# 职场中,如何处理好人际关系

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2024-06-06

*第一篇：职场中,如何处理好人际关系处理人际关系你有自己的“原则”吗？人际关系是一个相对复杂系统，但其实也不必因为这个显得稍大的名字而对如何处理好人际关系产生为难心理，换句话说，难道不学人际关系，你就不和别人交流了吗?怎样处理好人际关系，技...*

**第一篇：职场中,如何处理好人际关系**

处理人际关系你有自己的“原则”吗？

人际关系是一个相对复杂系统，但其实也不必因为这个显得稍大的名字而对如何处理好人际关系产生为难心理，换句话说，难道不学人际关系，你就不和别人交流了吗?怎样处理好人际关系，技巧千千万万，学不完的!但是总要有自己的一些原则才能够展开更好的人际关系。

在职场中，与人沟通是非常重要的一个环节，不仅可以帮助你获得良师益友，也能够帮助你在职场上得到别人的帮助和支持，为自己的升职打下好的基础。处理好人际关系，也要有原则：

1.善解人意：同事感冒你体贴地递上药丸，路过饼店顺道给同事买下午茶，这些都是举手之劳，何乐而不为?你对人好人对你好，在公司才不会陷于孤立无援之境。

2.不搞小圈子：跟每一位同事保持友好的关系，尽量不要被人卷标为你是属于哪个圈子的人，这无意中缩窄了你的人际网络，对你没好处。尽可能跟不同的人打交道，避免牵涉入办公室政治或斗争，不搬事弄非，自能获取别人的信任和好感。

3.有原则而不固执：应以真诚待人，虚伪的面具迟早会被人识破的。处事手腕灵活，有原则，但却懂得在适当的时候采纳他人的意见。切勿万事躬迎，毫无主见，这样只会给人留下懦弱、办事能力不足的坏印象。

4.合作和分享：多跟别人分享看法，多听取和接受别人意见，这样你才能获得众人接纳和支持，方能顺利推展工作大计。

5.微笑：无论他是茶水阿姨、暑期练习生或总经理，无时无刻向人展示灿烂友善的笑容，必能赢取公司上下的好感。年轻的同事视你为大师姐，年长的把你当女儿看待，如此亲和的人事关系必有利事业的发展。

6.勿阿谀奉承：只懂奉迎上司的势利眼一定犯众憎。完全没把同事放在眼里，苛待同事下属，你无疑是在到处给自己树敌。

7.勿太严厉：北京心理咨询也许你态度严厉的目的只为把工作做好，然而看在别人眼里，却是刻薄的表现。你平日连招呼也不跟同事打一个，跟同事间的唯一接触就是开会或交待工作，试问这样的你又怎会得人心?

如何处理人际关系：有目标才有动力

怎样处理好人际关系，显然和自己进行交际的目的性应该是一样的。在改进交际能力之前，做好目标的规划是一个很重要的工作，所以，如何处理好人际关系，就要看你会不会给自己定目标，因为，有目标才有动力。

挥别独行侠的日子

还想像小学生那样科科争第一?别傻了，这个世界只有团队成绩，没有个人成绩，因此也没有所谓的“第一名”。告别独行侠的生涯，你的人生将从黑白转为彩色，全新出发。

认清人生的意义以及毕生所全力以赴的目标

为什么要这么拼命?因为你必须对得起自己的良知。想要成为一个人际关系高手，第一步就必须先确认你的价值观;若是你连这个都摸不清楚，就很难去看透人生的意义，更不用说什么成就感了。

明白自己有哪些专长和资源正是他人所迫切需要

天生我才必有用。无论你的专长是得自专业训练或是业余摸索，都可转化成一股强劲的“人际关系动能”，千万不要妄自菲薄。

列举出截至目前为止的五件重大成就

知彼者，智也。知己者，大智也。

每个人的行为，都受一些隐藏在心中的思想所影响，这牵涉个人的的立场、信念、感受和行为的动机等因素。所以，行为只是个人思想的表现，而且仅是显露了个人思想的一小部分，犹如冰山一角。但是，很多时候与人相处却只能从这一小部分来评价他。所以我们在与人相处的时候，更要十分留意自己的言行，以便将准确的信息带给对方。每个干实事的人，都是作风踏实的。倘若你说话夸张或做事浮夸，很容易让别人对你的能力甚至你的品德产生怀疑，这对拉近人际交往的距离是有害而无利的。如果你与人交流时，能够言简意赅，但却又真实可信的话，那么便能很好地促进你和他人的关系发展。

