

黑苹果



[黑苹果_下载链接1](#)

著者:袁岳

出版者:中信出版社

出版时间:2010

装帧:

isbn:9787508621722

袁岳每年在大学巡回演讲数十场，他发现，“超过50%的同学，除了自己的同学、同乡，在社会上能说得上话的人，一个都没有”，社交成了一个严重的缺项。

也有一小部分人，他们比一般学生更有社会意识，是学校里实习、创业、公益、社交等社会实践活动的核心，在大学期间，他们就把自己训练成了一个高度社会化的人。“如果我们把一般社会上的人看成苹果，把一般学生看成青苹果，那么他们，就属于我说的黑苹果。”

袁岳这本书，就是为培育更多的“黑苹果”而写，这里面没有繁缛的、一本正经的社交礼仪，只有一些朴素、实际的人情世故，以期枯竭的人脉资源可以变得丰沛，干燥的人际关系可以变得温润。

作者介绍:

本书的作者袁岳，开了一家著名的咨询公司——零点研究，主持着一档热闹的谈话节目——头脑风暴，还兼着教授、会长等若干社会角色，自称是个“有限的生意人、玩票的主持人、兼职的讲师和算不得正经的专栏作家”。

目录: 自序 黑苹果——社交中的人生色彩

第一章 寻找“黑苹果”

黑苹果的样式

黑苹果的劫喜

黑苹果青年一起黑

做一日总裁助理

第一位大学生见习助理

第二章 初涉人世 厚积薄发

大学城里的喜羊羊

测试下你的社交水平

大学生累积资源6式

怎样利用大学资源?

怎样从自己身上找资源?

认识社会的三层次

在校看社会七法

大学生职业准备八指标

实习之道

大学生实习期间的十项注意

大学生公益创业八问

做动手派，不做软脚蟹

写给农村出身大学生

写给富二代

第三章 人在职场 博观约取

职场选人的依据

当代人才的三特征

十种我不喜欢的人

24个职业小问题

职业成长四阶段

职场新丁职业适应六要

不要把老板当你爸

与同事相处的六条原则

组织起来的快乐

做喜欢的事，交不喜欢的人

做一个厚道魅力的甲方

职业的真相

树挪死，人挪活

做牛人的路径

谁能领导新一代员工?
高层管理者的伦理规则
管理工作中的四个平衡
足够柔软的管理
做领袖的3P道理
谷歌的办公室文化好
董事长要不要懂事?
高质量人脉的特点
第四章 社交法则

饭局
点菜
吃相
喝酒
送礼
借钱
份子
架子
拍马屁
捧场
八卦
借光
随便
吹牛
怎样听?
怎样说?
怎样问?
怎样找话题?
怎样提意见?
怎样讲道理?
怎样沟通?
怎样演讲?
怎样流畅表达

中道
换位
幽默
通情
共好
感性
主动
优雅
意义
忍耐
妥协
感谢
忘记
贪婪
啰嗦
规格
大师无谱
智者无怨
管理压力
管理意外

Good For You,Bad For Who?
第五章 社交技巧不二法门

社交应该成为生活常态
对社交新人的十三点提示
克服社交恐惧和社交厌恶
场面社交的10个常识
生人到熟人的加工流程
交朋友的11个小技巧
女生社交七项注意
个人营销
先行投入
创造相似性
第六章 维护与拓展，从圈里到圈外
社交中的双边与多边
跳出循环社交
扩大社交半径
老爸的朋友
哥们之道多迷思
校友是一个社交圈
旅行中结识朋友
生活需要忘年交
干妈干爸认着玩
商界有个长江帮
跳出盒子
选择公益的对象
学习组织化社交技术
组织一次家庭派对吧！
家庭派对上的人际管理
网络社交
开心菜鸟的网络社交经
第七章 人间五味世事洞明
各人头上一片天
人生或只此一见
每一段人生都有花有玉
活在当下
选择
用心构建生活模式
选择之惑
品质如同石头
世相总有两面
真相往往令人尴尬
规范的代价
无聊之用处
乐观与悲观的自我证明
凡事有一利就有一弊
关于好人与坏人的N个断想
桌面上的人看人
普通才有力量
乐观与理想何以成事？
超级爱做白日梦
我是一个组织我
怕你耍赖所以不好
亲和是种什么力？
宽待不敬的言行
别让有些人做辅导员
请专家领导正常说话

