



女人教给女人的10堂黄金说话课
让你从平凡女人晋升为人气女王

人气女王 说话术

崔孳妍 编著

会做事的女人有“三餐”，会说话的女人有“江山”

好命女不一定会说话，会说话一定是真好命！

阅读本书，让你说出的每句话都变成对方想听的话，
短短几句就能称心如意。

心想事成的说话术，成就无限辉煌的职场路，赢得婚姻爱情的幸福度。



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY



人气女王 说话术

崔挚妍 编著

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

人气女王说话术 / 崔挚妍编著. —北京：电子工业出版社，2012.5

ISBN 978-7-121-16694-5

I. ①人… II. ①崔… III. ①女性—语言艺术—通俗读物 IV. ①H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第060147号

策划编辑：张 轶

责任编辑：张 轶

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编：100036

开 本：710×1000 1/16 印张：12.75 字数：183千字

印 次：2012 年 5 月第 1 次印刷

定 价：29.80 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zltts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

前言



每个女人都能成为人气女王

亲爱的姐妹们，你如何看待“说话”这件事？你是认为“说话”是件微不足道的小事，还是认为“说话”是件令人头疼的烦心事？在我看来，懂说话比会做事更重要。人美，话更要说得漂亮。说话，是女人一生都要精通的一件事。

也许，过去的你习惯保持沉默，但是，你必须认清事实，“不爱说话”和“不善言辞”是两件事。你可以在具备良好的沟通能力和技巧之后，慎选开口发言的时机，但不能以“不擅长”当作忽视表达能力重要性的借口。

要知道，说话代表一个人的沟通能力，而沟通能力更是人际关系的基石。会说话，不仅能使人沟通无碍、谈话愉快，也有助于我们达成工作目标，赢得人缘。因为，完美沟通=完美人际=完美职场=完美情缘。

在人际关系互动频繁的时代，说话技巧变得越来越重要。尤其是女人，想要拥有好人缘，在职场和情场里无往不利，更需要知道如何把话说得好又巧。再美丽的女人，只要一张嘴，话说不好，还是一样令人生厌；相反，有些相貌平平的女人，凭着一张会说话的嘴，就赢得了令众多姐妹羡慕的人生。

我相信，有很多姐妹认为说话不过就是要伶牙俐齿，其实并非如此。话说得再多不如说好短短一句。打开《人气女王说话术》，就能让你在最短的时间内，掌握沟通的精髓，看准时机说对话，让人家的耳朵舒服，也让你的人际关系左右逢源，打造成功的契机。

