

百人聆听市民大讲堂

# 交际艺术塑造人生魅力



讲座现场，观众听得非常认真。

**本报5月11日讯** (记者 崔洪英)如何得体而艺术地与人交往，关乎人生路上的成功和幸福，关乎一个人的人生魅力。9日，市民大讲堂再次开讲，临沂大学副教授王红坤为市民们带来了一场交际艺术与魅力人生的公益讲座，百名市民跟着王老师学习如何与人交往和塑造魅力人生。

王老师本身极具亲和力，讲座开始前，她就来到台下与听众们互动，拉近彼此的距离，消除陌生感。无论是否开口说话，王老师脸上一直保持

微笑。讲座还未开始，她就用实际行动向大家诠释了什么是交往的艺术和细节的魅力。

讲座中，王老师最大的特点是结合大量现实案例和自身经历来阐述观点。整个讲座过程中，记者简单统计了一下，王老师用了不下20个实例，而每一次她讲到案例时，听众们则表现得非常感兴趣。王老师语言幽默诙谐，常常引得台下听众发出阵阵笑声。

“人际交往的艺术是智慧的艺术，自我修养是打开人际

交往大门的钥匙。要想拥有完美的交往艺术，首先要提升自身素质和形象。”王老师说。她指出，工作形象、社会形象和家庭形象共同构成了每个人的形象定位，一个良好的内外在形象对个人的社会交往将起到十分积极的作用。她还倡导，力求做“被文化武装的人”。

王老师认为，交往艺术中的细节才是彰显个人人生魅力的关键所在。王老师说，观察一个人从敲门、进门、交谈，短短半个小时内其实就能判

断这个人的交往能力。最后，王老师向大家示范了仪表、举止、言语等部分基本礼仪知识。讲座结束后，仍然有不少听众留下来向王老师请教问题。

一方汇聚名家的思想高地，一所没有围墙的社会大学，一道市民共享的文化大餐。作为一项大型公益文化活动，本期市民大讲堂由临沂市委宣传部、临沂市社科联、临沂大学、鲁南商报、临沂市图书馆共同主办，面向社会免费开放。

## 现场花絮

### 交际屡受挫，女白领恶补交际课

9日上午，来听“交往艺术与魅力人生”公益讲座的听众中，有不少是戴着眼镜的职场白领。而高小姐则是她们当中典型的一员，工作游刃有余，人际交往却屡屡受挫。

高小姐说，三天前接到讲座通知后，她就第一时间决定来

听听。“这样的讲座，我怎可错过？”高小姐说，她平时还购买了大量交际交往类的书籍，下班后就翻翻看看，之所以如此用功，是因为她认为自己在人际交往中相当幼稚，以至于闹出不少烦恼事来。

“上学时用的是智商，踏

入社会感觉情商决定成败，我虽然硕士毕业，对待工作游刃有余，但在人际交往方面却是个小学生。”高小姐说，自己在一家事业单位上班，刚开始和一个女同事关系很亲密，形影不离，后来偶尔一件小事没处理好，导致两人彼此猜疑，形

同陌路。

高小姐性格偏内向，在单位遇到不太熟悉的同事就擦肩而过，不打招呼，时间长了，同事们都私下说她自高自大，待人不热情，这一度让她很是烦恼。经过屡次打击，高小姐开始恶补交际课。

## 观点点击

### 慷慨地赞美别人吧

还记得第一次得到赞美美是什么时候吗？还记得那时的美妙感觉吗？随着年龄的增长，或许已经不再为别人的赞美而兴奋不已，但听到赞美时的美好感觉并不能抹去。“潜意识里，我们都渴望别人的赞美。所以，学会赞美别人，往往是交往中的法宝。”王老师说。

但是，赞美绝不是乱赞一气，否则将起到相反的效果。首先要真诚，不能为了套近乎而虚伪地赞美，那叫拍马屁。赞美对事不对人，赞美也绝不

是阿谀奉承。如果你的赞美毫无根据，只是说：“你真是太好了”或者“我对你的佩服如滔滔江水连绵不绝”之类的话，恐怕没有什么人会认为你真的对他们充满了善意吧！所以，一定要赞美事情本身，不要“以人为本”。