第八章 情感管理，爱之谏言
让父母欣慰你大了
过年要干的八件事
情人节=春节
陪伴的价值
老妈坚决不挪窝
给妈妈洗头梳头
老爸老妈的催婚
兄弟之争
记住爷爷奶奶的名字
血亲与友谊的分寸
爱=欣赏+信任
婚姻就是翘翘板
爱无罪不知分寸有罪
下一代教育六讨论点
一个黑脸一个白脸
让孩子早担当
老爸老妈请放手啦
孩子大了就得分家
习惯亲爱的人离去
建造美丽的墓地
活人想好死人的事
家谱的学问
写一个家庭博客如何
我们要在死之前清帐
歹徒捅三刀，大夫捅N刀
LIFE方式
帮助主义万岁
常人也要有慈善习惯
• • • • • ([收起](#))

[黑苹果_下载链接1](#)

标签

社交

袁岳

职场

黑苹果

心理学

社会学

沟通

经管类科普畅销书

评论

基本的社会交往常识集合。书本身对我而言可感不多，但袁岳本人我挺感兴趣的。原本以为作者和梁道长是一路人，后来发现原来前者是一个利用知识进行社交娱乐拓展训练的老手。那些追求物质梦想的励志大学生应该可以从中找出不少启发。

实在不怎么样

深化了对于社会资本的认识

一本很诚恳的为大学生而写的社交/入世指南，值得一读。My college is a very unique place. It is like a snow globe that creates an alternative reality so different from the "real" world. When outside of the snow globe, I gain so much freedom beyond intellectual level. It feels like...life just begins. ^_^ I guess that's what the "commencement" is all about. 燃烧吧，小小黑苹果～

这是那个土摩托么？

书的副标题看上去很讨厌，类似于满大街教人各种心术的垃圾书，翻看之后，发现黑苹果这样的方法论教导虽不是极好的，但袁岳至少比较中肯，教孩子做个有责任心的会思考的孩子总是对的。现在很多让我们这个年纪的人感到困扰、讨厌、深深失望的孩子们，确是真的连这些基本的东西都不懂，可见教育的悲哀

推荐大学生读此书，不装逼，不忽悠，可做走向社会的一个参考。

适合一般读读，更好的可以读道德经

B848.4/129

人情课堂当以实践为主，所以启迪不算很大。但可以当做解决问题时的参考。

袁岳是个自我营销的高手。这本鉴于网上没有电子版，故买来看了，但心理价值远大于实际价值。如若不是还有“公益活动”和“社交技巧”几节可以瞧，那真是彻彻底底中信出版社的快餐垃圾风格了。袁岳写书也是高产，所以质量无法恭维，但是他的这一技巧还是可以为我们所借鉴的。

不交往，毋宁死。

not for me...

袁岳先生写给大学生和职场新人的一本关于#社交#的书。就是要你学会“有梦想、能折腾、不要脸”。

很不错的书！

写的不太成体系~

天哪！读完后有恍然大悟再是认识的太晚了！里面完全对职场现状做了细致分析。袁岳这个人还是很佩服他的，出身于农民家庭，却走到今天的成功。不过看他的样子倒是想不到过去的潦倒。

推荐给所有正在成长中的年轻朋友们,特别是已经在大学阶段的孩子们!我的妹妹也有在我的推荐下,阅读哈~

挺有启发的

看的第二本袁岳师兄的书，给准备毕业还在和手机做朋友的大学生可谓适合。比无事拼凑的励志书好太多，起码是思考和经验的结果。但这类书只算看，不能算读，因其道理虽强，文字实弱，教导需要美感，金科玉律更务必简洁。师兄的书更像是演讲思维，一次性吸收，毕竟沦为工具。11.14读毕

[黑苹果_下载链接1](#)

书评

2010-9-20 Google搜索“黑苹果”和“Black apple”，风头大都被苹果手机抢了。一个新概念从提出到被公众接受，总要经过一个漫长的消化、理解和认同的过程，这也是为什么我们要通过习盟和黑苹果项目来不断推广。所谓“黑苹果”，不是青苹果、红苹果，强调一个“黑”字。“...

这本书适合大学生或刚工作一两年的孩子们学习。提到了很多情商问题，懂得社交很重要。篇幅很多，不适合一次看完，空的时候，随手翻阅。但说实话，即使工作了多年，我也很不太会社交。最近通过一些活动认识了不少商业方面的人，但活动中我大多是倾听者，很少有什么机会来表达...

要做事先做人，袁岳的新书《黑苹果》可以看做《我的江湖方式》的续篇或是补充，着重在社交方面。阅读起来就像看他的博客，文章短小精悍，将社会人情世故娓娓道来。

这本书不仅适合大学生，对已经工作多年的职场人士也很有帮助。
阅读完一本书只需要几个小时，但我们要花很多的时间...