**第二篇：职场中要想处理好人际关系就要懂得尊重别人**

职场中要想处理好人际关系就要懂得尊重别人

现今大学生就业压力居高不下，为了更加具备职场竞争力，不少大学生开始有意识地锻炼喝酒、K歌、打麻将和如何圆滑地处理人际关系等.灰色技能.，以.适应社会.。.灰色技能.到底是职场宝典还是侵袭大学生的不正之风？请看本期话题。

求职，请勿本末倒置

我是一名已经毕业的师范类大学生，在校时成绩优秀，工作能力突出，曾被评为省级优秀毕业生。比较外向的我，在不经意间学会了喝酒、打牌、唱歌等，对于现在大学校园经常提到的所谓.灰色技能.可谓驾轻就熟。这一切，让我信心满满，自以为在求职时能够顺风顺水，获得一份稳定的教师工作。然而，事与愿违。一份份求职简历投出去，用人单位也让我去参加了教学试讲，但一番忙碌下来，却没有一个单位与我签约，这让我极其失落，直到佛山会计招聘现在也没有找到自己喜欢的教师工作。后来自己反思到：正是由于自己太沉迷于.灰色技能.的提高，只热衷于做那种官僚气息浓重的学生干部，忽视了文化课成绩的学习，特别是忽视了做教师的能力——教学技能的锻炼，最终本末倒置，影响了自己的就业。对于正在求职的大学生来说，具备过硬的专业技能、较强的分析问题、解决问题的能力以及出色的组织协调能力、语言表达能力等综合实力才是入职的敲门砖，也是人生走向成功的基石，而喝酒、打牌、唱歌等.灰色技能.只能算是人际交往能力的一个方面，只能起到锦上添花的作用，而不是职场宝典。因此，请不要本末倒置。

充实自己，坚韧致远

作为过来人，我的应聘及工作经历或许能给那些热衷于.灰色技能.的学弟学妹们一些参考。5年前的这个时候，我和大家一样忙于各种各样的校园招聘会。由于专业特殊，我们班同学很快都签了工作。但我成绩不好，大二大三时多次挂科，应聘时就有点麻烦了。最后费了九牛二虎之力，招聘的公司经理终于答应与我签约。基于个人发展需要，上班泉州会计招聘一年后我从技术部门调入市场部，并很快出外做销售工作。应该说市场部是最需要应酬的部门，也最需要所谓的.灰色技能.。但很意外，我什么都没有沾染。我很少因为工作而喝酒，几乎不抽烟，更没有和客户一起去唱歌、洗浴，只是认真地走访市场，真诚地拜访客户，用心地发现机会，务实地解决问题。我的工作一样做得很好，不敢说优秀，至少得到了领导、同事们甚至绝大部分客户的认可。

当然，这并不意味着你就可以不食人间烟火，处理人际关系的基本方法还是需要的。这些方法是发自肺腑地尊重他人，设身处地地厦门会计招聘体谅他人，无微不至地关心他人，力所能及地帮助他人。同时更重要的是，努力做好本职工作。毕竟，在职场中，本职工作才是决定你生存与发展的关键。所有华丽的外表都是肤浅的，实力才是根本。不断充实自己，逐步提升工作能力，同时保持乐观谦虚的生活态度，才是你职场成功的关键！

我的职场酒事

毕业前，我的支教岗前训练结束了，母校接大家回校开欢送会。席间，王老师说：.同学们，你们毕业了，马上要进入社会，男同学每个人喝一杯白酒。.我一口就干了下去，脸立马红透了，接下来便是头痛、呕吐，睡了一下午。等我醒来时，我明显感受到自己的酒量不行。我不像有的人天生喝酒就很厉害，由于家境贫寒，读书时也没有经济能力.培养.酒量。

