

<<沟通成就你的一生>>

图书基本信息

书名：<<沟通成就你的一生>>

13位ISBN编号：9787563920914

10位ISBN编号：7563920919

出版时间：2009-7

出版时间：北京工业大学出版社

作者：赵渊

页数：258

字数：220000

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>

## <<沟通成就你的一生>>

### 内容概要

留心对方的忌讳、什么时候轮到我、只要讨论，不要争论、不必强争，沟通以“和”为贵、不恰当的客套让人拘谨、别把自己逼进死胡同、别做让人讨厌的“小喇叭”、这样的批评要不得、绝对强势不如友善沟通、指出别人的错误前再三思.....本书告诉你如何掌握与人沟通技巧的专著。

为什么会有这么多的职场人士对沟通技巧有着如此迫切的需求呢？

原因就在于几乎每家公司的招聘启事都会提及对沟通能力的要求。

沟通能力越来越成为职场成功应聘的首要要素，也越来越成为职场人士成功的必要条件。

因此无论你的职位高低，无论你从事何种行业，高效沟通能力都将会是你的利器，也是最具生产力的资源，更是每个职业人士的职场梦想。

本书是关于介绍人际关系学的专著。

## &lt;&lt;沟通成就你的一生&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 沟通是立足社会的资本 好口才是一种能力 沟通是立足社会的重要资本 沟通是管理行为的焦点 沟通是良好合作的基础 有话会说, 尽显沟通魅力 多沟通就会有惊喜

第二章 职场中恒久不变的沟通法则 和你的上司良好沟通 用汇报和上司沟通 与上司沟通时要记住“钓鱼哲学” 不和上司说偏激的话 拒绝上司有方法 悄然走近同事 办公室的玩笑原则 避免用命令的方式 批评下属有学问 职场“变脸记” 谈判桌上的沟通技巧

第三章 善用沟通艺术赢得好人缘 你的心事我愿意听 你的名字我记得 别忘了微笑也是一种语言 一良好的沟通从赞美开始 巧用称呼直击对方心坎 忠言不逆耳 我们之间有话题吗 吃透陌生人 主动热情让你不再被冷落 永远鼓励身边的人

第四章 沟通有方提高个人魅力 巧妙问答, 控制交谈的主导权 表述细节, 让听者更明白 说好精彩的“第一句” 学会把自己“卖”出去 简短的话语有时更受欢迎 三分钟把重要的事情说清楚 幽默措辞, 沟通出彩 揣摩听者的心理 面对误会, 让解释更有效 看好时机再开口 听懂对方的弦外之音 绕开“不明确的语言”的陷阱 “不好说”就要拐弯抹角 紧言急语慢开口, 话到嘴边留半句

第五章 沟通中你想扮演什么角色 准确定位自己在沟通中的角色 看客上菜, 做善于沟通的人 我就是说服高手 替人解围, 做交际场的“及时雨” 做一个出色的“广播员” 小心成为夸夸其谈的“牛皮王” 不做不懂装懂的“纸老虎” 学会说“不”, 不做别人思想的奴隶

第六章 沟通中警惕人际交往的“雷区” 令人生厌的说话方式 留心对方的忌讳 什么时候轮到我 只要讨论, 不要争论 不必强争, 沟通以“和”为贵 不恰当的客套让人拘谨 别把自己逼进死胡同 别做让人讨厌的“小喇叭” 这样的批评要不得 绝对强势不如友善沟通 指出别人的错误前先三思

第七章 我就是沟通高手 克服社交恐惧症 敏于行, 也要善于言 心中有谱, 方能舌绽莲花 遣词用字、声调、表情动作 利用肢体语言促进沟通 掌握电话沟通的诀窍 既要善“始”, 又要善“终” 向沟通高手“学舌” 学会没话找话去沟通 岔开话题, 随心所欲

## <<沟通成就你的一生>>

### 章节摘录

第一章 沟通是立足社会的资本 好口才是一种能力 口才，顾名思义，是指口头表达能力的展现，而口才也是人际沟通中相当重要且可直接感受到的关键因素。

逻辑严谨、见解独特的人，通常较容易取得别人的信赖并达成共识，这也就是好的口才所具备的优势。

要想在现今处处强调竞争优势的社会上立足，你就不能不具备熟练的“嘴上功夫”。

否则，别说是应付工作上的实际需要，就连和家人的日常生活相处，恐怕也会容易出现摩擦。

良好而有力的沟通，要从单项表达的口才开始，若表达得流利，内容丰富，使用的语言精确，就有机会发展成为一个人际交往中的成功沟通者！

“张小姐，您今天的打扮看起来真是容光焕发，这件衣服的式样和颜色真的很适合您！”

“真的吗？”

