

..... CongMingNvRen

聪明女人 在嘴上

..... Zai Zui Shang

一句话就能颠倒乾坤 不出力，万事嘴巴搞定！

女人会说话——

职场情场魅力四射，所向无敌；
家庭生活温馨和睦，其乐融融；
人际交往八面玲珑，左右逢源。

女人帮·书系
nvrenbang shuxi

女人可以不漂亮，可以不聪明，
但一定要会说话。因为说话是唯一可以通过
来达到幸福的秘密武器。

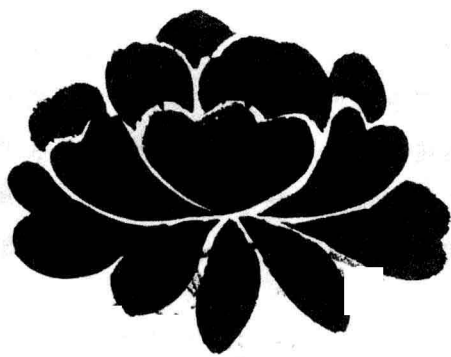
李娟◎编著

南海出版公司





聪明女人 在嘴上



李媚◎编著

南海出版公司
2009·海口



图书在版编目(CIP)数据

聪明女人在嘴上/李娟编著. —海口:南海出版公司,
2009.1

ISBN 978 - 7 - 5442 - 4382 - 7

I. 聪… II. 李… III. 女性—语言艺术—通俗读物
IV. H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 007358 号

CONGMING NVREN ZAI ZUISHANG

聪 明 女 人 在 嘴 上

作 者 李 娟

责任编辑 张筱茶

封面设计 创品牌设计机构

出版发行 南海出版公司

电 话 (0898)66668511

社 址 海南省海口市海秀中路 51 号星华大厦五楼 邮编 570206

电子信箱 nanhaicbs@yahoo.com.cn

经 销 新华书店

印 刷 北京亚通印刷有限责任公司

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张 17

字 数 230 千字

版 次 2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5442 - 4382 - 7

定 价 32.00 元

南海版图书 版权所有 盗版必究

前言

FOREWORD

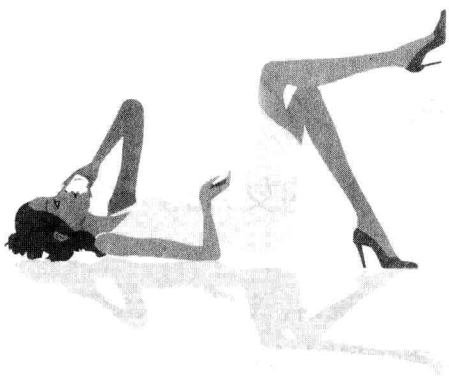
女人，可以不聪明，可以不漂亮，可以不性感，但不可以“不会说话”！

女人，要有意义地活着，要活得多姿多彩，要有自己的事业和交际圈，更要“学会说话”！

好口才对于女人，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。

好口才能够使女人的难成之事心想事成，在人生旅途中处处顺心；好口才让女人在紧要关头化险为夷，在社交中事事如意，在商战中左右逢源；好口才使女人可以迅速说服他人，从而赢得与他人宝贵的合作机会；好口才能够使女人受到领导的关爱、下属的敬爱、长辈的疼爱、朋友的喜爱、老公的宠爱，顺风顺水，好运连连。

这里的“好口才”不是“会说话”那么简单，好的口才不单单指拥有美妙动人的声音和得体的肢体语言，更是包括各种说话技巧。口才好的女人，知道什么时候送出赞美，让人听了心花怒放；知道如何让批评变得婉转悦耳；知道面对不同的人，如何采取不同的语言策略。口才好的女人，不仅会说，更会倾听……



当然，女人的好口才并不完全来自天赋，它需要掌握一定的技巧和方法，这样成为一个“会说话、巧说话”的女人便不是一件难事。本书结合女性实际情况，本着简单实用的原则，从爱情、事业、家庭等多个方面，站在女人的角度，用通俗易懂的语言为女性揭示了造就完美口才的全部秘密，教你如何用语言塑造迷人的自我，告诉你如何看懂人心，如何提升你的才智及人格魅力。相信只要遵循书中简单有效的原则和方法，认真领悟并运用于实践当中，就一定会成为一个“巧嘴”女人，从而让自己四处逢源、大受欢迎。