与人交往中，慷慨地赞扬别人吧。每个人，都有他值得别人赞美的地方，找到这些值得赞扬的人和事，适时适当地赞美别人，你的交往将收到理想的效果。

### 交往讲究细节

“与人交往要掌握艺术，讲究细节才能真正凸显一个人的魅力。魅力体现在举手投足之间，你如何敲门，如何打电话等小细节，最能彰显个人素质和魅力。”王老师说。

王老师给魅力人生的定义是外表美丽、气质美丽、内心美丽、工作美丽、家庭美丽。注重细节，首先要注重外表，因为人都是以貌取人的，仪容仪态非常重要。心理学研究告诉我们：人与人之间的沟通所产生的影响力和信任度来自语言、语调和形象三个方面，它们所占的比例：语言占7%，语调占38%，视觉(即形象)占55%。从

某种意义上说，你的形象就是你的未来。

那么，如何让语言充满魅力？这就要求与人交流要彬彬有礼、委婉、得体、温暖、富有亲和力。

有了外在和语言还不够，从内在塑造自己才是最重要的，要充满魅力，形成强大气场，就必须永远读书、学习，学会换位思考，怀有积极心态，永远自信和热情。

魅力人生的塑造恰恰是隐藏在人生中的每个细节中，在举手投足间，在转身回眸间，在吃饭喝水的时候，在过马路的瞬间。



王红坤在讲座中。

文/片 本报记者 崔洪英

### “白癜风大讲堂”走进临沂

5月10日上午，由国家中医药管理局全国名中医学术研究专业委员会主办发起，华海白癜风研究院、华海白癜风医院承办的“白癜风科学大讲堂”走进百城公益巡讲活动第九站在临沂开讲。全国知名白癜风研究专家、首席巡讲员韩梅海就如何治疗白癜风、如何防治复发、能否传染、会引起哪些并发症等问题进行了讲解。

大讲堂上，韩梅海研究员详细介绍了中国历代医书关于白癜风方面的记载，以及中医治疗白癜风的优势，并对白癜风发病的病因、病理、治疗和预防方法等进行了讲解，让广大患者知病因、明病理、掌握科学的防治知识，最终做到科学明白就医，规范治疗。

韩梅海是全国著名白癜风研究专家，中国社科院博士，是国家级“黑白同治”新技术研创者之一。“黑白同治”技术通过消除病因，控制发展，平衡阴阳，调节免疫，激活细胞，促进再生，从而达到根治白癜风的目的。

巡讲专家还围绕改善白癜风患者生存环境，开展白癜风病不传染，不危及他人健康知识传播，让全社会正确认识白癜风疾病，善待白癜风病人。

本次大讲堂由华海白癜风研究院、华海白癜风医院承办。华海白癜风医院在成功晋升为全国白癜风领域首家二级甲等中医专科医院后，不忘医疗机构公益性责任，成为“白癜风科学大讲堂”走进百城公益活动唯一的承办单位。

据悉，在“白癜风科学大讲堂”巡讲期间，华海白癜风医院还设立专项基金，对困难患者进行全额及部分救助，临沂患者可拨打4006567178申请救助。

记者 刘婷

### 国网蒙阴县供电公司开展交通安全文明出行活动

5月8日，蒙阴县供电公司开展了“摒弃交通陋习，安全文明出行”签名活动，该公司车队驾驶员及各车单位驾驶员参加了该项活动。

教育广大驾驶员进一步提高交通安全意识，关注交通安全，反思以往的行路驾车的陋习，认真审视并改正不文明的交通习惯，从中吸取事故教训，远离交通陋习，远离交通事故，做到安全文明出行，杜绝“路怒”，培养良好的驾驶习惯。

(秦四宝)

### 国网莒南县供电公司圆满完成业扩用户施工

近日，莒南县30kVA业扩工程顺利完成验收送电工作。为保障工程顺利完工，莒南县供电公司电力工程部抓住工程施工黄金时间，从工程安全、质量、协调等方面加大力度，抓安全、抓质量、抓进度，加班加点完成本工程。共安装30kVA变压器1台，跌落式熔断器2组，避雷器1组，立12米水泥杆20条，架设JKLGYJ-10/50绝缘导线约3000米(单线)，接地极制作安装1套，并对设备进行调试，确保了业扩用户早日验收送电。

(孟凡臻)