谢谢！

你的话会让我一天心情都愉快……”这样的对话，你一定不陌生。

我们常会希望自己也像上面这则对话里的男主角一样，是一个能令人愉快、喜欢与人为伍的人际高手。

人际相处问题虽不似国际外交关系那么复杂，但若要做到和多数人维持正常、和谐的互动关系，如何善用你的口才及语言魅力来达成良好的沟通则非常重要！

拥有好口才就是拥有一种能力，会对你的事业帮助很大。

理发师傅带了个徒弟。

徒弟学艺3个月后，这天正式上岗，他给第一位顾客理完发，顾客照照镜子说：“头发留得太长。”

徒弟不语。

师傅在一旁笑着解释：“头发长，使您显得含蓄，这叫藏而不露，很符合您的身份。”

顾客听罢，高兴而去。

徒弟给第二位顾客理完发，顾客照照镜子说：“头发剪得太短。”

徒弟无语。

师傅笑着解释：“头发短，使您显得精神、朴实、厚道，让人感到亲切。”

顾客听了，欣喜而去。

徒弟给第三位顾客理完发，顾客一边交钱一边笑道：“花时间拖长的。”

徒弟无言。

师傅笑着解释：“为‘首脑’多花点时间很有必要，您没听说进门苍头秀士，出门白面书生？”

顾客听罢，大笑而去。

徒弟给第四位顾客理完发，顾客一边付款一边笑道：“动作挺稳索，20分钟就解决问题。”

徒弟不知所措，沉默不语。

师傅笑着抢答：“如今，时间就是金钱，‘顶上功夫’速战速决，为您赢得了时间和金钱，您何乐而不为？”

顾客听了，欢笑告辞。

晚上打烊。

徒弟怯怯地问师傅：“您为什么处处替我说话？”

反过来，我没一次做对过。

师傅宽厚地笑道：“不错，每一件事都包含着两重性，有对有错，有利有弊。”

我之所以在顾客面前鼓励你，作用有二：对顾客来说，是讨人家喜欢，因为谁都爱听吉言；对你而言，既是鼓励又是鞭策，因为万事开头难，我希望你以后把活做得更加漂亮。

徒弟很受感动，从此，他越发刻苦学艺，技艺也日益精湛。

什么事情不仅要会干，也要会说。

我们在平常办一件极普通的小事时，由于说话水平不同，所获得的效果和回报也大不相同。

就像上面的故事一样，如果师傅不能给顾客一个满意合理的解释，很可能和顾客闹得不欢而散，对自

## &lt;&lt;沟通成就你的一生&gt;&gt;

己的生意显然是没有帮助的。

口才，通俗地说，就是我们平常的说话。

说话是人们每天生活的主要内容，有一句话这样说：“从早晨睁开眼睛开始，一天中的每件事都必须用语言来推动”。

因此，语言在人们生活中是最简单、最平凡，也是最重要的事。

正因为语言与人们息息相关，所以说说话的技巧就显得尤其重要。

在这些技巧中有三条原则需要谨记。

第一，说话要有礼貌，应对要符合礼节。

说话有礼貌，让人感觉不急躁；应对符合礼节，对方就不会有戒心。

常说敬语、尊称、谦让语是和陌生人交往极为重要的表达技巧，即使对熟悉的人也要保持这些良好的习惯。

谦让语是“请、谢谢、对不起、麻烦你、不客气、是否可以”六句话。

对方看到你彬彬有礼，也会回敬以礼，这样双方可以提高彼此接受度。

第二，肯定、赞美对方的价值，也就是让对方觉得他在你心目中是不错的。

赞美他、肯定他，是很好的技巧。

赞美别人需要勇气与度量。

有的人为了保护自己的面子与满足自我优越感，不太能够赞美别人，实际上这是最不可取的。

第三，尊重对方。

人都喜欢被尊重，这是人与人沟通中最重要的原则。

人的想法有很多种，我们必须尊重别人的观点与做法，包容不同意见，彼此间的相处就会更好。

好口才是一种能力。

因为拥有好口才能够让你在人际交往中游刃有余，为自己建立广泛的人脉资源，为自己的事业铺好迈向成功的阶梯。

每一个人都希望自己具有从容自如的说话才能，梦求自己能展示超凡脱俗的说话魅力。

但是，说话的才能和魅力如何，与说话的水平 and 技巧是休戚相关的。

要具备这种说话的才能，你就必须得会说话，还得善于说话。

会说话，就是要求你不仅能够清楚准确地把你的意思表达出来，还要尽可能说得形象生动、悦耳动听，让对方明白理解你的意思；善于说话，就是要求你能够洞察对方的意图，适时、恰当地和对方进行顺畅的交流，并使交流深入下去。

