

<<一分钟沟通修炼>>

图书基本信息

书名：<<一分钟沟通修炼>>

13位ISBN编号：9787802138810

10位ISBN编号：7802138817

出版时间：2010-9

出版时间：海潮出版社

作者：王鹏

页数：307

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>

## <<一分钟沟通修炼>>

### 前言

戴尔·卡耐基说：“一个人的成功85%靠人际关系。

”卡耐基先生点出了人际关系的重要性，那么，人际关系靠什么呢？

无论你在工作中处于什么样的职位，无论你在生命中扮演着什么样的角色，在相应的人际互动中，沟通始终起着关键性的作用。

我们要想生存，要想更好地生活，就一定要与他人进行联系。

你与家人，与公司内各色人员的关系好坏直接取决于沟通的质量，而一分钟沟通是最简单、最有效的沟通艺术。

人生的丰富就是人缘的丰富，人生的成功就是人际沟通的成功，可以说，无论我们在做什么，或者想做什么，要想获得成功就必须学会与人沟通。

沟通不仅影响着我们的工作，更无时不刻地左右着我们的生活，沟通无处不在。

你是否学识渊博却不善言辞，以至于无人赏识；你是否感觉自己工作出色，却总是得不到领导的提升；你是否面对客户一让再让，对方却始终不满意。

这些，都是你不会沟通的表现。

生活中，我们沟通的目的就是为了获得更好的人际关系，掌握沟通的方法和技巧将会对我们的人际关系大有裨益。

著名作家萧伯纳曾经说过：“假如你有一个苹果，我有一个苹果，彼此交换后，我们每人仍只有一个苹果。

但是，如果你有一种思想，我有一种思想，那么彼此交换后，我们每个人都有两种思想。

甚至，两种思想发生碰撞，还可以产生出两种思想之外的其他思想。

”

## <<一分钟沟通修炼>>

### 内容概要

本书全面而实用的指导将帮助更多的读者改善与朋友、同事和爱人等之间的关系。你会在其中发现一些新的技巧，帮助你更加有效地表达自己的观点，并成为一名更出色的倾听者。对于所有愿意提升自己沟通技能的读者来说，本书堪称无价之宝。

让我们来学习一分钟沟通的艺术，修炼一分钟沟通的本领，让我们来掌控自己的命运，让我们改变自己的人生。

## &lt;&lt;一分钟沟通修炼&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 处理好与上级的关系 处理与新来的上级领导关系 处理与高层首脑人物的关系 处理与直属上级领导的关系 处理与逆境中的上级领导关系 处理与外国主管的关系 与上司相处的9个准则 学会与副职上司融洽相处 让上司关注的方法 不能夸夸其谈要埋头苦干 忠言顺耳更利于行 善听领导的反语 对领导敢说的这几句话 谦虚求教于领导 化解与上级领导的误解 处理上级领导的发火 面对上级领导的冷落 化解与上级领导的分歧

第二章 处理好与同事的关系 初次与同事的交往 工作之余的同事交往 与同事建立亲密的关系 处理好与同事的竞争与合作关系 多听同事说话 嫉妒同事就是跟自己过不去 不能轻许诺言要讲信用 对付各种打小报告的同事 应付排挤你的同事 怎样处理同事和你争功劳 彻底化解同事之间的矛盾 影响同事关系的12个言行 巧妙对付不友好的言论 淡化你身边的妒忌 开玩笑要掌握限度 给同事留点面子 敢于认错勇于纠错 及时消除同事间的误会 从对手的弱点寻找晋升突破口

第三章 处理好与下属的关系 妥善处理下属的“抵抗运动” 如果下属不与你结盟 处理下属过去的冲击波 处理下属使用暗语 处理下属翻“旧账” 处理下属奇装异服 处理下属越俎代庖 处理高科技弄权者 处理员工缺乏责任感 处理员工经常迟到 处理员工上班时间办私事 处理员工盗用公物 处理下属雇用无能员工 处理员工提出不可行建议 处理爱辞职的员工 处理下属的“老毛病” 处理下属工作不力的方法 处理下属越级沟通 把矛盾消灭在萌芽状态 允许下属尽情发泄

第四章 处理好与商界的关系 在商界广结“善缘” 获得政府理解与支持 处理好与社区关系 处理好与公益事业关系 处理好与股东关系 处理好与科教界关系 边做生意边交朋友 常与客户沟通 如何与不同顾客打交道