支教以后，也遇到了不少烦恼。领导迎接新来的同志，邀请我们到餐馆就餐，摆在每个人龙岩会计招聘面前一个金茨泉（当地一种酒）。我嘀咕着，今天这关估计不好过。领导和同事在席间又是劝又是敬，无论如何，我就是点到为止，虽然没喝多，可是气氛不太好。后来又逐渐发现我很难融入这个圈子里，好像自己是多余的人。又一次和同事们在一起聚餐，我自告奋勇敬领导和同事，一圈下来，两个半金茨泉下肚，当时身体麻木，头昏脑涨。之后我觉得人际关系稍好了一些，但并没有明显改变。我当时郁闷至极：到底怎么才对？我不断反省地自己。

根据玛雅文明记载，人类的历史将定格于公元2024年；无独有偶，唐朝的《推背图》似乎也预言到公元2024年世界可能发生巨变——最新的好莱坞灾难巨片《2024》正是描述了这样一场可怕的场面。这样一部灾难巨片虽然只是一部科幻片，但是也给我们带来许多思考：世界末日或许不会真正到来，但灾难或危机却无时无刻地隐伏在我们身边，我们每个人都必须有强烈的危机预防意识，于日常时未雨绸缪，于灾难或危机来临时应对有方。

灾难片虽然给我们带来心理的压力与沉重的情绪，但其带来的启示也是让我们受益良多。作为一名职场人士，《2024》带我们的价值就不仅仅宏大的惊险场景、不仅是刺激的镜头观感，我们还可以从中解读出不少引人深思的职场生存哲学——职场危机感。危机是社会、企业、环境的一种常态，危机的种子与企业的成长同如影随形的。西方的佛山司机招聘格言说得很精辟：危机就如死亡与税收一样，是不可避免的。危机与灾难一样，我们很讨厌它，但是我们却无法完全回避它，我们惟一能做的就是预防以及培养应对策略。《2024》这部灾难巨片给职场人的启示有三方面：

一、时时刻刻形成强烈的危机意识

无论是企业、环境还是人，都难免会在某时某刻遭遇到灾难或危机的冲击。虽然冲击难以绝对避免的，但是高度警惕的人与浑然不觉的人，在同样面对危机冲击时，其承受的结果是截然不同的。在去年掀起的经济危机冲击下，许多企业受到严重的影响，业务收缩、市场份额下降、裁员、降裁……一系列的危机冲击让到许多职场人士手足无措，原来以为可以高枕无忧的生存环境瞬间被撕得支离破碎。那些没有危机意识、并做好足够心理准备的人，在从厦门司机招聘天而降的危机面前，显得如此之无助而痛苦。所以，对于职场人士来说，无论身处何等企业、高居何等职位，都必须有强烈的危机感并以及形成一种的危机应对策略，这种危机感是一种居安思危的前瞻，是一种步步为营的稳健处世风格，只有这样才能更好地保障自身在企业的长久发展。

二、预防并有效地觉察到危机的痕迹

仅有危机意识是不够的，我们更应该在意识的基础上做好预防——预防的目的就在于让我们更有前瞻性地发觉到危机的蛛丝马迹。作为职场人士，除了做好本份工作之外，还必须有意识对公司的各种经营、管理情况有一定的了解：如近期业务情况、媒体对公司的报道情况、高管变动、行业发展趋势等等，通过这些情况的了解，能够帮助职场人从某一些重大或细微的变化中，觉察出公司或自身职位可能遭遇的危机冲击。从而提前做好某些准确。晋升还是不晋升？这是一个关系到公司秉持何种晋升原则的问题。是看业绩，看能力，还是看潜力，或者看价值观与公司愿景的吻合程度？无论如何，我们很难因为单一的缘由而晋升、拔擢一个员工。那么，我们最看重的是什么呢？像杜拉拉这样的员工、这样的经理，我们如果愿意晋升之，那么工作环境是否具龙岩司机招聘备了让这样的.马儿.跑出自己风采的舞台？

