

会说话 女人惹人爱

说话不仅仅是一门学问，还是你赢得事业成功的资本！

作为女人，你可以长得不漂亮，但一定要说得漂亮，说话是唯一可以通过自我修炼达到幸福的秘密武器。会说话的女人，在工作中得到领导的关爱、下属的敬爱，在生活中得到长辈的疼爱、朋友的喜爱、老公的宠爱，会说话的女人就是惹人爱！

励勤

编著

新世界出版社



会说话 女人惹人爱

说话不仅仅是一门学问，还是你赢得事业成功的资本！

励勤

编著

新世界出版社



图书在版编目(CIP)数据

会说话的女人惹人爱 / 励勤编著. — 北京: 新世界出版社,
2010.8

ISBN 978-7-5104-1092-5

I. ①会… II. ①励… III. ①女性—人间交往—通俗读物
IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第139582号

会说话的女人惹人爱

作 者: 励 勤

责任编辑: 陈黎明

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街24号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京世纪雨田印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787 × 1092 1/16

字 数: 189千字 印张: 16.5

版 次: 2010年8月第1版 2011年11月第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-1092-5

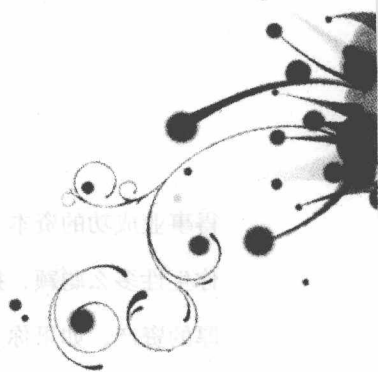
定 价: 36.00元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

前言



中国有句老话：“好马出在腿上，好人出在嘴上。”也就是说，要想成为一个受欢迎的人得会说话，有口才。

很多女人十分注意自己的服饰与化妆，然而却很少注意提高自己的说话水平，这不能不说是一个遗憾。要想成为广受欢迎的魅力女性，除了外在美之外，口才也是不可或缺的一环。

在西方有位哲人说过：“世间有一种能力可以使人很快完成伟业，并获得世人的认识，那就是令人喜悦的讲话能力。”人才也许没有口才，但有口才的人必定是人才，并且有机会成为杰出的人才。据说，美国人在第二次世界大战时，曾把舌头（演讲与口才）、原子弹和金钱称为赖以生存和竞争的三大战略武器。现在，更是把舌头放在美元和电脑的前面，作为三大战略武器之首。演讲和口才作为现代人能力的重要标志，已经是人们的普遍共识。

许多成功人士告诉我们，口才是职场、商场竞争中的法宝，更是生活幸福的保障。口才的作用和价值非同小可，是我们提高素质、拥有幸福的重要途径。

世界上没有任何一个正常人不需要讲话、不需要交流，也没有任何一种工作不需要和别人打交道。而人与人之间交流最方便的途径就是语言。通过出色的语言表达，可以使相互熟识朋友的交情更深，可以使陌生的人产生好感，可以使有分歧的人互相理解，可以使互相仇恨的人化干戈为玉帛。

语言能力是现代人才必备的素质之一。说话不仅仅是一门学问，还是你赢

得事业成功的资本。所以，拥有好口才就等于拥有了辉煌的前程。一个人不管你生性多么聪颖，接受过多么高深的教育，穿着多么漂亮的衣服，拥有多么雄厚的资产，如果你无法流畅、恰当地表达自己的思想，你仍然无法真正实现自己的价值。

卓越的口才对于女人，是增加自身人格魅力的砝码，是事业上披荆斩棘的利剑，是生活上安身立命的资本。

成功一定有方法，失败一定有原因。要想练就过硬的口才，并不是我们想象的那么容易，但同样也不是我们想象的那么困难。只要掌握技巧和方法，成为说话高手并非难事。本书本着简单实用的原则，结合女性实际情况，用通俗流畅的语言，从爱情、事业、家庭等多个方面为女性揭示了造就完美口才的全部秘密。只要我们遵循书中简单有效的原则，认真领悟并不断实践，就一定可以成为会说话的女人，从而处处逢源，魅力四射，大受欢迎！

目 录

CONTENTS

第一章 如何说“不”

