

《年轻人必学的30堂社交课》

书籍信息

版次：5

页数：

字数：180000

印刷时间：2012年11月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787506487924

编辑推荐

你有没有过这样的经历：明明记得清清楚楚的台词，上台后却忘到了九霄云外本来期待的会面，却被突如其来的社交恐慌搅黄了办公室每个人看上去都挺和气，而你却被人际关系搞得焦头烂额一遇到陌生人就手心出汗、词不达意、吞吞吐吐、扭扭捏捏……翻开《年轻人必学的30堂社交课》，一切问题将迎刃而解！

内容简介

很多年轻人走出校门后，不知道如何与人相处，不懂得人情世故，更不明白怎样才能在职场中打拼出属于自己的未来。本书正是为这些刚刚从大学校门出来，满怀憧憬，也满怀困惑，同时渴望认识自己、发掘自己、重用年轻人的年轻人量身打造的。在这本书中，作者从六个方面分别介绍了学校没有教过的人际交往知识，为年轻人提供*的交际课读本，让其摆脱人际困扰，成为新一代交际达人。

作者简介

张振华，中国鲁迅文学院学员，山东省作协学员，职业撰稿人，尤其擅长励志、文史类图书的编写。曾编写剧本《冷床》、《小刀子》，撰写畅销书《历史上非常君臣那些事》、《给大忙人看的历史真相》、《我最想要的轻松艺术课》、《百年中国》、《职场女妖日记》、《爱情无需潜伏》、《博弈人生的江湖艺术》、《人脉为鼎》等多部著作。

目录

第一讲 外修气质——赢在交际第一回合
第一堂 好形象带来好运气

1. 第一印象，永久的印象
 2. 塑造形象，为自己加分
- 第二堂 服装是你的形象代言人
1. 着装决定成败
 2. 六个着装禁忌
- 第三堂 言谈得体尽显好气质
1. 说出你的大方与主动
 2. 从言谈举止看气质修养
- 第四堂 站有站相，坐有坐相
1. 站出素质，站出魅力
 2. 坐出修养，坐出优雅
- 第五堂 赢在举手投足之间
- [显示全部信息](#)

前言

当今社会，大学生综合素质成了人们关注的焦点，而在诸多素质中，最重要的当属大学生的交际能力。有的大学生在找工作时甚至出现了笔试过关、面试不过关的情况，究其原因，就是缺乏交际能力。亚里士多德说：“人是一种社会性动物。人际交往体现人类社会性的基本因素，与人的身心健康密切相关。”然而，相关部门的调查研究发现，人际交往障碍成了大学生最为常见的心理问题，甚至有半数的大学生受到人际关系的困扰。据《中国青年报》报道，高等教育出版社社会学习资源分社曾对我国28所高校的747名学生进行了问卷调查，结果表明，有59%的受访者出现了不同程度的人际交往障碍。导致现代大学生人际交往存在重大问题的原因有很多。首先是社会及文化背景的影响。中国人的文化传统中，人与人之间的交往、沟通都比较含蓄，心中所想经常不会直接表达，这就给人际交往设置了障碍，就像一名刚入职的大学生所说的：“我想和同事走得更近一些，但是他们说话总是拐弯抹角，而我心直口快，经常得罪人，搞得自己说话小心翼翼，简直太累了！”其次，与大学生自身的交往能力有关。如今大学生多为独生子女，在成长过程中并没有学会如何更好地与人交往。父母对孩子保护过度，本意是对孩子好，却使得孩子失去了人际交往的锻炼机会，有研究发现，有40%的大学生人际交往能力一般或者比较差。再次，现代大学生更注重个性发展，很容易忽略别人的感受，在与他人交往中产生隔阂和误会，进而发生冲突和矛盾，因为没有一个人喜欢他人不顾及自己的感受为所欲为。在这些因素的影响下，处于“断乳期”的社会新人面临着巨大的转型压力，人际关系较单纯、悠闲的校园生活被紧张的职场打拼和复杂的生活、人际关系所代替，因此心理承受能力差、不懂人际交往、礼仪文化缺失等问题成了大学生中的“流行病”。心理咨询中心经过统计也得出，在刚刚踏入社会的年轻人中，出现社会适应不良症状的比例竟然高达90%。事实上，社会上很多成功人士都曾有过社交恐惧，被人际关系搞得焦头烂额。不管是政界名人还是当红明星，都曾遭遇过手心出汗、词不达意的尴尬局面。然而，他们之所以成功，在大场合、小聚会上，面对大人物、小喽罗时

都能够谈笑风生、如鱼得水、游刃有余，就是因为他们经过了历练，在众目睽睽之下无数次地克服一瞬间的羞怯，迅速理清思路，对不同的人采用不同的交际手法。当然，不仅他们可以做到，刚刚步入社会的你也可以做到。成功的道路上，人脉比知识更重要，扩展自己的人脉圈是每个人应该优先考虑的事，就连“85后”的当红女星杨幂都将人际交往比喻成一个人的“保卫术”，可见建立良好的人际关系是初出茅庐的社会新新人类的当务之急。为了不成为社会上的“孤单小鸟”，为了不被人际关系所牵绊，为了能够实现自己的伟大理想，为了减少因“无知”而被人充当炮筒的几率，新新人类有必要从此刻起补上这30堂重要的交际课。本书根据当今社会大学生面临的最实际的人际交往问题，结合生活中常会遇到的“交际窘事”，分别从自身打造，如气质、涵养、口才，以及与不同人的交往等方面入手，教给你最简便、实用的交际方法，从而让你迅速摆脱人际困扰，成为新一代交际达人。张振华

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)