

女人享用一生的口才书

长得漂亮 不如说得漂亮

ZhangDe PiaoLiang
BuRu ShuoDe PiaoLiang

• 陈泰先◎编著 •

一个女人可以生得不漂亮，但是一定要说得漂亮。无论什么时候，渊博的知识、良好的修养、文明的举止、优雅的谈吐、出口不凡的表达，一定可以让她活得足够漂亮，一个女人只要口才佳，相信没有谁可以阻碍她幸福的脚步。



中国致公出版社

幸福女人必知的秘密

长得漂亮 不如说得漂亮

ZhangDe PiaoLiang
BuRu ShuoDe PiaoLiang

• 陈泰先◎编著 •



元 08.18 : 价 定

ISBN 978-7-301179-07-2

内容提要 青少读物

中国致公出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

长得漂亮不如说得漂亮：女人享用一生的口才书/陈泰先编著. —北京：中国致公出版社，2008.6
ISBN 978 - 7 - 80179 - 675 - 2

I. 长… II. 陈… III. 女性—口才学—通俗读物 IV.
H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 064198 号

长得漂亮不如说得漂亮——女人享用一生的口才书

编 著：陈泰先
责任编辑：立 鹏

出版发行：中国致公出版社

(北京市西城区德胜门东滨河路 11 号西门 电话 010 - 66168543 邮编 100120)

经 销：全国新华书店

印 刷：北京银祥福利印刷厂

开 本：710 × 1000 毫米 1/16

印 张：19

字 数：292 千字

版 次：2008 年 7 月第 1 版 2008 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 80179 - 675 - 2

定 价：31.80 元

版权所有 翻印必究

前言

这个世界上有两种人：一种是男人，一种是女人。女人又可以分为两种：一种是漂亮的，一种是不漂亮的。自从母系氏族消失之后，人类一直处于男权社会，用部分男人的标准来判断一个女人价值的大小，主要是其漂亮的程度。由于一个人的相貌是先天的，所以在过去，女人一生下来其命运似乎已决定了：长得漂亮则众星捧月，长得难看则门可罗雀。

然而，伴随着社会的发展，女性地位的不断提高，我们再也不能单纯用相貌作为评判一个女人美丑、成败的标准了。任何一个女人，都能够通过自己的努力来获得那份属于自己的尊严。一个优秀的女人，除了美貌之外，还要有内涵，有气质，有灵性……而这一切，都可以通过口才，通过语言展示出来。语言是一个人内在素养的外化，而这种素养和能力又是可以通过后天锻炼出来的。所以，女人漂不漂亮没有关系，关键是要培养自己说漂亮话的能力，换言之，就是口才要好。

什么是口才？简单说就是口语表达的才能，或者说是口语表达的艺术和技巧。具体地说，口才就是在各种口语交际实践活动中，运用准确、恰当、得体、巧妙、有效的口语表述策略，达到特定的交际目的，取得圆满的口语表达艺术和技巧。可见，口才的好坏，已经影响着一个人社会生活与交往中魅力的强弱与目的实现的成败。

不过，说话是一门高超的语言艺术，把话说好却不是一件容易的事。尤其是女人，由于历史原因，使现代女人说话不是羞怯腼腆不敢说，就是大刺刺说得让人感觉不舒服。针对这种现实，再联系社会的需要，我们编写了这本《长得漂亮不如说得漂亮——女人享用一生的口才书》。本书从社会现实的角度出发，将女人说话分为说话对象、艺术倾听、说服力量、聊天、批评、拒绝、大方得体和幽默风趣的说话方式、场面话、职场用语等多个层面，希望能对渴望提高口才的你有所裨益。

第一章

口吐香兰：优美的嘴巴说合适的话

女人外在的漂亮靠容貌、靠打扮，而内在魅力靠学识、靠修养。女人，长得漂亮更要说得漂亮。说话是一种展示个人魅力的艺术，对女人而言，如何用靓丽动人的美唇说出女人的品位是十分重要的事情。漂亮的双唇，需要适当的唇彩进行到位的色彩修饰。而言谈同样需要巧妙地搭配，比如，对老年人用尊敬的语气，对孩子用温和的语气，对家人用体贴的语气，对朋友需要用关爱的语气。总之，见什么人说什么话是巧嘴女人口吐香兰的精髓，就像漂亮女人的美唇一样，淡妆浓抹总相宜。