会开口说话的你，只是生为女人；然而，懂得“说话”的你，就会升

格为事事如意的女王。如果你希望改变现状，渴求更丰饶的人生和美好的人际关系，你就应该阅读《人气女王说话术》，它会让你在以下方面产生质的飞跃！

★这样说话，别人都会拜在你的裙下：教你怎样在开口时给语言“化妆”，把话说得口齿生香，让听者有如沐春风之感。

★说话要对味，女人有品位：告诉你在与他人交往时，如何去找对方的“动情点”，把话说到对方心坎里。

★初次见面，和谁都能聊尽兴：让你和陌生人谈话时也能一见如故。

★让对方hold不住的赞美：帮你找到恰当的赞美方式，让对方hold不住地心花怒放。

★说话的分寸反映情商的高低：帮你提高自己的情商，把握好说话尺度和分寸。

★让你的批评听上去像好评：让你学会给批评裹上“糖衣”，既治病又不苦口。

★好女人不是凡事都说“好”的女人：教你懂得何时说“不”，如何说“不”。

★职场不这么说，你早晚被“灭”：让你学会在职场中如何用你的巧舌“处理”各类事务，在职场中收放自如、如鱼得水。

★让对方无法说No的说服术：告诉你怎样猜对方心思，把准他的“脉”，让对方心甘情愿服从你。

★这样说，男人才会死心塌地：让你学会如何不断为爱情加油，让男人死心塌地爱你。

拥有语言的技巧，你会在谈笑风生中迎来生命中的一个又一个高峰，在轻松愉悦的氛围中解决一个又一个难题，在诙谐幽默的谈吐中获得一个又一个挚友，成为名副其实的人气女王。

每个聪明的女人都能做到，相信你也可以！

感谢为本书编写提供素材的：任昆、王君飞、马飞、秦娇娇、邱香宝、杭三妹、白秀英、安全、高玉荣、张晓荣、卢宁、李小虎、周海华、史平、冯旭、张彤。

目 录



第1堂课 这样说话，别人都会拜在你的裙下

——换种说话方式，自然就有好事！

长得美丽不如把话说得漂亮 / 2

只有好听的声音不随容颜改变 / 4

感性的话，要“性感”地说出来 / 6

让你的语言比外貌更吸引人 / 8

增加认同感，话要互动地说 / 10

好听的话，要搭配好看的表情才完美 / 13

用最短的语句表达出最打动人心的真诚 / 14

说话懂幽默，生活不寂寞 / 16

第2堂课 说话要对味，女人有品位

——看对人说对话，才能温暖到心田！

不同的人，用不同的话“喂养” / 20

看透性格再说话，更容易攻其心 / 22

对方的年龄，是你说话的风向标 / 25

根据对方的位置，改变你的角度 / 29

看清兴趣，聊出交情 / 31

想要“人和”，请先注意场合 / 33

像插花一样恰到好处地插话 / 35

讨人喜欢很简单——满足对方的心理需求 / 37

第3堂课 初次见面，和谁都能聊尽兴

——有气场不冷场，把陌生人变熟人！

貌似毫无意义的寒暄，意义却非凡 / 42

见面套近乎，越套越近乎 / 44

只要不失忆，就要记住对方的名字 / 46

想深入对方内心，先要打破他的戒心 / 48

话题，是拉近关系的第一步棋 / 50

把“我”的角度变成“我们”的立场 / 52

即使一见如故，也不要“推心置腹” / 54

玩笑有活跃气氛的妙效 / 57

第4堂课 让对方hold不住的赞美

——夸人夸到点上，就没有人不爱你！

赞美不是语言的鸡肋，而是多数人的软肋 / 62

借题发挥的赞美最能打动人 / 64

在对方引以为豪的事上做文章 / 66

如何说出“超凡脱俗”的赞美词？ / 68

在第一时间夸奖对方 / 70

指出差距也是一种赞美 / 73

间接地夸人能收到直接的效果 / 75

没了真诚，赞美会变成虚伪 / 77

第5堂课 说话的分寸反映情商的高低

——该说的不都说，不该说的绝不说！

不要因为女人的感性而缺少逻辑性 / 82

说话的余地要靠自己留出来 / 84

思路保持清晰，语言适当模糊 / 86

把话说过头了就是过分 / 88

打探别人隐私的工作，请交给“狗仔队” / 90

“我说话太直，请你不要介意” / 92

谎话妙说，我不是叫你“诈” / 94

用你最快的速度弥补语言上的失误 / 96

第6堂课 让你的批评听上去像好评

——良药不苦口，裹着“糖衣”更见效！

委婉的提示就像“润物细无声” / 100

得理不饶人，往往很伤人 / 102

批人前先批己，这样更合理 / 104

用你诙谐的“嘴”说动别人的“腿” / 106

当众被点名，谁都难为情 / 108

睿智的批评态度能体现你的风度 / 109

不翻别人旧账，远离对方痛处 / 111

建议性的批评更有建设性 / 113

第7堂课 好女人不是凡事都说“好”的女人

——真正的好女人，懂得巧妙地说“不”！

成为一个成熟女人的前提，懂得拒绝人 / 118

不要心里说No，嘴上却说Yes / 119

“面子”是一种很累人的文化 / 121

不伤人的拒绝双方都好接受 / 124

当众拒绝别人，会让对方颜面无存 / 126

不想借钱给同事，怎么办？ / 128

巧下逐客令，请走“饶舌客” / 131

你可以不为没必要的应酬而发愁 / 134

第8堂课 职场不这么说，你早晚被“天”

