

NENGSHUOHUIDAO
SHIBENSHI

◎毕志诚 / 编著

说话是人的本能



会说话却是人的本事

能说话公道 是本事

一
言
九
鼎
,
一
根
舌
头
打
天
下

中国致公出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

能说会道是本事/毕志诚编著. —北京: 中国致公出版社,
2008. 12

ISBN 978—7—80179—750—6

I. 能... II. 毕... III. 口才学—通俗读物

IV. H019—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 166227 号

能说会道是本事

编 著: 毕志诚

责任编辑: 柳 琦

出版发行: 中国致公出版社

(北京市西城区太平桥大街 4 号 电话 66168543 邮编 100034)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京才智印刷厂

印 数: 10000

开 本: 660×960 毫米 1/16

印 张: 19

字 数: 280 千字

版 次: 2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978—7—80179—750—6

定 价: 28.80 元

前 言

当今社会，人与人相互之间合作的机会逐渐增加，特别是在商务领域，需要更多、更有效的人际沟通，个人的口才显得尤为重要。一个会说话的人，可以流利地用语言表达自己的意图，能把道理讲得很清楚，而且层次分明，有条有理，使你的客户和合作伙伴都乐于接受。口才好、说话流利动听，而且做起事来比较麻利、有经济头脑的人，他在生意上成功的希望就大。

无数事实都证明了能说会道的好处，口才好的人在各种场合都能如鱼得水。他能够从容自若地与各色人等巧妙周旋，他可以口吐莲花，把商品介绍得人见人爱；他可以不辱使命，在谈判桌上赢得全局的主动；他能够使自己的下属热血沸腾，团结一致，惟其马首是瞻；可以在关键时刻脱颖而出，赢得老板的青睐，让自己在职场上平步青云……

所以说，一张能说会道的嘴是取之不尽的财富。当今社会，缺少了这项本事是万万不行的。为此，你必须精心磨练你的舌头，在人际交往中，通晓何时寒暄冷暖、何时甜言蜜语、何时慷慨陈词、何时装聋作哑、何时察颜观色。总之，练就一副口吐莲花的好口才，才能成为一个全面的人才。

其实，口才绝不是许多人认为的那样，只是耍嘴皮子、死缠烂

打。它是一个人的综合能力的体现，它融合了一个人的观察能力、准确深刻的认识能力、思维能力、分析能力、判断能力和推理能力等等。

冰冻三尺，非一日之寒。如果你是一个不甘平庸、欲图大事的人，不妨从现在开始，磨练说话的本事，为将来的事业打造基础。只要你多听多说，勤学苦练，用不了多久，你就可以在任何场合，面对任何人，都能做到从容不迫地说，潇洒自如地说。

毫无疑问，能说会道是一种本事，拥有能说会道的本事，就等于拥有了辉煌的前程。



目 录

CONTENTS

第一章 心里有话大胆说

- 能说会道带来好前程 2
- 分析自己的说话能力 3
- 不要怕人笑 5
- 如何克服羞怯心理 7
- 克服说话紧张症的方法 8
- 源源不绝的话题 10
- 体现自信的 10 个小建议 12
- 如何自己激励自己 14
- 找到打开话匣子的钥匙 16
- 培养宽松的心态 18
- 口才专家的忠告 20

第二章 让语言更具魅力

- 达到迷人效果的说话技巧 24
- 改掉说废话的毛病 25
- 使自己的声音更完美 27
- 自学普通话有门道 30
- 调整好说话的语气 32



利用语言的“魔方”	36
说话的材料靠积累	37
如何使用语言更有条理	38
说出自己的风格来	40
培养自己的创造能力	41
恰到好处地应用语言	43

第三章 说话的十大禁忌

不要惹人不高兴	48
别因说话而招灾	49
不要谈论别人的短处	50
不要喜欢和人争辩	51
不谈少谈得意事	53
不要热衷吹牛拍马	54
不要随便提忠告	55
不可乱开玩笑	57
不能随处“犯荤”	59
不要口是心非	62

第四章 言谈处处显品位

养成绅士风度	66
受人欢迎的说话态度	69
用真诚打动别人	71
注意说话的方式	73
说在非说不可时	75
谈话中避开自己	78
鼓励别人多说话	80
让朋友表现得比你更优越	82
言辞谦逊可以免遭妒忌	85
检点说话的小节	88



第五章 学做铁嘴老板

老板如何同员工说话·····	92
打造说话的权威感·····	93
发出指令的4种技巧·····	95
说话幽默的老板受欢迎·····	96
掌握争辩的技巧·····	98
“套”出员工的心里话·····	99
讲话应当看场合·····	100
随时随地注意“身份”·····	102
社交场上讲话的基本原则·····	103