1. 说话因人而异，能赢得好感 / 3
2. 像交际花一样去说话 / 5
3. 矜持女性美，说话谨慎才优雅 / 6
4. 像张曼玉一样与名人交谈 / 7
5. 与有钱人交谈时该怎么说 / 9
6. 跟领导说话别往枪口上撞 / 11
7. 与朋友说话要真诚 / 14
8. 与长辈谈话关键是一个“敬”字 / 15
9. 不同的人要有不同的称呼 / 17
10. 与十种不同性格的人交谈 / 19



第二章

有从容娴雅之美，说大方得体之语

漂亮的女人随处可见，优雅的女人却很难看到。红颜易逝，但风韵却能长存。魅力女人从容娴雅，不矮揉造作，不喜欢张扬；魅力女人说话大方而有分寸，对人从不尖酸刻薄；魅力女人的高雅气质不是上苍的恩赐，而是后天努力的结果。要想做一个气质高雅的女人，你必须不停修炼自己的内涵，提高自己的言谈修养。其实，女人应该是一道永远靓丽的风景，笑看岁月，依然美丽。

1. 在公开场合讲话，克服女人恐惧心理 / 25
2. 巧妙克服说话紧张症，让你更轻松 / 27
3. 女性日常交谈实用技巧 / 29
4. 让你的谈吐更有影响力 / 32
5. 日常交谈言语多，礼貌说话总没错 / 34
6. 语言优美，社交融洽 / 35
7. 说话要保持语调与内容的一致性 / 37
8. 让修辞为你的口才镀镀金 / 38
9. 插嘴懂方法，有缝恰当钻 / 40
10. 动听的声音体现气质和女人味 / 43
11. 通过电话传达出你的气质美 / 44

第三章

聪明的女人有力量，说服别人没商量

魅力女人杨澜说：“成熟让我更具说服力。”的确，优雅的气质，亲切和蔼的态度，体贴关爱的语言，是女性说服力必不可少的要素。女为悦己者容，士为悦己者死，如果女人在说服别人的时候，有意识地运用女人魅力的影响力，那么，说服就不再是难事。漂亮的女人不一定美丽，美丽的女人也不一定漂亮，如果女人两者都占有，那一定是个完美的女人。容貌难以改变，那么不如多改变自己的内在涵养。

1. “将心比心”才有说服力 / 51
2. 在晓之以理时，莫忘动之以情 / 52
3. 多绕个弯子，少碰些钉子 / 54
4. 聪明女人“劝架”的手段 / 55
5. 从一开始就让对方说“是” / 56
6. “巧”嘴女人说服别人的六大妙计 / 58
7. 向朋友借钱时怎样“张口” / 60
8. 第三者提出的意见更让人难以抗拒 / 61
9. 用请教的方式提建议 / 63
10. 用“绝望进攻术”来说服对方 / 65



第四章

美丽的耳朵，美丽的倾听

幽雅的谈吐，高雅的气质，脱俗的魅力，无疑是漂亮女人的魅力资本。善于优雅地倾听，会使女人显得体贴动人，因为她们知道，只有懂得倾听的女人才能成为一个善解人意的人。而在世人眼中，善解人意的女人最美丽，也最动人。漂亮女人有一双美丽的耳朵，而这种美来自于美丽的心灵。女人因为倾听而美丽。

1. 善解人意的女人会听话 / 69
2. 用倾听来应对别人的愤怒 / 70
3. 用倾听赢得他人的信赖 / 72
4. 聆听，给别人提供说话的机会 / 74
5. 学会倾听上司的话 / 75
6. 有效倾听，听出水平 / 77
7. 与其争论不休，不如保持沉默 / 78
8. 做一个少说多听常点头的女人 / 80
9. 有些误会不必捅破，坏事会变成好事 / 81

