

新理财杂志征订开始了
最新会计课程开班了!
2012年财会信报征订
《税务规划》期刊优惠
轻松搞定会计职称考试



2011年注会考试网络速
中国CFO的梦想课堂
陪小艾来一次会计长途
会计继续教育辅导年检
会计考试保通过只考一

职场招聘 RSS

热词: 高级搜索

职场英语	求职指导	简历中心	求职参考	职场故事	职场潜规则	求职信息	招聘信息	职场礼仪	职业规划
------	------	------	------	------	-------	------	------	------	------

中华财会网 > 职场招聘 > 职业规划 > 正文

用技巧解决人际交往

2011-07-27 02:46 来源: 中人网

阅读: 打印

如今大学生生活中最棘手的问题莫过于人际关系问题，与此同时，大生学的交往触角大大延伸，积极主动地伸向了校外，大学生们希望从这些“无字之书”中获得真正意义上的交往体验。然而，同室之人且难以交往，何谈走向社会呢？交往中语言艺术和技术技巧的缺乏、认知的偏差等，带给他们更多的是打击和困惑。人际交往的世界是精彩的，可是很多人对这精彩的世界感到很无奈，自我中心、嫉妒、自卑、孤独等种种心理障碍像一张无边无际的大网，将许多人困在网中，使他们产生焦虑、痛苦、失望、恐惧等心理体验。因此，必须重视大学生交往的心理表现，加强对其的矫治与疏导。

一、良好的情绪是有效沟通的条件之一

情绪改变导致行为改变。研究表明，当大学生体验到的是积极的情绪时，大学生的行为目标也往往是积极、生动的。当大学生体验到的是消极情绪时，一部分大学生的社会兴趣下降，缺乏挑战，缺乏自信。

情绪的好坏影响周围的人。消极情绪会影响其他同学正常学习、生活，因而要善于调节和控制自己的情绪。

情绪的好坏影响人际关系。情绪具有感染性和传染性。乐观、热情、自尊、自信的人，在人群中更受欢迎，更容易获得别人的赞赏，也更容易形成良好的人际关系。而自卑、情绪压抑、爱发怒的人，往往不能与他人正常相处，难以沟通，使人与人之间关系疏远。

二、利用自我训练方式，化解人际交往困惑

首先要做到：1. 同学交往事知多少；2. 淡化缺点、找寻优点；3. 打破人际交往的寒冰。

其次要掌握人际交往的一些技巧，如学会聆听；有效沟通，留下美好的第一印象；交友之道，不要单纯追求功利性交往，交友互利，是人之常情，但是切勿把与朋友往来单纯作为功利交往，因为，朋友之间的交往，除了有事相互帮助之外，还有思想交流，知识互补，情感抚慰等方面的作用，如果朋友之间一味地追求功利性交往，那么，这样的朋友是不会长久的。总之，交友得法，友谊长久，反之，朋友之间的友情会如同是昙花一现，稍纵即逝。

频道推荐

- 持有ACCA资格者不足15% 高级财务人才紧俏
- 职场版“蓝精灵体” 看看有没有你的职业
- 汽车行业高端营销和技术人才匮乏
- 手机终端人才成“香饽饽” 客服行业“呼
- 裸辞蚁族橡皮人 职场七宗罪
- 房地产高端人才紧缺 裁员潮下团购仍打人
- 马云立规矩 自信还是危机
- “微博求职”走红网络 存监管不到位等问

点击排行榜

图片新闻

其他

三、选友——择善而交

在很多人心中存在一个交友误区，即朋友越多越好，这种想法是错误的。朋友越多，交际的范围越广，需要的时间和精力就越多，但人的精力是有限的，如果不加选择地广泛交际，就可能终日忙于交往，而几乎没有时间和精力来做自己该做的事。交友都应根据自己的实际情况而有所选择，特别是择善而交，因此，择友时应与那些为人正直真诚、胸怀宽广、博闻广见、志同道合的人为友。

四、交往——适度而为

适度，主要是指人际交往中一切行为要合乎分寸，恰到好处，要做到热情适度、谦虚适度、期望适度、交频适度。因此，朋友间的交往，无论是相处的时间、次数、距离等，都要保持恰到好处，这样才能达到“意犹未尽，情犹未了”的意境。

五、沟通——言为情生

人际关系的亲疏远近，更多的是体现在情感上的亲疏，而情感的沟通、共融是人际交往的关键。适当赞美别人，能给人带来美好愉悦的情绪体验，每个人都有得到他人尊重和肯定的需要；朋友之间选择恰当的时机、适当的方式表达对对方的赞许，是增进亲密情感的催化剂。同时要学会幽默，因为在人际交往中，说话富于幽默，具有浓厚的幽默感是很重要的，生动、形象、幽默的语言，不仅能缓和紧张而严肃的气氛，还可以更好地传情达意，表达某些不便明确说明的意思，增强语言的委婉和含蓄。并且也要换位思考，即体谅别人的态度和情感，生活中，人与人之间的冲突，常常是由于误解造成的，站在对方的立场看问题，更容易发现自己的不足，理解对方的难处，了解对方此时此刻的心理需求，只有善于理解别人的处境或感受，才会想别人所想，急别人所急，帮别人所需。学会换位思考，可以让我们正确认识问题，避免冲突，赢得朋友。

人际关系在人的发展中，具有不可替代的作用。对大学生来说，开展正常的、健康的人际交往，对于其适应大学生活具有独特的意义。许多同学进校后最希望得到的是“友谊”，同学之间的互相关心，互相帮助，互相信赖，有助于每个人尽快适应大学生生活环境，减轻心理上的不适应，获得生活上和心理上的安全感，而这一切都要从有效的沟通开始。要想获得良好的人际关系必须遵守一定的交往原则，诚实信用原则，公正平等原则，互惠互利原则，宽容大度原则。宽容是一种美德，宽容别人，其实也是给自己的心灵让路，只有在容宽的世界里的人，才能奏出和谐的生命之歌！

综上所述，人与人之间的交往不是随心所欲，而是有一定目的并需要使用一定的技巧。交往的技巧越好，人际关系越容易紧密维持。掌握一定的人际交往技巧，有助于提高你的处事能力。

相关新闻

我要评论

文明上网 理性发言

发表评论

[关于我们](#)

[广告服务](#)

[联系我们](#)

[招聘信息](#)

[网站律师](#)

[网站地图](#)

[合作伙伴](#)

电话: 010-88155800 010-88155700 地址: 北京市海淀区西四环北路146号三层(100142)

Copyright www.e521.com All Rights Reserved

北京未名集团 中华财会网 版权所有  京ICP证010498号