第六章 职场说话有讲究

上下级交谈讲技巧·····	106
抓住与老板谈话的机会·····	107
跟老板说话有忌讳·····	109
向老板汇报工作的技巧·····	111
报喜报忧有讲究·····	114
如何指出老板的过错·····	118
向上司推销自己的“点子”·····	120
学会与人“谈得来”·····	121
接受上司的批评应坦然·····	122
如何向上司要求升职加薪·····	124

第七章 磨练当众演讲的本事

使自己成为能说会道的演说家·····	128
成功演讲的4项基本功·····	130
演讲前做好充足的准备·····	132
熟练掌握演讲的技巧·····	137
克服演讲中的不良心理·····	141



如何掌握好演讲的语调	143
演讲时的形象很重要	144
怎样做好即席发言	146
妥善对待听众的反应	148
演说场上的 10 大禁忌	151

第八章 口吐莲花说服人

打铁先要自身硬	156
摸透人心再开口	158
劝导别人要注意哪些禁忌	160
如何打圆场	161
让人口服心也服	163
善于捕捉时机	165
怎样学会聆听	166
提高说服力的七大窍门	169
如何在交谈中对人察颜观色	172

第九章 发掘幽默的天赋

现代人需要幽默	176
说话幽默的 3 个条件	178
说俏皮话要得体	179
怎样培养说话的幽默感	181
幽默有哪些基本方法	182
制造幽默的语言技巧	186
怎样幽默才不过火	188
交际中如何妙用自嘲	189
活跃气氛的十个绝招	190

第十章 谈情说爱有门道

接近异性的 10 种技巧	194
--------------------	-----



怎样与喜欢的人交谈	196
怎样向对方提出约会	197
第一次约会有哪些禁忌	199
如何大声地说出“我爱你”	201
如何制造恋人之间的亲近感	202
初恋中的女性应如何讲话	203
与女性相处有哪些诀窍	206
夫妻说话讲分寸	208

第十一章 求职面试说话秘招

怎样大胆地推销自己	214
如何抓住面试的机会	215
面试时如何表现自己的能力和个性	216
面试时如何介绍自己	217
面试时有哪些应答技巧	219
跳槽者面试四大“忌语”	220
面试中的“以诈取诚”招式	221
“吹”出来的锦绣前程	224

第十二章 磨练说话的急智

“秀才遇到兵”怎么办	232
执拗其实并不明智	233
同人争论时尽量保持冷静	235
顶牛抬杠不养家	236
如何打破尴尬局面	238
提防别人的言语伤害	239
敢于面对粗鲁的言辞	241
怎样对付别人的威胁	243
如何回击恶意冒犯者	244
如何对待他人吵大吵	246



怎样应付咄咄逼人的谈话 248

第十三章 轻松得体的社交谈吐

如何做自我介绍	252
如何引荐和介绍朋友	253
如何做到称呼得体	254
打电话应注意哪些礼仪	256
怎样与人聊闲天	258
怎样寻找共同话题	259
怎样打破沉默局面	260
如何避免索然无味的谈话	262
如何寻找恰当的借口	263
靠言辞树立形象	265
勿闯社交谈话的“地雷阵”	267
展示自己的内在气质	272

第十四章 会说还要会听

有效的沟通从“听”开始	278
保持耐心，“听而不厌”	279
多把说话的机会留给别人	280
到什么山听什么歌	281
真正厉害的人大多是沉默的	283
听人讲话的十八个技巧	284
边听边看，洞悉心灵	287
察颜观色后，语出动人心	289
观人于微而知其著	291

第一章

心里有话大胆说





能说会道带来好前程

能说会道是本事

NENGSHUO
HUIDAO
SHIBENSHI

无疑，每一个人都希望自己具有从容自如的说话信心，梦求自己能展示超凡脱俗的说话魅力。但是，我们须知，说话的信心和魅力如何，与说话的水平 and 技巧是休戚相关的。敢于说话而不善于说话不行；善于说话而不敢说话也不行。只有既敢于说话又善于说话，才能如虎添翼，锦上添花，产生良好的交际效果。

然而，不知我们的读者朋友曾否抚躬自问：“我会说话吗？”这是一个看似十分简单而又颇为幼稚的问题。

所谓“会说话”，亦即能说会道，善于说话，意指说话者能够准确自如，恰到好处地表达出自己的思想、感情、意图等；能够把道理讲得条分缕析、形象生动；能够轻松自然、简洁明了地使他人听清和理解你的话语。同时，善于说话者能够从与他人的交谈之中，测定他人说话的意图，得到有益的启迪；而且还能够通过谈话，增加自己对他人的了解，跟他人建立十分良好、和谐的友情。由此可见，是否善于说话与是否敢于说话，二者均举足轻重，不可偏废。