记住：聪明女人在嘴上！



<< Part A

会说话的女人有一套

第一章 会说话，让女人大受欢迎

1. 会说话让女人魅力十足 / 2

制造魅力语言 / 2

沟通时突出自己的修养 / 4

2. 有内涵，才能妙语如珠 / 5

多读书勤思考，才能言辞机敏 / 6

内涵的培养是个慢工夫 / 7

3. 让你的声音美妙起来 / 8

优雅的女人不能大嗓门 / 8

快慢得当，节奏适宜 / 9

不同的语境，不同的语气 / 10

4. 巧妙运用仪态语言 / 11

无声的交流方式——服饰语言 / 12

无声胜有声的沟通方式——肢体语言 / 13

运用肢体语言的一些技巧 / 14

5. 微笑是女人征服世界的通行证 / 15

讲话时微笑的表情能提升女人的魅力 / 16

微笑让你每天都开心 / 16



不要让自己的微笑太公式化 / 17

第二章 会说话，让女人爱情甜蜜

1. 初涉爱河巧妙表白 / 20

初次搭讪少提问 / 20

表白要矜持，最好“留半句” / 22

巧妙表白小秘籍 / 23

2. 拒绝追求也“温柔” / 24

拒绝要及时，说“不”不拖拉 / 25

语言简明清晰，语调温柔委婉 / 26

拒绝追求有妙招 / 27

3. 撒娇会使爱情升温 / 28

撒娇的女人招人疼 / 29

女人一撒娇，男人就“缴枪” / 30

撒娇也要讲技巧 / 31

4. 吃点小醋也无妨 / 32

吃点儿醋，巧沟通 / 33

醋不多吃，太酸伤感情 / 35

5. 吵架也要甜甜蜜蜜 / 36

吵架分场合，气话不能说太绝 / 36

主动道歉，以退为进 / 37

6. 别做男人耳边的“苍蝇” / 39

男人最怕唠叨女，赶紧改掉“碎碎念” / 39

千万不要盘问男人 / 41

如何让自己不唠叨 / 42



7. 刀子嘴最伤爱人心 / 43

停止攻击，有一说一 / 44

要想话好听，先有好心情 / 45

收“刀”法则 / 46

8. 再相爱的恋人交谈也有忌讳 / 47

尊重他的习惯和底线，讲话不闯红灯 / 48

恋人交谈忌讳大盘点 / 49

第三章 会说话，让女人家庭美满

1. 巧沟通给爱时常加温 / 52

像朋友一样交谈 / 52

做一个善解人意、体贴入微的妻子 / 53

说话中听，能让夫妻恩爱长久 / 54

2. 幽默使婚姻快乐长久 / 55

幽默使爱情顺畅 / 56

幽默使家庭生活妙趣横生 / 58

幽默训练大本营 / 59

3. 好男人是夸出来的 / 60

鼓励的话之于男人，如同燃料之于引擎 / 60

永远不要对他说“你不行” / 62

好男人激励法 / 63

4. 即便是老夫老妻，也要甜言蜜语 / 64

称赞伴侣的迷人之处 / 65

甜言蜜语无处不在，无时不有 / 66

甜言蜜语魔法盒 / 66



5. 有些话，可以成就孩子的一生 / 67
 - 鼓励永远不嫌多，永远不嫌晚 / 68
 - “我相信你，我知道你能行！” / 69
 - 与孩子谈话的一些技巧 / 70
 - 可以成就孩子一生的重要语录 / 71
6. 有些话千万不要对孩子说 / 72
 - “别烦我，没看见我正忙着吗？” / 72
 - “你看看人家谁谁谁，你怎么就不能像他一样呢？” / 73
 - 不能对孩子讲的话大搜罗 / 75
7. 婆媳之间多说“谢谢” / 76
 - 讲话礼为先，“谢谢”挂嘴边 / 77
 - 儿媳甜嘴巴 婆婆气也顺 / 78
8. 多说婆婆好话，让婆媳和睦 / 79
 - 多讲婆婆好话 赢得情感分 / 79
 - 婆媳和睦的小秘诀 / 80
9. 在家不说情绪话，家里不是吵架的地方 / 83
 - 情绪到家门口为止 / 83
 - 在家里要避免吵架 / 84
10. 唠叨是家人的紧箍咒 / 86
 - 闭上唠叨的嘴巴，关心照样表达 / 86
 - 不做唠叨女，给他自由和空间 / 88
 - 经常松松“紧箍咒” / 89

