

650.1

GAN

2004

TỦ SÁCH PHÁT HUY NĂNG LỰC BẢN THÂN
WANG GANG

CON NGƯỜI

NGHỆ THUẬT ỨNG XỬ VÀ TRI THỨC XỬ THỂ

Phan Hà Sơn dịch

ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
TRUNG TÂM THÔNG TIN THƯ VIỆN

V-Đ2/7542

NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI - 2004

MỤC LỤC

Lời nói đầu	5
-------------	---

Chương I

NGHỆ THUẬT ỨNG XỬ VỚI CẤP TRÊN	7
--------------------------------	---

1. Nghệ thuật giao tiếp với cấp trên	7
2. Để tạo được quan hệ với cấp trên cần chịu khó	9
3. Việc gì được giao thì không thể không làm	18
4. Tỏ rõ với cấp trên những kiến giải của mình có lợi cho công việc	23
5. Cách tránh nảy sinh mâu thuẫn với cấp trên	25
6. Thể hiện sức cuốn hút của bản thân trước cấp trên	28
7. Phát triển bản thân trong quá trình làm việc	30
8. Tìm được "ý thơ" trong phòng làm việc	33
9. Để cấp trên cất nhắc	40

Chương II

NGHỆ THUẬT ỨNG XỬ VỚI CẤP DƯỚI	48
--------------------------------	----

1. Chú ý biểu hiện bên ngoài và cử chỉ khi nói chuyện làm tấm gương tốt cho cấp dưới	48
2. Làm cho cấp dưới quý mến bạn	51

3. Dám thay cấp dưới gánh vác trách nhiệm	54
4. Cư xử đúng đắn khi cấp dưới góp ý kiến	56
5. Làm cho lời nói của mình được chấp hành nghiêm túc	59
6. Thường xuyên khen ngợi, khuyến khích cấp dưới	64
7. Chú ý đến cách thức phê bình và rèn dạy cấp dưới	68
8. Bí quyết để cấp dưới phục tùng sự quản lý của mình	78

Chương III

NGHỆ THUẬT ỨNG XỬ VỚI ĐỒNG NGHIỆP	81
1. Nói chuyện lành mạnh có ích với đồng nghiệp	81
2. Đối xử với người khác như đối với bản thân mình	88
3. Thay đổi tâm lý đổ kỵ của bản thân	88
4. Để nữ giới giành được sự đối xử bình đẳng và coi trọng	89
5. Điều chỉnh mong muốn trong xã giao với đồng nghiệp	91
6. Đừng nhận những việc mà bản thân không làm được hoặc không muốn làm	93
7. Đừng mất thời gian tự giải thích	97
8. Thoát khỏi sự phiền toái	99
9. Dùng lời ca ngợi thích hợp để tạo không khí vui vẻ, thân mật	102
10. Bí quyết để sống thoải mái cùng đồng nghiệp	106
11. Giữ được sự trung thực của mình và giành sự tôn trọng của đồng nghiệp	110
12. Những kiến thức cần thiết khi kết giao với người có tính cách khác với mình	113

13. Phải coi trọng và hợp tác với đồng nghiệp	123
---	-----

Chương IV

Kiến thức và nghệ thuật ứng xử với người lạ	133
---	-----

1. Khắc phục chúng sợ hãi khi giao tiếp xã hội	133
2. Biết lắng nghe	146
3. Kỹ xảo đơn giản khiến cho người khác yêu quý mình	152
4. Chú trọng lễ tiết khi gặp mặt lần đầu tiên	153
5. Để lại ấn tượng khó quên cho người khác	160

Chương V

Giao tiếp với bạn bè	170
----------------------	-----

1. Giữ gìn các mối quan hệ	170
2. Kết giao với bạn bè với một tinh cảm chân thành	181
3. Tin nghĩa là sợi dây duy trì tình hữu nghị	191
4. "Đích thân làm" là tinh hoa trong lễ tiết xã giao	194
5. Chủ động làm ơn, bảo đảm sự cân bằng giữa cho và nhận	197
6. Cô gia đình cũng không thể vứt bỏ bạn bè	201
7. Biết lắng nghe những lời khuyên từ bạn bè	203
8. Giữ lại bí mật của bản thân một cách hợp lý	207