毕竟职场的智慧反映了一家企业的管理风格。要让杜拉拉这样的有责任心、有工作能力的员工在公司里继续服务，必须建立一种相互信任的文化氛围.有活干，她就兴奋，她的注意力全放在怎么把活干好，至于干好了能够怎么样可以怎么样，她就几乎不想。.同时，杜拉拉年轻、经验少，甚至在人力资源工作方面几乎没有任何的工作经验，而且，她常居广州，不能天天到上海总部坐班。

这样的人你会给她升职吗？

三、形成职场危机应对策略

在电影《2024》中，我们看到，面对涛天巨浪的袭击，人类最终采取的就是登上预先制造好的巨大船舰得以生存——在职场生存法则中，我们同样需要为自己订制一艘诺亚方舟，以备职场逃生之用。如果觉察到职场危机可能来袭，那么职场人就必须泉州司机招聘迅速去建立建造属于自己的诺亚方舟——这种准备就是技能的提升、人际关系的拓展以及新工作机会的留意。技能的提升可以令到自己即使离开现有环境仍然有很强的竞争力，人际关系的拓展则可以帮助自己获得更多的外部机会、新工作机会的留意则让自己知道何时是迅速转场的契机——这三者就构成建造职场诺亚方舟的坚实基础。

**第三篇：如何处理好人际关系**

人际关系是我们每个人生活中的一个重要组成部分。倘若搞不好人际关系，将对我们的工作、生活及心理健康有不良的影响。在现实社会中，由于各人的性格、生活背景及目的等等的不同而产生的思想上的一定隔阂，这是正常的，也是可以理解的。倘若在工作或生活中和所有的人都合不来，那就不正常了，需要作自我调整并加以改变。人依据其年龄、性别、职业、职位、所处环境等情况而扮演着不同的社会角色。在与人接触时，不同的角色有着不同的行为规范，所以在和不同的人相处时，有不同的要求和技巧。

首先，要处处替他人着想，切忌自我中心。要搞好同事关系，就要学会从其他的角度来考虑问题，善于作出适当的自我牺牲。

要做好一项工作，经常要与别人合作，在取得成绩之后，要求共同分享，切忌处处表现

自己，将大家的成果占为己有。提供给他人机会、帮助其实现生活目标，对于处理好人际关系是至关重要的。替他人着想还表现在当他人遭到困难、挫折时，伸出援助之手，给予帮助。良好的人际

关系往往是双向互利的。您给别人的种种关心和帮助，当您自己遇到困难的时候也会得到回报。

其次，要胸襟豁达、善于接受别人及自己。要不失时机的给别人以表扬。但须注意的是要掌握分寸，不要一味夸张，从而使人产生一种虚伪的感觉，失去别人对您的信任。

再次，要掌握与同事交谈的技巧。在与同事交谈时，要注意倾听他的讲话，并给予适当 的反馈。聚神聆听代表着理解和接受，是连接心灵的桥梁。在表达自己思想时，要讲究含蓄、幽默、简洁、生动。含蓄既表现了您的高雅和修养，同时也起到了避免分歧、说明观 点、不伤关系的作用，提意见、指出别人的错误，要注意场合，措词要平和，以免伤人自尊心，产生反抗心理。幽默是语言的调味品，它可使交谈变得生动有趣。简洁要求在与人谈话 时掌握该说的说，不该说的不说。与人谈话时要有自我感情的投入，这样才会以情动人。此谓之生动。当然要掌握好表达自己的技巧，需要不断的实践，并不断的增加自己的文化修养，拓宽自己的视野。

最后，要抽时间和同事打成一片。培养自己多方面的兴趣，以爱好结交朋友，也是一种好办法。另外，互相交流信息、切磋自己的体会都可融洽人际关系。

总之，能正确处理人际关系，将会使自己的事业锦上添花。良好的人际关系还可以使你学到许多新知识。

**第四篇：如何处理好人际关系**

臺灣奧斯達電子儀器有限公司深圳公司--------\*学习文件

如何处理好人际关系

（一）二、如何与同事相处：

1、心热、脑冷，打开新局面：a:良好的第一印象（内在、外在）,少说话，多做事；b: 笑容是善意的信使； c:控制自己的情绪（EQ）d:随时要有冷静的大脑、温暖的内心。