第五章

女人能说会道，委婉柔美最动人

委婉柔美的女人最能打动人心。在交谈时的含蓄与得体，比口若悬河更可贵。在语言中，魅力女人懂得驾驭语言的重要。她们会使自己的风度尽力在言语中得以体现，她们会不断探索女人的含蓄美。委婉含蓄的女人是最美丽的女人，也是最具智慧的女人。

1. 让你的批评变得艺术些 / 85
2. 批评要选择最佳的方式 / 87
3. 批评前，先让对方讲述他的看法 / 88
4. 批评不仅要讲道理，更要摆事实 / 90
5. 借古讽今巧批评 / 92
6. 批评有道，下属归心 / 93
7. 巧妙批评不拘小节之人 / 97
8. 把对老板的批评隐藏在玩笑背后 / 99
9. 这样的批评要不得 / 100



第六章

阳光之美，一张巧嘴会夸人

懂得赞美的女人最美丽。有人说，优美的嘴唇要说亲切的话语。其实给别人一个满分，于人于己都是一种鼓励，女人应该以真诚快乐的心态去面对别人，赞美别人，这样她会得到更多。赞美是一种健康的生活态度。魅力女人靳羽西说过，人最难的就是说出真心的赞美。赞美是一种鉴赏，是一种勉励，是一种自我释放。女人因为赞美而更具魅力。

1. 称赞是交际的蜜汁 / 107
2. 善用恭维胜百忙 / 109
3. 捧人是成功办事的主要手段 / 110
4. 好话要尽快说出口 / 112
5. 审时度势地赞美别人 / 114
6. 赞美他人要注意对策 / 116
7. 多说对方平生得意事 / 118
8. 多在第三者面前赞美他人 / 119
9. 逢人减岁，遇货添财 / 120
10. 用甜美的声音打动人心 / 122
11. 马屁要拍，但千万不能乱拍 / 124

第七章

俏皮“坏”女人，幽默最多情

幽默感是女人真性情的真实流露。一句调皮可爱的玩笑话，会将女人的多情、妩媚、可爱展示得淋漓尽致。作为一个女人，拥有幽默感必然会使自己魅力超凡。女人美在俏，美在“坏”，美在“滑”！幽默的女人是最具吸引力的，也最具妩媚之美。

1. 幽默将使你广受欢迎 / 129
2. 以幽默的方式烘托气氛 / 131
3. 运用幽默的几种技巧 / 134
4. 顺坡下驴——幽默之中暗含玄机 / 136
5. 一本正经卖关子 / 138
6. 软硬兼施，做一个打不垮的推销员 / 140
7. 把常言套进言谈中的幽默技巧 / 142
8. 家庭中也需幽默 / 144
9. 使自己成笑谈高手 / 145
10. 玩笑不能随便开 / 148
11. 不妨拿自己寻寻开心 / 149
12. 讲笑话的9个要诀 / 151



第八章

聊出女人的品味，聊出女人的优雅

男人爱侃，女人爱聊。漂亮女人在享受聊天的同时，也要聊出品味，聊出优雅。对于女性而言，聊天是交流思想、沟通感情的一种方式，是了解时事、传递信息的一种渠道，是炫耀家史、展示风采的一种机会，是发泄怨愤、声讨男人的主要场所。女人在聊天的时候情感丰富，思维敏捷，口才得到出色发挥。善于聊天的女人一般有极好的人缘，有很强的凝聚力和感召力。女人可以在聊天过程中彰显自己的魅力，在聊天中增添迷人之美。

1. 聊天里面名堂多 / 157
2. 让友谊从善意的聊天开始 / 158
3. 从闲谈中抓住机会，让别人认同 / 159
4. 女人聊天要懂得选择合适的话题 / 164
5. 聊兴大发，兴趣使然 / 166
6. 引起共鸣才能聊出成效 / 167
7. 让聊天为正式交谈热身 / 169
8. 爱打招呼的女人朋友多 / 171
9. 没机会聊天，也要保持联系 / 173