——想要升职加薪，说话比做事更重要！

背后议论上司就是不想“混”了 / 138

同事要去主动地“哄” / 140

不合适的玩笑就是“炸药” / 142

会打圆场，才有气场 / 144

给老板提建议，而不是提意见 / 146

领导的错误要用正确的方式指出 / 148

大大方方地和老板谈谈话 / 150

软硬兼说的女人最有领导力 / 153

第9堂课 让对方无法说No的说服术

——把准他的脉，让你的说服变征服！

该你出击的时候，请不要退后 / 156

“这件事哦，非你出马不可！” / 158

与其将军，不如激将 / 160

心软的人，就要用软话攻心 / 163

送给对方一顶摘不下的“高帽” / 166

用对方观点说服对方最给力 / 168

会登门槛的女人最惬意 / 171

巧借外力，让对方无法拒绝 / 173

第10堂课 这样说，男人才会死心塌地

——谈好情说好爱，一切都靠好口才！

任何男人都扛不住女人的撒娇 / 176

女人的唠叨是爱情的坟墓 / 178

善意的谎言更美丽 / 180

让爱长久，只需举“口”之劳 / 182

小吵怡情，把架吵得有情趣 / 184

抱怨是破坏关系的催化剂 / 186

不想让他伤心，就不要触动他的自尊心 / 188

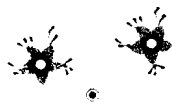
当他想说的时候，你只需安静地听 / 191



第 1 堂课

这样说话，别人都会拜在你的裙下

有些女人，不开口的时候堪称美女，可是一旦开口说话就会让人对其印象大打折扣。而另一些女人，她们看起来并不显山露水，但是一旦开口说话则谈吐动人，就令人刮目相看。所以说语言是女人魅力的源泉。如果你能在开口时给语言化妆，把话说得口齿生香，让别人有如沐春风之感，那么，你绝对是一个魅力惊人的女人。



长得美丽不如把话说得漂亮

说话，是一种具有巨大美感与魅力的艺术。它能起到缔造友情、密切亲情、发展爱情、调和关系的作用，也是人际交往最不可缺少的工具，同时更是连接人与人之间关系的纽带。谈话质量的好坏，直接决定了人际关系的和谐与否，进而会影响到事业的发展以及人生的幸福。尤其对于现代女性来说，卓越的口才、有技巧的说话方式，不仅是家庭幸福的法宝，更是事业上披荆斩棘的利剑。

会说话的女人才是最出色的。社交场上成功的女性，必定在言谈中闪烁着动人的智慧，给人以深邃、精辟、睿智之感。一个成功的人士必须拥有好的口才，这样才会给自身带来更多的利益和机遇。

阿黛尔是南加州一家电梯公司的业务代表。她和南加州一家最好的旅馆签有合约，负责维修这家旅馆的电梯。旅馆经理为了不给旅客带来太多的不便，每次维修的时候，顶多只准许电梯停开两个小时。可是有的时候修理至少要八个小时，而且往往在旅馆便于停下电梯的时候，电梯公司却不一定能够派出所需要的技工。

有一次，这家旅社的电梯又坏了。阿黛尔在修理电梯之前，要先打电话给这家旅馆的经理。打电话的时候，阿黛尔只说：“瑞克，我知道你们旅馆的客人很多，你要尽量减少电梯的停开时间。我也知道你很重视这一点，我们一定会尽量配合你的要求。不过，如果我们现在不彻底把电梯修好，电梯损坏的情形可能会更加严重，到时候停开的时间可能会更长。我知道你不会愿意给客人带来好几天的不方便。”经理不得不同意电梯停开8个小时。因为很明显这样总比停开几天要好。由于阿黛尔懂得说话的技巧，因此更容易地赢得了经理的认可。



口才至关重要。一个人说话的语气、态度直接决定着双方的合作能否顺利进行。阿黛尔应用说话技巧，从同情别人的角度，去和他人沟通，从而赢得了对方的信任。所以，女人要想在社会上立足，就要懂得用心说话，要懂得变通，这样才可以把事情做好。

诺瑞丝是一位钢琴教师。她教的学生有十几个。其中，有个叫贝贝蒂的小女孩留着特别长的指甲。其实，我们都知道，任何人想要弹好钢琴，留长指甲都是不合适的。诺瑞丝太太当然更清楚这一点。可是，诺瑞丝太太在开始教她课时却根本没有提到她的指甲问题。

第一堂课结束后，诺瑞丝太太觉得时机已经成熟，就对贝贝蒂说：“贝贝蒂，你有很漂亮的手和美丽的指甲。如果你想把钢琴弹得像你想象的那么好的话，那么，就请你把指甲修短一点，这样，你就会发现把钢琴弹好真是太容易了。”