2、看穿同事的心：a:搞小圈子，有害无益；b:不要刻意表现自己；c:优越感要不得；d:有错，要热诚的承认；e:给别人面子；f:摩擦降到最低限度。

3、学会竞争：a:当你弱小时，不要与人竞争； b:竞争要与协作结合；c:当仁不让，莫低头；d不用太在乎得到多少。

一、人格魅力怎样塑造：

1、真诚——敞开心扉

2、守信——一诺千斤

3、主动让道——宽容

4、社交艺术——优化个人形象

臺灣奧斯達電子儀器有限公司深圳公司--------\*学习文件 專業經營：臺灣奧斯達安規測試儀器，線材測試儀，通用電子儀器；臺灣托斯達實驗設備；經營各種二手儀器等。

**第五篇：如何处理好人际关系**

处理好人际关系的关键是要意识到他人的存在，理解他人的感受，既满足自己，又尊重别人。下面有几个重要的人际关系原则：







1、人际关系的真诚原则。真诚是打开别人心灵的金钥匙，因为真诚的人使人产生安全感，减少自我防卫。越是好的人际关系越需要关系的双方暴露一部分自我。也就是把自己真实想法与人交流。当然，这样做也会冒一定的风险，但是完全把自我包装起来是无法获得别人的信任的。







2、人际关系的主动原则。主动对人友好，主动表达善意能够使人产生受重视的感觉。主动的人往往令人产生好感。



3、人际关系的交互原则。人们之间的善意和恶意都是相互的，一般情况下，真诚换来真诚，敌意招致敌意。因此，与人交往应以良好的动机出发。



4、人际关系的平等原则。任何好的人际关系都让人体验到自由、无拘无束的感觉。如果一方受到另一方的限制，或者一方需要看另一方的脸色行事，就无法建立起高质量的心理关系。

最后，还要指出，好的人际关系必须在人际关系的实践中去寻找，逃避人际关系而想得到别人的友谊只能是缘木求鱼，不可能达到理想的目的。我相信，受人欢迎有时胜过腰缠万金。





在工作中，我们也会面临着不同的人，而在工作中我们又应该如何处理好人际关系呢？

人际关系是职业生涯中一个非常重要的课题，特别是对大公司企业的职业人士来说，良好的人际关系是舒心工作安心生活的必要条件。如今的毕业生，绝大部分是独生子女，刚从学校里出来，自我意识较强，来到社会错纵复杂的大环境里，更应在人际关系调整好自己的坐标。



对上司——先尊重后磨合：任何一个上司（包括部门主管、项目经理、管理代表），干到这个职位上，至少有某些过人处。他们丰富的工作经验和待人处世方略，都是值得我们学习借鉴的，我们应该尊重他们精彩的过去和骄人的业绩。但每一个上司都不是完美的。所以在工作中，唯上司命是听并无必要，但也应记住，给上司提意见只是本职工作中的一小部分，尽力完善、改进、迈向新的台阶才是最终目的。要让上司心悦诚服地接纳你的观点，应在尊重的氛围里，有礼有节有分寸地磨合。不过，在提出质疑和意见前，一定要拿出详细的足以说服对方的资料计划。





对同事——多理解慎支持：在办公室里上班，与同事相处得久了，对彼此之间的兴趣爱好、生活状态，都有了一定的了解。作为同事，我们没有理由苛求人家为自己尽忠效力。在发生误解和争执的时候，一定要换个角度、站在对方的立场上为人家想想，理解一下人家的处境，千万别情绪化，把人家的隐私抖了出来。任何背后议论和指桑骂槐，最终都会在贬低对方的过程中破坏自己的大度形象，而受到旁人的抵触。同时，对工作我们要拥有挚诚的热情，对同事则必须选择慎重地支持。支持意味着接纳人家的观点和思想，而一味地支持只能

导致盲从，也会滋生拉帮结派的嫌疑，影响公司决策层的信任。





对朋友——善交际勤联络：俗话说得好：树挪死，人挪活。在现代激烈竞争社会，铁饭碗不复存在，一个人很少可能在同一个单位终其一生。所以多交一些朋友很有必要，所谓朋友多了路好走嘛。因此，空闲的时候给朋友挂个电话、写封信、发个电子邮件，哪怕只是片言只语，朋友也会心存感激，这比邀上大伙撮一顿更有意义。



