，使人们结成一定的社会关系。
正如马克思所说：“ 由于他们的需要即他们的本性，以及他们求得满足的方式，把他们联系起来（两性、交换、分工），所以他们必然要发生相互关系。
”人们进行社会交往，不仅是为了进行生产，而且也是为了精神需要。
无论是谁都需要朋友，都想求知音，都想与别人进行语言、思想、感情的交流，以求得互相了解、互相关心、互相支持、互相帮助、互相激励。
古往今来，善于交友的人，往往容易在事业上取得成功。
所以，孔子很重视交友，他说：“ 有朋自远方来，不亦乐乎！
”鲁迅先生在为自己制定的五条生活准则中就有一条“ 多交友，交好友 ”。
　　英国现实主义小说家丹尼尔·笛福的小说《鲁宾逊飘流记》的主人公鲁宾逊，飘流到一个荒岛上，处在远离人群、孤苦一人的绝望之中，这时他首先想到的是人，急切地要同人发生联系，是找朋友，他呼喊着：“ 啊！
哪怕有一两个——哪怕只有一个人从这条船上逃出性命，跑到我这儿来呢！
也好让我有一个伴侣，有一个同类的人说说话儿。
交谈交谈啊。
”后来他从野人那里救出了“ 星期五 ”，再后来又救出了“ 星期五 ”的父亲和一个西班牙人，岛上不再只有他一个人了。
鲁宾逊成了主人！
其他人都在他的统治之下，他们组成一个小社会，开垦岛屿，创造财富。
这个故事说明，人不能离开社会关系而独立存在，人需要交友，需要合群。
　美国心理学家马斯洛曾指出，如果一个人被别人抛弃或拒绝于团体之外，他便会产生孤独感，精神会受到压抑，严重的还会产生无助、绝望的情绪，甚至走上自杀的道路。
而他的学生舒茨则在《人际行为三维理论》一书中，提出了人际交往的三种基本心理需求倾向是包容、情感和控制，并在人格特质观点的基础上阐明了这种人际交往的三维倾向，呈现主动型人格特质的行为表现和被动型人格特质的行为表现。
这一观点对指导人们的人际交往行为模式具有非常关键的意义。
对于孩子来说，同伴关系使他们有集体归属感。
在与同伴的交往过程中，孩子们在心理、生理上都处于相似的水平，他们之间的关系是同等的、互惠的，孩子在和同伴的游戏中获得社会交往的知识，锻炼社会交往的技能，学会遵守交往的规则，而且同伴关系使得儿童有一种集体归属感，因此和其他人的交往都不能替代和同伴的交往。
孩子也非常喜欢和小伙伴们在一起。
儿童心理学的研究表明，12个月大小的婴儿就开始对见过两三次面的其他婴儿表现出更多的兴趣，12—24个月的婴儿就开始了相互游戏，表现出初步的交往能力。
参不参加群体游戏的孩子一眼就能辨出来。
20世纪70年代以前的家庭中两个孩子是少的，三四个是普遍的。
用不着大人过多地费心，兄弟姐妹间就会苦乐同享相互照顾，而且还是很好的玩伴。

女孩们在嬉笑玩耍中自然少不了吵嘴哭鼻子；男孩们在开开心心的打杀中受伤挂彩也是常有的事。
那时的孩子们最不缺的就是小伙伴和做游戏。
与热热闹闹、不知道什么叫郁闷的孩子们相比，那些为数极少的独生子女们，以及被父母关在家里的“乖宝贝”们，是一眼就能看出来的，因为这些孩子的脸上往往缺少一种灿烂的阳光，多了一点孤寂带来的郁闷，而在待人接物时他们也常打出一块“不合群”的招牌。
能量的释放是人际交往的另一个心理需求。
情感是人际信息交流的重要手段之一，人在情绪反应中，通过面部表情、声调变化和身体姿态，来实现信息传递并达到互相了解。
孩子哭，发出的是不舒服、痛苦的信号；孩子笑，发出的是愉快、幸福的信号。
传递情绪情感的信息是人类心理能量在无意中的释放，而接收情绪情感的信息是人类心理在自然而然中的感受。
它们可以随时地不受限制地作用于人群中，决定着交往的质量。
比如，一个真诚微笑的人会吸引许多朋友，一个怒不可遏的人则可能吓跑许多朋友。
假如一个孩子生长的社会环境是自由的、开放的，周围有许多同龄伙伴，他的情感交流是平等的、宽松的、直接的，那么他们的情感表现特质就是主动型的。
假如一个孩子生活的社会环境是封闭的、拘谨的，周围很少有同龄伙伴，而是长辈或隔代人，那么他先要观察他们的情绪情感，再来决定自己是“大叫”还是“小打”，因此，他的情感表现特质是被动型的。
无疑，这两种情感表现特质的联结取决于后天的语言交流能力，所以形成不了与人交往的经历和与人交往的现实感受，因此也就无从形成人际交往的认知意象。
人与人之间必须发生一些事件或连续不断的来往，才会形成一个个交往的经历，同时也会相应地产生许多交往感受。
与读书学习的单向感受不同，交往感受是双向或多向的。
一个人交往顺利与别扭，不仅与他的交往经历有关系，还与他当时的情绪、气质以及阅历、经验、个性和能力有关。
提高与人交往的心理素质，需要通过不断地积累经历与刺激感受，从而使交往的认知意象一步步强化来得以实现。
总之，孩子在成长过程中，绝对离不开人际交往，这是他们认识自己、肯定自我的主要社会来源。

编辑推荐

《和孩子一起学人际关系》：精通人际交往，孩子将会享受阳光、快乐、友谊和幸福的果实！
花好在于色彩，人际在于交往，贿人际运用好，孩子才会在以后的人生路上左右逢源。
孩子教育不仅是知识教育，而且包括改善人际关系，其重要性要远远超过知识教育。
　没有人际交往。
世界将成为一片荒凉的沙漠。
当人置身于改革开放和市场经济的大潮中时，每天都不可避免地与人交往。
交往既能给人带来幸福和欢乐，也常常会遇到一些障碍和难题。
正如一位著名的心理学家所言：一个人成功的因素85%来自社交和处世。
因此要做一个左右逢源的人，首先必须学会更好地开发和管理自己的人际关系。
一句话。
事业的成败，很大程度上在于人际交往！

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