第五章 处理好与朋友的关系 真诚是友谊的基石 朋友要相互尊重 如何选择朋友 客客气气地交朋友 真心实意地交友 与朋友保持距离 设身处地为别人着想 别让钱财问题横在朋友之间 如何勇于接受批评 维护朋友的友谊 善待你的朋友

第六章 处理好与爱人的关系 追求你的所爱 爱情与亲情 爱需要勇敢地表白 初恋形象塑造法 让对方觉得你“有格调” 与恋人约会 与恋人交谈 爱情不是交易 不一定要事事顺着女友的心 在生活中经常赞美你的爱人 妻子在丈夫面前塑造美好的形象 善待男人赢得丈夫的爱 丈夫在妻子面前塑造美好的形象 对心爱的人不能无条件地顺从 夫妻生活需要真实 理解是共同生活的基础 多一份体谅和关爱 调和夫妻间的关系 夫妻间积极化解矛盾的技巧

第七章 处理好与同乡的关系 亲不亲故乡音 “礼”与乡情的关键 共鸣的话题 不可贫富取乡

第八章 处理好与师生的关系 尊是师生相处的前提 不能过分炫耀才能 恩威并施的师生关系 师生关系要拘小节 桃李不言，下自成蹊 不妨多做伯乐 青出于蓝胜于蓝

第九章 处理好与同学的关系 不做传话筒保守他人秘密 送个人情给同学 善用你的幽默 才华不露聪明不逞 切不可操之过急 多看长处，“揭”其短处 同学贵在相聚

第十章 处理好与邻居的关系 两种亲邻关系的区别 正确处理邻里关系 远亲不如近邻 多为邻居想想 邻居相关的忍受之道 邻居要互相帮助

第十一章 处理好与亲戚的关系 亲戚要互相尊重 常来常往地走动 亲戚问的血缘相连 千里送鹅毛的高人 对待亲戚要一视同仁 切忌斤斤计较

## <<一分钟沟通修炼>>

### 章节摘录

当上级领导被孤立或受到处分时，作为中层领导首先要了解清楚原因，在关键的时刻帮他一把，使他脱离困境。

在没有弄清原委的情况下，就贸然行事，是很危险的。

比如，上级领导受处分的主客观因素有很多，不论你的上级领导是什么原因受到处分，都应该找出问题的发生根源，确定其性质，并把它们作为你确立应对策略的基础。

当上级领导被孤立时或受处分时，他处于众叛亲离、孤立无援、十分尴尬的处境，具有灰心丧气、郁闷烦躁、凄凉痛苦、自我解嘲等的失意情绪，其心理落差很大，对人情冷暖有了深刻的体验，更加强了他东山再起、恢复以往辉煌和荣耀的决心。

因此，对那些给予他一点一滴帮助的人都会让他感觉珍贵，更确信诗人纪伯伦所说：“你可以忘记与你一起笑过的人，但不能忘记与你一起哭过的人。

”对那些在他深陷逆境处于孤立无援之中给予帮助的中层领导，会被视为是最珍贵、最难于忘怀的。越是困难的时刻，越能考验人的忠诚，这时的忠诚才显得可贵。

对于那些聪明能干、胸怀大志的上司，即使他暂时身处厄运，下属也应忠诚地追随他。

对身处逆境的上级领导奉献忠诚，也要讲究方式方法，不然会起到适得其反的效果。

当上级领导受处分后，只要没有离开领导的岗位，就意味着他还是领导，也不意味着他已经没有了前途。

对这样的上司还应该一切照常，工作中积极配合，一如既往地全力支持他的工作。

避免在公开场合对他慰问，即使你是善意的，也会被认为是对他的羞辱和嘲弄。

要在私下里慰问和鼓励，以增加彼此的感情。

## <<一分钟沟通修炼>>

### 编辑推荐

《一分钟沟通修炼》：假如你有一个苹果，我有一个苹果，彼此交换后，我们每人仍只有一个苹果。但是，如果你有一种思想，我有一种思想，那么彼此交换后，我们每个人都有两种思想。甚至，两种思想发生碰撞，还可以产生出两种思想之外的其他思想。一分钟沟通，让我们的工作简单高效；一分钟沟通，让我们的生活绚烂多姿；一分钟沟通，让我们的人生丰富精彩！

<<一分钟沟通修炼>>

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>