对下属——多帮助细聆听：在工作生活方面，只有职位上的差异，人格上却都是平等的。在员工及下属面前，我们只是一个领头带班而已，没有什么了不得的荣耀和得意之处。帮助下属，其实是帮助自己，因为员工们的积极性发挥得愈好，工作就会完成得愈出色，也让你自己获得了更多的尊重，树立了开明的形象。



而聆听更能体味到下属的心境和了解工作中的情况，为准确反馈信息、调整管理方式提供了详实的依据。美国一家著名公司负责人曾表示：当管理者与下属发生争执，而领导不耐心聆听疏导，以至于大部分下属不听指挥时，我首先想到的是换掉部门管理者。



向竞争对手——露齿一笑:在我们的工作生活中，处处都有竞争对手。许多人对竞争者四处设防，更有甚者，还会在背后冷不妨地“插上一刀踩上一脚”。这种极端，只会拉大彼此间的隔陔，制造紧张气氛，对工作无疑是百害无益。其实，在一个整体里，每个人的工作都很重要，任何人都有可爱的闪光之处。当你超越对手时，没必要蔑视人家，别人也在寻求上进；当人家在你上面时，你也不必存心添乱找茬，因为工作是大家团结一致努力的结果，“一个都不能少”。无论对手如何使你难堪，千万别跟他较劲，轻轻地露齿微笑，先静下心干好手中的工作吧！说不定他仍在原地怨气，你已完成出色的业绩。露齿一笑，既有大度开明的宽容风范，又有一个豁达的好心情，还担心败北吗？说不定对手时早已在心里向你投降了.统的人际关系，总是在告诉你如何与人保持距离，警告你千万不要发展办公室友谊，并教给你在办公室内如何步步为营、巧技暗施、克敌制胜——私底下一副与人不共戴天的模样。可静下来想，你与他，与他们，你每天用三分之一的时间与之相处的同事，真的就这么隔膜？当现代社会发展至21世纪，人际关系也有了新的走向。近年来最流行的辞藻也许就是“Teamwork”（团队协作）。既是“Teamwork”，首要的就是“Team感”，原来处处设防、各自为政的传统本位主义一夜落伍，新世纪人际讲的是彼此沟通，随时交流，深度合作，团队利益至上。它对封闭自我的人们提出了新的挑战——增强人际交往的能力，跳出自我的小圈子，融入到集体中去成了很多人不容回避的现实。

回避办公室政治，拒绝参加公司活动，只会让人感觉你性格孤僻。漠视企业文化是拓展事业的一大弱点；为人冷漠是团队领导人的大忌。现代化的商业操作在考核员工时提出了一个全新的法则：一个忠于自己职位，踏踏实实做好本职工作的员工并不见得就能出类拔萃，与人沟通、协调、协作能力的强弱是考核个人综合实力的重要指标。

办公室外，巧织人际网

现代社会，竞争虽是无处不在，但同事之间十之八九是为了一个共同目标，更何况现在讲的是双赢、多赢？最简单的，部门的效益上不去，谁也别妄想有升迁机会。很多时候，同舟共

济比同室操戈更有意义。把自己融进去，而不是择出来，这是新世纪“团队协作”的要义。很多人都承认在自己的行业内构建人际关系网非常重要，因为这样不仅可以为自己打开门路，创造商业机会，而与此同时，人们却常常忽略另外一个其实更为重要也更为基本的建设——在企业内部营造良好的人际关系，有助于确保“后院”安宁。

如果你想接近某个同事，了解这个集体，最好的办法也许就是参加公司组织的各种活动，比如会餐、郊游、野营等。在那里，人们会脱下紧绷绷的外壳，在相对放松的状态下讲述自己的苦乐，你会听到真实的抱怨，真诚的赞誉，包括客观的评价，你也会发现谁和谁走得近，谁和谁走得远。不要自贬为偷窥他人秘密的好事之徒，只要你摆正心态，具备明辨是非的基本能力，你就会发现谁可以成为你的朋友，谁将仅止于同事关系。