贝贝蒂做了一个鬼脸。很明显，贝贝蒂仔细修剪过的美丽指甲对她来说极为重要。第二个星期贝贝蒂来上第二堂课。可出乎意料的是，贝贝蒂修短了指甲。

其实如果强硬地命令她把指甲修短可以说是非常困难的，贝贝蒂知道她的指甲很美丽。但是诺瑞丝太太传达了一种情感：我很同情你，我知道决定把指甲修短不是一件容易的事，但在音乐方面的收获，将会使你得到更好的补偿。

因此，一个人的口才有时候能起到举足轻重的作用。刘勰在《文心雕龙》里说道：“一人之辩重于九鼎之宝，三寸之舌强于百万之师。”有口才的女人才能充分展现自己的才华，有口才的女人才能更好地生存和发展。

作为女人，如果你没有骄人的外貌，也不要为此耿耿于怀，你完全可以通过不断修炼、完善自己的口才，来为你的美丽加分，为你的魅力加分！

作为女人，要懂得培养自己的口才。在你人生成功的征途上，它将会是你终生的伴侣，它会助你成功，甚至在关键时刻，它能够起到决定性的作用。



只有好听的声音不随容颜改变

生活中，女人的声音有时候比外貌更重要。外貌是会随着时间逝去的，但声音却能在生活中沉淀下来，历久弥醇，成为永恒。当然，声音好听，也有多方面的因素，主要包括语气、语调和音色、音高，以及说话的节奏等。音色是天生的，语气和音高我们往往懂得注意，但是语调和节奏却常常被我们忽略。

小丽的声音低沉，说话冷静从容。只要和小丽交谈过的人，都会有这样的评价：“一听到小丽那低沉富有磁性的嗓音，不管她说什么都觉得是应该的，真是不可思议啊！”

而小芳，不但天生高音，而且说话速度极快。和小芳交谈过的人，都会这样评价：“小芳声音尖锐，说话又快，总觉得有些轻浮，好像不怎么可靠……”

没想到吧？语调高低与谈话方式的不同给人的印象竟是如此迥然。像小丽从容不迫的语调，不温不火的谈话，带给人的就是信任感；而小芳那种尖噪快语，则很容易让人感觉轻浮，产生不可靠之感。假如从另一个角度来看，你胜人一筹的口才，正是赢在这些细枝末节上。

在谈话中，魅力女人都想抓住谈话对象的注意力。可是怎么抓呢？当然是要用抑扬顿挫、饱含微笑和感情的声音和语调来抓。语调好了，自然就会给人舒服的感觉，让人对你顿生好感。

有一位美丽的小姐将参加一项选美大赛，但这场竞赛的评分标准竟然不仅仅是要求身段姿态优美，而且还要包括竞争者的谈吐是否优雅。可是这位可怜的小姐不仅习惯于喃喃低语，而且每句的尾音都向上挑起，听起来就像睡足午觉的猫儿趴在树影婆娑的绿阴里浅吟低唱一般。为了竞赛，

这位小姐选择了学习发音的课程，经过努力，她的语调下降了四个音阶，发出了与她漂亮身材相匹配的圆润音色。由于她具有的那种古典美和美妙的声音，最终获得了比赛的亚军。

是啊，如果女人只注重自身的形体，而不管声音，那么你可能会遗憾终身。生活中可能不少人认为声音是天生的，由不得自己，其实，这种观点是不对的，播音员的优美声音其实就是训练的结果。女人能在不同环境变换不同语气，也可以在语调和节奏中寻找最佳效果，这些其实你也完全可以做到的，一起来看看下面这个故事。

有一天，一位心理医生接到一家大报社的广告部经理打来的电话：“您能否帮助一位女士保留她的工作？”

接下来他详细地解释道：“这位女士是我的秘书，四十多岁了，15年来一直任劳任怨。她的工作能力确实很强，我也很欣赏，但她说话的速度实在是快得让我跟不上。几年前我还不这么在乎，可是随着业务负担和压力的加重，她说话的声音对我的刺激越来越大。可我又确实不愿意辞退她，但如果她还是不能降低讲话的速度，我就不得不让她离开我了。”

当这位秘书如约来同医生见面时，医生真切地体会到了广告部经理的为难之处。

刘小姐也有自身的困难，因为秘书工作的缘故，她总是忙忙碌碌，发稿期限啦，紧急事务啦，没办法，只好让说话的速度与一天工作的节奏同步起来。

就因为她说得太快，常常使整个字的音节含糊漏掉。因此在开始指导她学习“减速”的技巧之前，医生先开了这么个处方：做几张纸条，上面写着：“慢，勿跳跃！”让她贴在诸如办公桌、电视机、门把手等能引起她注意的地方。