——会说话的女人有一套

一个“不”字，很难说出来，更难说好。对于许多人来说，拒绝别人是一件很难办的事情。但对于会说话的女人来说，拒绝他人是一门艺术，只要掌握要点，灵活应对，不但不伤感情，还能大大提升你的人缘。

灵活巧妙地说“不” / 3

得体地拒绝追求 / 5

艺术地对上司说“不” / 8

巧妙地回绝敬酒 / 10

恰当拒绝别人的邀请 / 12

拒绝借钱借物有窍门 / 15

拒绝要明确而坚定 / 17

让逐客令带有人情味 / 20

第二章 让自己大受欢迎

——把话说得滴水不漏

有位西方哲人说过：“世间有一种能力可以使人很快完成伟业，并获得世人的认识，那就是令人喜悦的讲话能力。”口才是一项财富，把话说



得好，将使人与人之间的关系变得更加融洽，更加和谐。你也会因为出众的口才，而大受欢迎。

委婉说话有奇效 / 25

口误了也能绝处逢生 / 27

巧言及时消除误会 / 31

说话不妨模糊点 / 33

说话要留有余地 / 35

有时候也要“拐弯抹角” / 38

灵活应付不同身份的人 / 39

巧言化解棘手话题 / 42

顺着对方的情况说话 / 44

到什么山上唱什么歌 / 46

第三章 会说更要会听

——善于倾听的女人最有内涵

倾听是很多人已经失去的本能。社会中到处都是侃侃而谈的说的能手，却很少有侧耳倾听的听的智者。一个冷静的倾听者，不但到处受人欢迎，而且会赢得他人的尊敬和爱戴。

倾听比能说会道更重要 / 51

把握倾听的要点 / 53

倾听时要遵守的禁忌 / 55

做好配角，让对方多说 / 58

不争论让你更受欢迎 / 61

不要和别人抬杠较劲 / 62

必要的时候保持沉默 / 65

第四章 给爱情加点糖

——好口才让你爱情甜蜜

生活中，许多女人往往只是注意自己的服饰和妆容，却很少注意自己的说话水平。记得有人曾说过：女人说话是风采、是文化、是学问、也是艺术。真正的女人懂得用声音和语言来表现自己，懂得用言语的魅力来征服男人，让爱情甜蜜而长久。

用甜言蜜语点缀爱情 / 71

好口才巧妙传达爱意 / 74

幽默使爱情快乐长久 / 77

初涉爱河巧妙表白 / 79

说话含蓄才有韵味 / 82

唠叨让男人痛苦万分 / 84

刀子嘴最伤爱人心 / 86

偶尔甜蜜地吵架 / 88

善意的谎言出精彩 / 91

撒娇的话让爱情升温 / 93

恋人间交谈有忌讳 / 95

第五章 给幸福保个险

——妙口才让你家庭和美

懂得婚姻之道并能够享受婚姻的乐趣，这是幸福女人必备的一项重要因素。女人得体的言语，就像春风春雨一样，永远滋润着这个家的每一个角落、每一颗心。会说话的女人懂得如何用自己得体的言语去维系与丈夫、与公婆、与亲戚的关系，让家永远充满新鲜的活力，充满希望与美好，让家成为播撒幸福和创造幸福的摇篮。

女人会说话夫妻恩爱 / 101

女人会说话成就孩子一生 / 103

女人会说话婆媳和睦 / 106

在家不说情绪话 / 108

家里不是吵架的地方 / 110

唠叨是家人的紧箍咒 / 113

家庭幽默能促进亲情 / 116

把握夫妻之间说话的尺度 / 119

第六章 给事业加点油

——金口才让你纵横职场

耐基曾经说过：一个人成功的因素中，15%归功于他的专业知识，85%却要归功于人际关系。有了他人支持，看似难于上青天的事也能成功；没人抬举，近在咫尺的成功也会离你而去。有了人脉为你的行动做保障，事业成功指日可待。那么怎么与人相处，怎样运用语言这种神奇的力量，就是打造和谐完美人际关系的决定因素。