当人们在办公室里忙碌奔波时，人们的思想与活动大都被严格地禁锢在本职工作的范围之内。当人们走出写字楼，到一个全新的环境，就会发现原来需要放松的并不是只我一个。很多事情会进入我们的耳畔，即使与我们原本并无利害关系，只要有机会，我们还是会有兴趣地仔细聆听。与同事闲聊可以帮你跳出平常的一亩三分地，让你对公司有个更为全面的了解。如果你观察敏锐，善于分析，你会发现公司的每一项计划或变动都不会悄然而至。同事间的闲聊很可能在无形之中为你提供一种“早期预警功能”，你能从中发现新的计划，新的项目，甚至包括高层领导人最近的情绪。

与同事交往能够扩大你的声誉，提高你的知名度。“重在参与”绝对不是失败者的一种托词。随着社会经验的增长，你会发现，在中国，有很多事情在与不在绝对不一样。不管你愿不愿意，喜不喜欢，参与其中总能获得某些信息。如果你善于交往，升迁的机会，加薪的机会就不会因为你的沉默而无声跳过。即使失败了，至少你也知道输给了谁以及为什么输。

很多人以为只要自己闷头苦干，一切就会水到渠成。事实上，你的功绩很可能被埋没，只有主动寻找伯乐的千里马才能给自己创造出成就伟业的机会。一些人讨厌与同事闲聊，讨厌将本该休息的时间用于与人交往，他们认为这种做法太过功利，太工于心计。其实，只要你对人不怀恶意，这本是对自己极为负责的一种态度。

每个人都脱离不了社会人的属性，每个企业都是一个群体，与人交往只是辅佐事业成功的一种手段，它的基本前提还是要求个人的业务能力出色，能够有创建地完成自己的本职工作。

办公室人际修行建议

如果你试图在办公室中赢得尊重，试图建立一个成功的人际关系网，下面几则建议不容忽视：

一、加入一些组织机构：让人们知道你是谁，你的特长是什么，以及你有什么资源优势。积极主动地参加各种会议，扩大自己的知名度。

二、寻求领导职位：争取获得某个领导职位，使自己掌握一些新的技巧，不断保持旺盛的生命力，接触一些颇有影响力的人物，显示出职业化的一面。

三、制定人际交往的目标：开列一个名单，列举五六个你想接触的人物，寻找机会向他们进行自我介绍。不要对任何与你见面的人有过高的要求。注意维护你的人际关系网，经常打打电话，发发邮件，甚至可以分享一下共同感兴趣的文章。

四、利用好每一次会议：开会并不是例行公事，如果你能在每次会议结束之后都能有两三个朋友继续交往，这个会议就卓有成效。如果在会议上走上一圈，敛了一堆名片，事后谁都没有印象，除了失败感，恐怕就再没有什么其他收获了。

五、加强自己的记忆能力：如果说反复向别人介绍自己是一种礼貌，那么反复询问别人姓甚名谁就是一种失礼。为了不让别人觉得你心不在焉，最好采用一些强化记忆的方式，比如说，在名片背后附上一个简短的说明，注上某某某来自哪个公司，什么职位，什么时间，什么地点和他相识，最深的印象是什么等等。

六、为人际交往提供充裕的时间：人际交往是一项耗时耗力的工程，如果收到朋友的电话，最好在24小时之内回复；虽然你可以每次都说还有10分钟就开会，只要你显得专业而真诚，尽可能迅速回复电话，你就可以获得更多的朋友。

七、问自己需要些什么：永远不要以为没人愿意帮你。只要你开口，你就会发现人们是多么热情。不管你的要求是什么，最好把它表述得清晰而简洁。如果你希望别人帮你找工作，最好直接说：“张，我正在找工作，你们公司采购部有这样一个空缺吗？”如果你说“有工作吗？我想找工作”，那么别人根本就没办法帮你解决。

我也同样楼上的说法。真诚，微笑，低调。另外补充一点，保秘自己的神秘感，让别人想害你的人摸不清头脑。而且多观察少说话，多笑。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！