第九章

美丽兰花指，女人说不也有人情味

美丽兰花指，巧妙绕指柔。阴柔之美是女人的特色美，同样在说话时，女人也要学会如何拒绝别人而使双方不会太尴尬。“刀子嘴，豆腐心”是说女人的心软，所以，拒绝别人就成了女人交际中的一大难题。过于生硬的话，容易伤害别人的自尊心；过于柔弱的话，又显得很无力。因此，女人拒绝别人一定把握好说话的尺度，做到刚柔并济，这样你的拒绝才能使人心悦诚服地接受。

1. 女人如何把“不”说出口 / 177
2. 女性说“不”的妙招 / 179
3. 轻松说“不”的十种小窍门 / 181
4. 拒绝别人不妨来点小手腕 / 184
5. 拒绝时，采取明智的态度 / 191
6. 怎样把“不”说得更含蓄 / 192
7. 逐客也要讲点“人情味” / 195
8. 朋友借钱，不要怕说“不” / 197
9. 灵活处理不同的意见和见解 / 198
10. 拒绝别人的禁忌 / 200



第十章

美若桃花，对付男人巧说话

这个世界的人可以分为两种，一种是女人，另一种是男人。男人和女人是一对非常有趣的矛盾统一体，既互相吸引，又互相排斥。怎样掌握好你身边的男人，是一个聪明女人每天都会动的小心思。其实这并不难，只需在说话的时候要点小聪明，就能使其俯首帖耳，为你所用。

1. 女人恋爱时特殊的说话技巧 / 205
2. 女孩打动男孩的语言技巧 / 207
3. 拒绝求爱要恰到好处 / 209
4. 女人的唠叨是男人心中永远的痛 / 211
5. 夫妻间可用交流代替唠叨 / 212
6. 争执时聪明妻子不说的八句话 / 215
7. 有力的回击，让男人住嘴 / 218
8. 另辟蹊径，请君入瓮 / 220
9. “以柔克刚”化解夫妻间的争端 / 221
10. 巧妙说话，平息男人的心头怒火 / 223

第十一章

杨柳含烟，交际语言也能美

灵性之美是女人魅力的更高境界。如何在社交场合做一只自由穿梭的美人鱼，这是每一个女人都感兴趣的话题。其实，在社交场合，女人要会说场面话，要会施放自己的魅力，不妨让自己成为惹人注目的交际花，游刃有余地去与人交往。做个交际花，女人要学会杨柳含烟，风情万种，在社交场所，你要学会因人而异，因地制宜，灵活应对。做个交际花，你要有一颗平常心，即要投入又要若即若高，最好还要有一些天真，偶尔抛一些媚眼也未尝不可。

1. 巧妙的开场白，让彼此靠近 / 227
2. 场面话，既要懂得说更要习惯说 / 228
3. 说话开好头，交谈重在礼 / 230
4. 未成曲调先有情，说话先要“套交情” / 232
5. 场面话让陌生人变成老朋友 / 233
6. 入乡随俗，须避忌讳 / 235
7. 不说负面的话，多说肯定的话 / 236
8. 酒言酒语——酒桌上的社交口才 / 238
9. 既不反对也不赞成 / 241
10. 在答问中体现变通 / 243



第十二章

不做职场花瓶，职场美女的口才也是实力

美丽的职场女性，其职业能力常常处在一个尴尬的境地，当她们事业有成时，人们总是将成功归于她们的容貌，而她们的工作业绩在人们眼里会因为长得美丽而大打折扣。因此，职场美女除了适当地展现女性温柔的一面外，更要理性对待职场细节。比如：用良好的说话口才打造良好的职场人际关系，为你的发展创造良好的环境。你要让所有人明白，除美丽，你还有聪明的大脑，灵妙的嘴巴，出色的工作能力。

1. 求职应聘时要机智应对 / 249
2. 职场巧说话的九个句型 / 251
3. 好口才帮你在新单位立稳脚跟 / 253
4. 荣升“领导”说话学问大 / 254
5. 出动“糖衣炮弹”俘获领导的心 / 256
6. 充分表现自己的特别之处 / 258
7. 要求加薪要有底气 / 259
8. 办公室里拒绝绯闻 / 261
9. 巧妙化解同事间的牢骚 / 262
10. 女人发牢骚的10个技巧 / 263