Chương VI

Học vấn và nghệ thuật chung sống với người yêu	211
--	-----

1. Vấn đề tình yêu, hôn nhân không thể xoa nhẹ	211
2. Dám lựa chọn và tạo dựng hôn nhân hạnh phúc	217

3. Bạn nữ nên cố gắng hiểu nam giới	221
4. Bạn nữ có thể chủ động gây được thiện cảm với đối tượng	225
5. Hai bí quyết thành công trong tình yêu của nam giới	233
6. Phân biệt rõ tình bạn và tình yêu	236
7. Khi nào thì có thể viết thư tình	239
8. Chăm nom cho hạt tình nảy mầm	243
9. Tin tưởng tuyệt đối đối tượng	248
10. Làm sao để không bị sự hoài nghi dặt mù?	248
11. Sống có li tri	250
12. Ba nguyên tắc phát triển và bảo vệ tình yêu	251
13. Tám sai lầm mà các bạn gái cần tránh khi yêu	257
14. Cần hết lòng xây dựng và bảo vệ tình yêu	260
15. Vợ chồng cần gắn bó nhưng không nên hoàn toàn ý lại vào nhau	263
16. Biết nhường nhịn tạo dựng cuộc sống gia đình hạnh phúc	266
17. Đồng cam cộng khổ càng tỏ rõ chân tình	271
18. Vợ chồng nên thường xuyên tặng nhau những món quà tinh thần	275
19. Chăm lo cho hôn nhân của bạn	279
20. Giảm các biểu hiện xấu có ảnh hưởng không tốt tới hôn nhân	284
21. Hãy nói xin lỗi một cách chân thành	289
22. Hiểu rõ những quy tắc khi xảy ra giữa vợ mình	292

Chương VII

NGHỆ THUẬT ỨNG XỬ VỚI BẠN XẤU 308

1. Hết sức tránh xung đột với người khác 308
2. Nên đối xử khoan dung với người thù ghét bạn 313
3. Làm thế nào để tránh những lời nói làm bạn bị tổn thương 320
4. Cách phản bác kẻ xấu hữu hiệu 323

Chương VIII

HOÀN THIÊN BẢN THÂN 329

1. Không sợ bộc lộ khiếm khuyết trước mặt mọi người 329
2. Tự thể hiện mình cũng là một nghệ thuật 330
3. Sức cuốn hút thể hiện qua sự nhiệt tình 334
4. Trang phục nhẹ nhàng, lịch thiệp 336
5. Tinh tinh phóng khoáng, bộc trực khác với "thái độ tùy tiện" 338
6. Tránh những kiến giải sai lầm 339
7. Tùy vào đặc điểm của mình để có ấn tượng tốt 346
8. Không nên làm người bạn đường trở thành kẻ thù 350
9. Những điều cần rèn luyện trong quan hệ với người khác 353
10. Một nụ cười là mười thang thuốc bổ 360
11. Sự hài hước cũng là một nghệ thuật 361
12. Luôn mỉm cười để tạo sự vui vẻ 365
13. Hãy lựa chọn những suy nghĩ mới mẻ tiến bộ để thế chỗ cho cảm giác thất bại 368

14. Tích cực hành động biến buồn thành vui	375
15. Học cách nói với chính mình "không sao cả"	378
16. Tạo cho mình niềm vui trong từng ngày	382
17. Đúc hết niềm vui vào công việc	384
18. Tự tin vào chính mình	386
19. Nhìn cuộc sống một cách khách quan để từ đó có những hành động và phản ứng tích cực	391
20. Biết kiểm chế	396
21. Trong thế gian rồi rèn lựa chọn thái độ đứng ngoài	400
22. Điều tiết tinh cảm, loại bỏ căng thẳng	408
23. Nhanh chóng thoát ra khỏi áp lực của cuộc sống	410
24. Thông qua hoàn thiện bản thân để vượt qua những trở ngại của cuộc sống	412
25. Trong cuộc sống cần phải mềm dẻo	416
26. Trong cuộc sống cần phải linh hoạt	418
27. Làm cho cuộc sống đạt tới mức đầy đủ nhất	420
28. Lấy hạnh phúc làm thái độ, làm sự lựa chọn	424
29. Cách làm cho cuộc sống tốt đẹp hơn	426