是否敢说又善言，对我们每个人的生活、事业乃至闲暇娱乐都起着至关重要的作用。在生活中，敢于说话又善于说话的能说会道的人，处处都受人喜爱和欢迎。他能使许多本不相识的陌路人走到一起，携手共进；能使许多志趣各异、性格有别的人互相了解，互相觉得彼此需要；能够排难解纷，消除人与人之间的误会与隔阂；能使愁苦烦闷、郁郁寡欢者得到安慰，使悲观厌世、无思进取者得到鼓励；能够使自己周围的人变得更快乐、更聪明、更美好。

在工作及事业上，敢于说话又善于说话的人，可以充分利用自己的语言交际能力来说服他人，使工作进行顺利，左右逢源。可以说，说话的自信心与说话的魅力，是一个事业成功人士的必备条件。

在闲暇娱乐中，敢于说话又善于说话的人，能随时随地给生活增添乐趣。无论是与朋友结伴，还是与家人相聚，他都可以使人快活，令大家感到比上电影院、歌舞厅还能得到更多的乐趣。

同时，我们也常看到许多不敢说话、不善言辞的人所遇到的难



堪、尴尬情形。他们的说话不能准确、完全地表达出自己的意图，让听者觉得十分吃力费神，更谈不上能使对方产生共鸣，或悦诚服地接受其意见。这样就造成了交际上的种种困难，影响工作，影响生活，同时也给自己带来诸多苦恼。

敢于说话又善于说话的人，总是使人清清楚楚地明白自己的意图，而不敢说话又不善说话的人，则经常使人产生误解。敢于说话又善于说话的人，总可以很愉快地在各种场合取得成功，而不敢说话又不善说话的人，却不容易在谈话中使人信服，因而往往成为失败者，十分狼狈。由此可见，如何提高自己的说话信心和增强自己的说话魅力，对我们每个人来说都是十分重要的。

我们今天所生活的社会，是一个文化、科技与信息高度发达的时代。社会生活变得愈来愈复杂，人与社会变得愈来愈密切，人们相互合作的需要也变得愈来愈增强。同时，社会往来已是必不可少，“离群独处”更是很不现实。因而，我们说话的信心与语言表达能力，对任何人来说都变得愈来愈重要。

我们每天、每时、每刻都可能会出现在一些不同的场合，而在这各种场合我们都需要说上几句适当的话。如果这几句话的确说得恰到好处，那就能帮我们很大的忙，帮我们解决许多问题，克服许多困难，消除许多麻烦，对我们的工作、生活都大有裨益。

总之，我们每个人都都要下苦功夫增强自己的说话信心，提高自己的说话魅力。因为只有如此，才会避免在社交活动中出现失败，才会避免在工作、生活上的困难，才能促进自己事业的成功，使自己的生活会变得色彩缤纷、舒心悦。

分析自己的说话能力

胆量是一种重要的心理现象。要训练好说话的胆量，说话者必须具备良好的心理素质，说得具体一点，就是要求说话者既不盲目自信，也不妄自菲薄，做到不骄不躁，不卑不亢。

一个人如果想不断树立自己说话的信心和增强自己说话的魅力，真正做到既不盲目自信也不妄自菲薄，认真检查并评价自己的说话



能力，是必不可少的。

生活中，像哑巴一样不能用口说的人毕竟寥寥无几，屈指可数，绝大多数的人，并非对谈话之事一窍不通。但是，我们一般的人还不能说是能说会道、很会驾驭语言的人，尽管大家或多或少有些长处，懂得些谈话的常识与方式，但很难说有多少普通人去郑重其事地、科学地分析、研究过它，所以对我们绝大多数人来说，或多或少在某些场合具有不敢说话的毛病。

对于那些平时不敢说话的人，随时随地都有训练他们说话胆量的机会。有位专门从事语言探索的学者，提出了如下 20 个问题，帮助分析他们的说话能力：

1. 我是否口齿不清？
2. 我的声调是否悦耳？
3. 我是否见了别人就觉得好像无话可说？
4. 我是否在某些人面前就有很多话说，而在某些人面前就一句话也说不出呢？
5. 我是否遇见别人不同意我的意见时，只有再三地重复已经说过的话呢？
6. 我是否喜欢与他人发生争执？
7. 我是否常常被人认为“固执”呢？
8. 我是否常常忘记他人的姓名？
9. 我是否常用一些不太文雅的俗语？
10. 我是否狼狈地看到自己的话使人产生反感情绪？
11. 我是否能运用不同方式来对不同对象谈同一个问题？
12. 我是否很难找到一个大家都有兴趣的谈话题材？
13. 我是否常说些别人禁忌的话？
14. 我是否在话中不注意尊老敬贤？
15. 我是否未留意自己跟人谈话的态度？
16. 我是否根据别人的态度来调整自己的态度？
17. 我是否不能引起别人的发言？
18. 我是否不能使谈话很顺利地进行而不中断？
19. 我是否能够很自然地改变谈话题材？
20. 我是否不知道在何处结束我的谈话？