和大多数说话过快的人一样，她吐字时跳跃得很厉害。因此，医生特别强调她要把一句话里的每个词语清楚连贯地说出来。

她处处留心自己的说话速度，不知不觉，三周过去了。渐渐地，一种和谐和宁静的气氛降临到她的办公室和经理的办公室里。这一天，广告部



经理又给医生打电话了，他愉快地说：“以前她的声音听起来像一阵冰雹落在铁皮的屋顶上，噼噼啪啪，而现在，她的声音就像春天潺潺小溪一样轻声欢唱了。”

刘小姐的声音的改变，让她的事业也得到了发展。俗话说，爱美之心人皆有之，这不仅是指外貌，声音也是一样。是啊，整天听冰雹砸铁皮屋的声音，谁能舒服？而溪水的潺潺之声，又怎能不让人心情愉悦？

就像我们良好的外貌往往能够给人好的第一印象一样，好的声音也同样更容易让人接受你。因此，时常注意自己的声音，让自己的声音听起来更美妙，那么，你也将成为一个更完美的女人。



感性的话，要“性感”地说出来

前些日子，有个朋友向我吐苦水，她也是在说话上遇到了瓶颈。这个朋友人很好，心地善良，待人也热情，但就是有一个问题——说话总是一个腔调，让别人总觉得她冷冰冰的好像没有感情似的。

事实上很多人也有这方面的问题，不过遗憾的是，很少有人会在说话的时候注意过自己的语调。长期以来，我们说话的方式都形成了固定的风格，自己说得习惯，身边人听得习惯就可以了。所以，没有人会在意这件事，但其实这却是一件很重要的事。

在重要的场合里，当我们需要通过语言吸引别人时，才发现原来自己说的话并没有那么动听，不过那个时候已经为时晚矣。这就像音乐里音调的高低是音乐的生命那样，说话没有声调，又怎能吸引人呢？要知道，不同的声调可以表达不同的感情。举个简单的例子：

“啊！这是什么世道啊……”

“啊！这个人竟然是他！”

“啊！啊！我一定遵命。”

“啊！终于盼来这一天了！”

“啊！那么说，你真的答应了。”

同样的“啊”字，在这几句话中所表达的感情是有差别的，那么起到的效果也完全不同。

不知道你注意过没有，那些出色的企业家、政治家、演讲家，是因为他们知道激励别人需要依靠语言的魅力，而语言的魅力要靠声调、节奏表现出来。同样的话，进行过演讲训练的人说出来，效果绝对不同凡响。

我相信，口才不是天生就有的，而是长期训练出来的结果。在激烈的社会竞争中，要想脱颖而出，必须让自己的话说得富有磁性和吸引力。

我们说话的声音，如果能和音乐一样，渗进人们心中，就能达到吸引对方，影响别人的目的。因此，我们有必要注意培养自己在说话时语调和节奏的变化。

例如有疑问的时候，你可以稍微提高句尾的声音；强调的时候，声音的起伏可以更大些；表现强烈的感情时，可以把调子降低或逐渐提高。有一位波兰明星，人们都称她为摩契斯卡夫人，她曾经通过语调的变化骗了成百上千的观众。

一次摩契斯卡夫人到美国演出，有位观众请求她用波兰语讲台词。于是她站起来，开始用流畅的波兰语念出台词。观众们虽然不了解她台词的意思，却觉得听起来令人非常愉快。

摩契斯卡夫人接着往下念，语调渐渐转为低沉，最后慷慨激昂、悲怆万分、戛然而止。台下的观众鸦雀无声，同她一起沉浸在悲伤之中。而这时，台下传来一个男人的笑声，他就是摩契斯卡夫人的丈夫——波兰的摩契斯卡伯爵，因为他的夫人刚刚用波兰语背诵的是九九乘法表！

从这个故事中我们可以看到，语调竟然有如此不可思议的魅力。即使不明白其意义，也可以使人感动，甚至可以完全控制对方的情绪。因此，你应该知道你的声音有多重要的了吧。

正如希腊哲学家苏格拉底所说：“请开口说话，我才能看清你。”人