

<<通向成功的桥梁>>

图书基本信息

书名：<<通向成功的桥梁>>

13位ISBN编号：9787040134865

10位ISBN编号：7040134861

出版时间：2004-8

出版时间：高等教育出版社

作者：沃建中

页数：183

字数：110000

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>

<<通向成功的桥梁>>

内容概要

本书为“高校大学生心理健康教育读本”中的一本。

大学阶段是人生发展的重要时期，大学生在大学里不仅要学好自己的本专业知识，更重要的是培养自己的能力，为能够很快地步入社会、适应社会做充分的准备。

交往能力是当今社会生活、工作中越来越重要的一种能力，交往能力的强弱直接影响一个人的事业、生活和家庭。

这本小册子就是针对大学生的交往问题来展开论述的。

全书重点讨论了自我认识，人际交往中的自信，交往的基本策略，与同伴、父母、师生和陌生人等交往的方式，还讨论了人际冲突的解决方案等，并在大量实例与分析的基础上，提出了解决人际交往问题的一些策略。

本书适用于新时期的大学生、研究生和社会广大青年学生，也可供广大从事心理健康教育的专业人士参考。

<<通向成功的桥梁>>

书籍目录

序绪言一、成功离不开良好的人际关系 (一) 我存在, 我交往 (二) 为交往皱皱眉二、从自我做起 (一) 认识你自己 (二) 闪亮的风采 (三) 做自己的主人三、交往舞台上, 你是个优秀演员吗 (一) 留下最佳第一印象 (二) 自信的魔力 (三) 欲知其人, 观其所行四、沟通起你我桥梁 (一) 你会说话吗 (二) 无声语言的魅力五、为自己营造舒适的交往世界 (一) 什么人受欢迎 (二) 你我的距离 (三) 平等、真诚、宽容, 你学会了吗六、校园里的交往世界 (一) 师生之间 (二) 同学, 伴我高飞 (三) 异性交往, 开启世界的另一半七、在更广阔的人际空间翱翔 (一) 走近陌生人 (二) 网络人际——id后面的灵魂对话 (三) 长者——身边的教科书 (四) 别把面试官当怪兽 (五) 化解人际交往的逆境后记

<<通向成功的桥梁>>

章节摘录

一、成功离不开良好的人际关系 或许你是一名新生，经历了六月高考的洗礼，有幸成为在千军万马中挤过独木桥的优胜者，迈进了大学的校门。告别家长和老师的呵护，你将面临生活上自理，学习上自觉，时间上自主安排，经济上自主支配，目标上自我确定，选择上自我判断，心理上自我调适等一系列变化。大学时代是人生的一个重大转折点，如何为这四年的大学生活画上浓墨重彩的一笔，如何使这四年的大学生活过得无怨无悔呢？

或许你已经上大二或大三，仍困惑于如何找到知心朋友，如何分享快乐和苦恼，如何与宿舍同学和谐相处，如何在大学生活中完善个性、锻炼各方面能力、为今后走上社会打下基础。或许你正在找工作，为如何与面试人员打交道忐忑不安，为将来如何与单位上司、同事相处困惑迷茫。

一句话，你和每个大学生一样，都希望自己的大学生活和将来的工作成功美满。成功快乐的人生不仅限于获得理想的成绩、骄人的荣誉、个人的独立，还在于追求人际关系的成功。

（一）我存在，我交往 一滴水怎样才能不干涸？佛祖释迦牟尼曾问他的弟子。

一滴水如此微不足道，渺若青烟，瞬间蒸发，怎能永生？

弟子们面面相觑，回答不了。

释迦牟尼说，把它放到大海里去。

一滴水生命短暂，汇入海洋，与大海融为一体，获得新的生命，这就是万物的共生效应。

人是万物之灵，更要勇敢地投入社会海洋，在与人交往中学会交际。

人际交往指的就是人与人之间心理和行为的沟通过程。

人为了生存和发展要与周围的人交往，通过他人协助，发展自己，实现自己的价值。

人在交往中通过语言情感的交流，彼此影响对方；通过观察他人、对照他人优缺点，可以了解自我，调节自我，以适应社会的要求。

人在交往中获得物质和精神上的满足。

如果人际关系不顺利，就意味着心理需要被剥夺，或满足需要的愿望受挫折，因而会产生孤立无援或被社会抛弃的感觉；反之，则会因拥有良好的人际关系而得到心理上的满足。

1.交往经受社会的考验 古语云：“天时不如地利，地利不如人和。”

对于远离家乡外出求学的大学生来说，无论在什么情况下都应重视“人和”这个重要因素。

此话也许说得绝对些，但从另一侧面说明良好人际关系对成就事业的重要性。

所以大学生学会建立良好人际关系的方法，掌握其途径，无论是对在校建立起一个良好的学习环境，还是对毕业后建立一个良好的工作环境，都是十分必要的。

进入8月份，应届毕业大学生们纷纷到单位报到，但一些毕业生在单位里表现出人际关系不适应。

.....

<<通向成功的桥梁>>

编辑推荐

大学生如何融入社会生活，轻松自如发挥自己的才能，走向成功？

良好的人际交往艺术营造成功环境！

《通向成功的桥梁：人际交往》立足社会现实剖析当代大学生交往困境、误区，从社会心理学角度分析影响印象、人际沟通、人际吸引的因素，激励个人塑造自我、改善交流方式，提供与不同类型群体交往的技巧、求职面试技巧以及现实工作中如何处理人际关系的实用方法。

《通向成功的桥梁：人际交往》既重视科学，有心理学分析的深度，能引发思考，又有大量发生在大学生身上的故事作为案例，在具体情境中娓娓道来，贴近现实，文字轻快活泼，生动有趣。

《通向成功的桥梁：人际交往》适合各年级大学生阅读，能为解决入学适应、处理同学关系、结交知己、求职面试等现实问题提供参考，实用性强。

<<通向成功的桥梁>>

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>