语言得体才有好人缘 / 125

办公室里的语言艺术 / 128

好口才让你面试无忧 / 130

优化你的口头禅 / 133

说话要注意分寸 / 135

赞美让别人更喜欢你 / 138

谦虚谨慎更受人欢迎 / 140

让演讲出彩并不难 / 143

掌握打电话的诀窍 / 146

艺术地表达不同意见 / 149

工作中批评他人的艺术 / 152

第七章 第一印象很重要

——初次见面就讨人喜欢

外表和谈吐是给人的第一印象。第一印象在人际交往中所具备的定势效应应有很大的稳定性，一个人留给他人的第一印象就像深刻的烙印，很难改变。作为一个女人，一定运用自己的优雅谈吐，给他人一个良好的第一印象。

好口才让陌生人变成朋友 / 157

合适的话题能拉近距离 / 160

自我介绍能加深印象 / 163

把话说到别人心窝里 / 165

优雅的谈吐倍增魅力 / 168

“谢谢”最能赢得人心 / 170

一定要记住对方的名字 / 172

说话的真谛在于真诚 / 174

关心的话最能打开心扉 / 176

第八章 成为高手有诀窍

——不可不知的说话技巧

解决问题一定有方法，做事必定有技巧。要办好一件事情，有时候方法比想法更重要。学会说话也许并不是我们想象的那么容易，但同样也不如我们想象的那么困难。只要你能掌握一些必要的方法和技巧，你必能迅速成为说话高手，在生活中左右逢源。

巧妙避开棘手问题 / 181

学会得体的反驳 / 184

好口才来自好方法 / 187

巧言妙语化解尴尬 / 189

说话时要保持微笑 / 192

说服别人并非难事 / 194

说话大度是种美德 / 197

自我解嘲是种利器 / 200

求人办事有诀窍 / 202

五招让你成为健谈的人 / 204

第九章 会说话的女人最有魅力

——让你的表达更生动传神

在人际交往中，如何表达自己的意思，向对方传递自己想要表达的信息，准确生动的表达能力很重要。如果表达不准确，极有可能引起对方的误解，以至造成不可挽回的局面。在社交场合中，如果一位女性拥有良好的举止仪态，懂得恰当地表达，说话的声音也很美，那就会倍增女性魅力，处处受人欢迎。

这样说话最讨人喜欢 / 211

把话说得通俗易懂 / 213

说话要做到生动形象 / 216

做一个妙语连珠的女人 / 218

把话说得清楚又深刻 / 220

甜美的嗓音让你更迷人 / 222

肢体语言为你增添魅力 / 225

幽默能大大活跃气氛 / 227

第十章 管好自己的嘴巴

——成为说话高手有禁忌

祸从口出，嘴舌带来无穷的祸患，那么现在起，管好你的嘴。所以你要小心说话，而且要“说好话，会说话，有效说话”。话说出口之前先思考一下，不要莽莽撞撞的脱口而出，更不要漫无边际，侃侃而谈，要说实话，说有效的话，说得体的话。

是非话不能随便说 / 233

开玩笑不要过头 / 235

喋喋不休惹人烦 / 238

抱怨的话不要多说 / 240

坚决不说风凉话 / 242

莫逞一时口头之快 / 243

不要轻易指责别人 / 245

别让说谎成为习惯 / 248



第一章

如何说“不”

——会说话的女人有一套

>>>>>

一个“不”字，很难说出来，更难说好。
对于许多人来说，拒绝别人是一件很难办的事情。但对于会说话的女人来说，拒绝他人是一门艺术，只要掌握要点，灵活应对，不但不伤感情，还能大大提升你的人缘。

☆灵活巧妙地说“不”☆

学会拒绝是人生交际必不可少的一项重要内容，是一个
人走向成熟、成功历程中必经驿站。一个女人想要受人欢
迎，一定要注意分寸恰当地使用“不”。

对于我们中大多数人来说，说“不”是一件十分棘手的事。配偶、朋友、
孩子、老板、同事和社会团体等总可能在适当时机提出一些要求，占用我们的
时间或金钱。一般情况下，我们能满足那些要求，但有时因为那些强加给我们
的要求将严重影响我们的生活，我们不得不表示拒绝。说“不”是每个人的权
利，但用不着语气粗鲁，充满敌意。

文学大师钱钟书先生的《围城》出版后，在国内外都引起了极大的轰动。
许多记者想见一见他，但都被他谢绝了。

一天，一位英国女士打来电话，说她很喜欢《围城》，想见见钱先生。钱
钟书婉言谢绝，但那位女士却十分执著，最后钱钟书实在没有办法了，便以其
特有的幽默语言给她写信说：“假如你吃了一个鸡蛋觉得不错，你认为有必要
去认识那只下蛋的母鸡吗？”