我们看到很多不敢说话、不善言辞的人所遇到的尴尬情形。

他们说的话不能准确、完全地表达出自己的意图，让听者觉得十分吃力费神，更谈不上能使对方产生共鸣，或心悦诚服地接受其意见，这样就造成了交际上的种种困难，影响生活和工作，同时也给自己带来诸多苦恼。

我们今天所处的社会，是一个科技和信息高度发达的社会，它的复杂性使得人们之间的联系和交流变得越来越频繁和密切，人们之间相互合作的需要也变得越来越突出。

一个人单枪匹马闯天下已经变得不切实际，“离群索居”也变得很不现实。

因此，沟通在人们的生活中显得越来越重要，说话已经被赋予了更多的功能和意义，已经变成了影响人们生活和工作不可忽视的因素。

说话的信心与语言表达能力，对任何人来说都变得愈来愈举足轻重。

所以，我们每个人都非常有必要下苦工夫提高一下自己的说话能力，增添一下自己的说话魅力。

因为只有这样，才可能避免在社交活动中出现失败，才会避免在工作、生活上陷入重重困难之中，才能促进自己事业的成功，使自己的生活会变得丰富多彩。

沟通是立足社会的重要资本 每个人都会说话，从学会说话那一刻起，人们就开始用说话这种方式来表达自己的喜怒哀乐、自己的需要、自己的思想，也用这种方式和别人交换认识和想法，拓展着自己的人生空间。

说话是和别人进行交流的最基本、也是最主要的方式。

任何一个人都无法脱离社会群体而独立存在。

## <<沟通成就你的一生>>

因此，人际交往是个体融入社会群体的重要保障。

人生的成长与发展、成功与幸福，无不与他人的交往密切相连。

但是，说话是有分别的，会说并不意味着就能说好，说好也并不意味着就能达到交流和沟通的目的。

交往具有深刻的社会性，它作为一种能力已越来越被人们所重视，这是社会发展的必然。

随着全球化趋势的发展，人们之间的沟通日益频繁。

沟通能否顺利实现，在很大程度上取决于双方的交往能力。

因此，在每个人的人际交往中，沟通都占着很重要的地位，它在一定程度上成了展现一个人能力和提升其社会地位的很好途径，善于沟通是一个人立足社会的一项重要资本。

在人们的沟通中，口头的语言交际，也就是说话，是最主要的方式。

这一点不但是人类有别于其他动物的主要标志之一，而且也是人类数百万年来得以繁衍生息、生存发展的一种重要手段。

尤其是科技和信息革命的新浪潮席卷全世界的今天和将来，说话不仅成了人们日常生活的一个重要组成部分，更是人们事业成败的一个举足轻重的先决条件。

说话的水平和能力已成了衡量一个人整体素质的一个不可缺少的重要标志。

国外有位著名的小说家曾说：“日常生活中大部分的摩擦冲突都起因于恼人的声音、语调以及不良的谈吐习惯。

”这话是很有道理的。

其实只要我们仔细观察我们自己的身边，就会发现，谈吐的缺陷往往可能导致个人事业的不幸或损害所服务机构的荣誉与利益，也可能导致家庭不和，更有甚者可能导致国际关系的紧张恶化。

一个人的谈吐如何，往往决定对方是否愿意聘他、与之交往，或者是否愿意投他一张信任票、与之发生商业关系等等。

我国古代就有专门以善辩的口才立业的人，比如张仪；也有像诸葛亮那样一番纵论天下局势而打动刘皇叔，从而得到施展自己政治抱负的机会，等等。

一个人的说话能力可以显示他的力量，一个口才好的人说话说得使人信服，可以使他的地位提高很多，就像人们更喜欢和说话算数的人交往一样。

说清楚自己想要表达的意思是进行人际交往活动和行为的前提，否则很容易导致误会，致使交际活动无法进行下去。

一个人如果谈吐出现障碍或者表达能力不足，则会被人低估他的能力，甚至可能被人扭曲形象。

一个人即便思想如星星般光耀生辉，即便勤奋得如一头老黄牛，即便知识渊博得像一部百科全书，他如果缺乏良好的沟通能力，成功的机遇就比别人要少得多，也往往难以达到自己的理想目标。

更有甚者，他们在人前不敢开口讲话。

很难想象这样的人能和别人成功交流，不能和别人交流也就无法顺畅地建立自己的人际关系网。

不敢说话是人际交往中的最大心理障碍，对个人的生活和事业的成功都是没有任何帮助的，所以一定要有勇气和胆量克服。

其实，只要仔细分析一下造成这种障碍的原因，然后对症下药，这种问题是很容易解决的。

.....

<<沟通成就你的一生>>

编辑推荐

沟通，让我们的生命丰富多彩；沟通，让我们的人生丰盈美丽；沟通，让我们的世界生机盎然。  
沟通是艺术，沟通，使人际关系更圆融，也使生命更有意义。



<<沟通成就你的一生>>

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>