这位学者还指出，假使说你真有诚心解决自己不敢说话、说话



胆小的问题，不妨按照如下方法坚持练习三个月，其说话胆量便可得到惊人的提高。

用一个笔记本逐项地记下上面的每一个问题，并把自己过去的经验如实记录下来，例如，找出你自己在什么人的面前不敢说话的原因，再仔细想一想，记下自己跟别人说话时的情形，然后记下自己认为应该最先要改进哪一项。若说话者照此一个星期一个星期地做下去，一边看笔记本，一边研究自己的情况；一边看笔记本中讲的20个问题能否解决，一边又把自己的经验所得记在笔记本上，这样就功到自然成了。

总之认真分析并正确评价自己的说话能力，有利于说话者看到自己的长处，认识自己的不足，并扬长避短，迅速提高自己的说话信心，增强自己的语言魅力。

不要怕人笑

人与人之间本应该互相尊重，相互理解，相互帮助，而不应相互轻视，相互讥笑，甚至相互欺侮。但是，在我们的生活圈子里，往往有些人总是在别人的言谈中找出他认为可笑的地方。你错，他固然要笑；你对，他仍然要笑。无论你说得好说得坏，他都似乎执意跟你过意不去，要笑话你。正是由于这种“缺德”者的存在，往往使有些人因怕被讥笑而不敢说话，致使交际出现困难。

的确，在我们周围有些人，没开口便怕人笑，若与陌生人在一起更是闭口无言，结果是有话不敢说，甚至事事无成。造成这种不敢说话的原因，不仅仅是因为怕人讥笑，也有可能是其他许多原因；其一，可能是因为从小缺乏集体生活，孤独惯了，对人不太了解，也不作努力去了解；其二，可能是因为某个场合说话产生了不好的效果，使吸取“经验教训”，因噎废食，酷似“一朝被蛇咬，十年怕井绳”；其三，也可能是自己觉得口才较差，往往词不达意，言不中的，因而产生了少说为佳或者干脆不开口的想法。

不敢说话是人际交往中的一大心理障碍，一定要有勇气和胆量加以克服。这里首先要求说话者客观分析自己的交际情况，找出产



生说话胆怯心理的原因，然后对症下药。下面不妨介绍几种非常简单而又行之有效的方法。

方法之一，仔细回忆，把以前自己被人笑过的事实追忆出来。不敢说话的人也许在某个年龄的时候，在什么人面前，因为什么事，受了某种刺激，如果他把那以前笑过他的人，或使他人笑话的某些话，在回忆中找出来，让自己认识清楚怕羞的来源，挖出怕羞的根，这样就不觉得有什么可怕了。

方法之二，解剖事实，分析情理，寻求解决途径。说话怕羞的人可以这样想想：如果某一个人取笑了你说话，不等于每一个人都取笑过你；如果你的话可笑，那并不是你所说的每一句话都会让人取笑；如果你的话可笑，那别人笑的只是那句话，而不是你本人；而且，谁都知道，谁都被他人笑过，这是很平常的事。还有，如果那个笑你的人是一个以取笑别人为乐的人，那么大部分错则不在你身上，而在喜欢取笑人的那个人身上。要想摆脱这种处境，最好是以后尽量避免在这个人面前说话。

方法之三，把自己在现实生活中的遭遇，特别是关于说话之类的事反复地想一想，认真地清醒一下自己的头脑，正确地对待一些是非问题。比如，自己可以反省一下：自己为什么怕人笑呢？自己说的话真的值得被人取笑吗？怎样才能避免被人笑话呢？是不是自己说话本来就缺乏自信而致使别人笑话呢？究竟怎样才能克服自己的弊端，提高自己的语言交际能力呢？如果说话者能够真正地把这些问题分析清楚了，查出了问题的症结，一切也就容易解决了。

取笑他人的人总想用压低别人的方法来抬高自己，总以打击别人的自尊心，摧毁别人的自信心为荣。这是一种十分卑劣的行径。如果我们因怕人取笑而不敢说话，那么不仅会给交际带来困难，而且还会使自己的性格和心理受到影响；如果我们不能克服这种怕羞、胆怯、自卑、优柔寡断的心理障碍，那就更会有口难言，欲表不达。所以，一个有修养的人，一方面不要因为别人取笑就什么都不敢说，另一方面千万要告诫自己不要沾染上随便取笑别人的恶习。

最后值得注意的是，遇到那些因为怕羞而沉默寡言的人，我们应当体贴他们，同情他们，尊敬他们，鼓励他们，使他们大胆地开口，自由地说话。切忌以为他们不敢说话，便一无所知，其实在他们心中也不乏真知灼见，藏着许多闪光的东西。