语言大师钱钟书用幽默风趣的语言谈论道理，特征在趣，目的在理，使对
方在笑声中得到深刻的启示，愉快地领悟自己言语中的道理，进而接受自己的
劝说，同时也在对方心中留下轻松、活泼、美好的智慧痕迹。

可见，在人际交往中，把拒绝的话说得委婉一点，让对方在心理上、情感
上乐于接受，使对方接受拒绝时避免尴尬，有利于处理好人与人之间的关系，
从而达到文雅得体、幽然含蓄、弦外有音、余味无穷的奇妙境界。所以，在交

际中，让我们学会委婉巧妙地拒绝。

学会拒绝是人生交际必不可少的一项重要内容，是一个人走向成熟、成功历程中必经的驿站。比如如果你对酒十分反感，而你的朋友却极力游说你去参加一场聚餐豪饮；如果你一向歌喉平平，而你的朋友却热情邀请你一起去唱卡拉OK；如果你的同学向你借作业抄，但你却明知这样做是不对的……此时此刻，如果你对朋友的要求或约请直截了当地拒绝，不仅自己感到过意不去，也令对方感到尴尬，甚至容易造成对对方的伤害，从而导致友情的破裂。但是如果我们巧妙地采用一些委婉的拒绝方式，把自己的意图隐晦表达出来，让生硬的拒绝有了一副温柔的面孔，就可以把拒绝带来的遗憾缩小到最低限度，既不伤害对方的自尊心与感情，又取得对方的谅解、支持，从而增进情谊，实现人际交往的双赢。

“不”字是一个情绪强烈的负面词，当你对上司、对朋友使用它时，一定要面带微笑，语气亲切。即使对素不相识的人，也要讲究方式方法。一个女人想要受人欢迎，一定要恰当地使用“不”。那么，在人际交往中，应该采用哪些方法来委婉说“不”呢？

一、巧妙拒绝。

能力之外的事情，一定要及时巧妙地拒绝，否则便会让自己陷入更加难堪的境地。当然，拒绝或者表示反对意见也是有技巧的。要敢说“不”，更要善于说“不”。

二、当你拒绝别人的要求时，态度一定要温和。

尽管说“不”是自己的权利，但仍需先说“非常抱歉”或者说“实在对不起”，然后再详细陈述自己不能“帮忙”的各种理由。这样，别人在感情上就能接受下来，可以避免一些负面影响。

三、要让别人感觉到你拒绝的是这件“事”，而不是他这个人。

这件事情虽然被拒绝了，但并不损害你们之间的情感。你可以说：“这件



事我非常愿意为你效劳，只是不巧，我现在正在做一件急事，下次您再有这样的事情，我一定帮忙。”或者你还可以说：“这几天我实在脱不开身，您是否请小张来帮忙，他在这方面业务比我精通，您若是不方便找他，我可以代您向他求助。”让别人意识到是为了他的“利益”你才拒绝的，产生这样的效果是拒绝别人的最高境界。

四、拒绝要明确坚决，不能含糊其辞。

不能做到就要明确地拒绝，不要含糊其词，模棱两可，更不可刻意拖延，这样只能失去他人的信任，对你产生不好的印象。

记住，你有说“不”的权利，不管你怎样选择不同的表达方式，你有权保护你的时间、兴趣和财富。当然你说“不”时用不着语气粗鲁而伤了感情，正确运用一些技巧是对别人也是对自己的体谅。

☆ 得体地拒绝追求 ☆

甜蜜的爱情总让人心醉神迷，流连忘返。然而，人世无常，造化弄人，当你面对那份无缘的爱时，你该如何巧妙回绝呢？

也许，世界上最不容易的事儿就是恋爱了。这个闹不清说不明的事，恰如塞缪尔所言：“它的成功取决于两个人，而一个人就可以使它失败。”当那个“一个人”必须拒绝他人的求爱之时，或者必须与恋人分手之时，如何开口说那个“不”字才好？怎样才能避免对方误会或难堪呢？

分手而言实情总是残酷的，如果能巧妙地拒绝，得到他人的理解，才不失为一种高明的婉拒之法。