接触到袁岳是源于朋友的GR分享中一篇袁岳老师倡导大学生每天坚持写博客的文章。
进而对袁岳这个人感兴趣。本来还以为袁岳是一位大学教授，google了一下才知道袁老师居然是头顶着这么多光环的一位人物。拥有众多一流学府的文凭，自己成功开创咨询公司，经常演讲，主持节目，写了...

走出学校之前，越来越感到储存的很多东西不够用
于是参加了求职培训，认识了朋友、获得了友情、看事情的角度
也开始以海绵吸水的速度随便看些书籍 选择书籍也多是朋友推荐
一定要挑出版社（读书时也多少了解书怎么出出来的）
看封面照片的品位，内容是否经典等 很多看...

社交水平测试
1) 社会上认识多少个人，即在必要的时候可以寻求帮助；2) 他们的职业是什么？他们的社会地位如何？3) 在与社会上朋友经常联系吗？尤其是在不需要帮助的时候；4) 你的朋友有没有跨度在10级以上的？5) 你主要通过什么途径认识朋友？你时常会挖掘一些新的社交渠道吗...

步入职场好多年无意间看到黑苹果这本书，觉得还是挺有用的。
作者以自己的经验出发为大学生提供了很多踏足社会所逐步培养的技能，如何了解人情世故，如何做人，社交等多方面切入，如果我在大学就能看到这些，也许可以少走很多弯路

在书中读到袁大的这段话：超过50%的同学，除了自己的同学、同乡，在社会上连一个说得上话的朋友都没有，社交成为了一个严重的缺陷。也有一小部分人，他们比一般学生更有社会意识，是学校里实习、创业、公益、社交等社会实践活动的核心，在大学期间，他们就把自己训练成了一个...

看这本书，我会对比自己的大学生生活。我才发现原来在大学里面，我并没有好好利用大学资源，去思考自己喜欢什么，以后想做什么工作。所以，如果是刚进入大学的话，我很建议大家读这本书，去探索和发现自己喜欢的是什麼，想要的是什麼。然后自己制定计划去实施，去得到自己...

在写书评之前，一定要夸一下袁岳，超爱袁岳老师！儒雅的气质超级棒！星星眼~
在书中学到很多东西。
利用大学资源，有学校品牌，学生品牌，活动品牌，利用闲暇时间，利用良师益友。还挺有指导性的。
在校看社会七法：a看小报b写博客c实习d做志愿者e尝试校园创意f有意识的加强挫...

从学校，到社会的转变 你需要多久？ 每个人需要的时间不一样
但读了这本书，显然会缩短你很多时间，可以让自己少走一些弯路，当然，更可能把你推向一个更高的高度 从学校，到社会的转变 你需要多久？ 每个人需要的时间不一样
但读了这本书，显然会缩短你很多时间，可以让自...

昨天终于看完了！统计了一下，发现全书151篇，我本人在用的或用过的和常用的及用后效果很好的方式及行为有130篇之多！在没读此书之前还认为是自己否还要坚持一些自己的行动方式方法？但在看完全书后更坚信‘黑’是可行的必要的。
力推此书！年青的朋友们，其中必定有你需要和必...

书中所写很多都和自己的生活很相似，不想抱着60分万岁的态度过大学的日子，所以就努力改变，努力尝试新的东西，参加各种社团，认识各种的人。但是似乎这样的生活结果都会走向同一方向。原因很简单，自己还不够优秀，不够吸引足够多的人，不够能力结交个方面的人才。努力，一句...

看完了袁岳先生的这一本书。想法也是很多的。
这本书代表的是我以前从未遇到过的新思维，尤其是许多总结做得很不错。
我也是在一个校大学生，正在完成从青苹果向黑苹果的演进。在这个过程中，我想提醒其他和我类似经历的人三点。第一，在和社会接触之前一定要多看书，多积累基...

袁岳每年在大学巡回演讲数十场，他发现，“超过50%的同学，除了自己的同学、同乡，在社会上能说得上话的人，一个都没有”，社交成了一个严重的缺项。
也有一小部分人，他们比一般学生更有社会意识，是学校里实习、创业、公益、社交等

社会实践活动的核心，在大学期间，他们...

你的身边是不是有这样一些同学？

他们对学习的态度基本是“60分万岁”，并不在意专业课的成绩好坏；

他们每天忙于各类社团活动，晚上熄灯还见不着人；

他们或者自己在校园里做些小生意，或者总有各种机会找到在公司的实习职位；

他们的学费、生活费很大一部分都是自己挣来的， ...

[黑苹果_下载链接1](#)