第四章 会说话，让女人纵横职场

1. 好口才让你的面试一路畅通 / 92



自我介绍尽量口语化 / 92

站在对方角度阐述问题 / 94

面试时说话小技巧 / 95

2. 敢说话是成功的第一步 / 96

关键时刻的一句话，可以为你赢得机会 / 97

有话不敢说，只会错失良机 / 98

3. 赞美，让别人更喜欢你 / 98

要依据事实，不可阿谀逢迎 / 99

间接赞美更有效 / 100

几个应知的赞美技巧 / 101

4. 聪明女人要会“打太极拳” / 102

对什么样的下属“打太极拳” / 102

如何巧妙使用“太极拳”？ / 103

5. 巧用客套话套近乎 / 105

用寒暄式的客套话套近乎 / 105

套近乎的几个诀窍 / 107

6. 与上司沟通是一门艺术 / 109

直言劝谏要慎重 / 109

巧妙地表达不同意见 / 111

7. 犯错误时要诚恳道歉 / 114

失言要更正，致歉要及时 / 114

道歉言辞要诚恳，态度不卑不亢 / 116

如何做到真诚的道歉？ / 116

8. 工作中批评他人要有技巧 / 117

间接委婉地指出他人的错误 / 118





- 批评之后要赞扬 / 119
- 批评技巧小归纳 / 119
- 9. 不要在背后闲谈是非 / 120
 - 不要随便散播谣言 / 121
 - 到处说别人坏话，最终会害了自己 / 122
 - 不掺和别人的是非，以免给人当枪使 / 123
- 10. 不在背后议论上司 / 124
 - 正面沟通是最好的办法 / 125
 - 背后议论是最无效的表达方式 / 126

<< Part B

不可不知的说话技巧

第五章 会说，更要会倾听

- 1. 倾听比能说会道更重要 / 130
 - 倾听，是对他人最大的尊重 / 131
 - 要用心去倾听 / 131
- 2. 倾听要把握要点、遵守禁忌 / 132
 - 把握倾听的要点 / 132
 - 倾听时也有禁忌 / 135
- 3. 让对方多说话，当个配角也无妨 / 137
 - 甘愿做一个配角 / 138
 - 如何做一个好配角 / 138





4. 观点不同，也不要急着争论 / 139
 争论中没有赢家 / 140
 如何让别人认同你的意见 / 141
5. 别抬杠，必要的时候保持沉默 / 141
 不和别人抬杠 / 142
 必要的时候保持沉默 / 144
6. 善于听取弦外之音 / 144
 巧听“弦外之音”，达成心灵默契 / 144
 如何巧听“弦外之音” / 145

第六章 说“实话”，恰到好处

1. 让实话说动听，学会委婉说话 / 150
 委婉就是“言在此而意在彼” / 150
 委婉的3种方法 / 151
2. 看人说话，灵活应对不同身份的人 / 153
 看人说话的效果好 / 153
 与他人轻松交谈的一些技巧 / 154
3. 不妨偶尔兜圈子 / 156
 什么情况下要兜圈子 / 157
 兜圈子的几种常用方法 / 158
4. 给自己留有余地，想好该说不该说 / 159
 不要把话说得太满，给自己留有余地 / 160
 不该说的不要说，保护自己 / 161
5. 该说“不”时就说“不” / 163
 拒绝别人没那么麻烦 / 163





这些事情必须坚决拒绝 / 164

如何巧妙地说“不” / 165

6. 及时消除尴尬和误会 / 167

巧妙化解尴尬 / 168

巧言消除误会 / 169

第七章 说“好话”，娓娓动听

1. 赞美是最动听的语言 / 172

赞美是最有效的情感投资 / 172

赞美别人的原则和忌讳 / 174

2. 间接赞美更有效 / 175

间接赞美让你更有主动权 / 175

间接赞美的3种方法 / 176

3. 赞美的方法要正确 / 177

赞美要恰到好处 / 177

赞美也有技巧 / 178

4. 把话说到心窝里去 / 178

如何做到“言逢知己千句少” / 180

好口才来自好方法 / 181

5. 说话时要选择恰当的称呼 / 182

称呼不恰当让人反感 / 182

谨慎地选择称呼 / 183

6. 赞美的话要及时说出口 / 184

赞美别人最重要的是及时 / 185

如何及时地把赞美说出口 / 186





7. 多用点儿商量的语气 / 187

商量的语气表现出的是一种尊重 / 187

商量的语气更容易获得认同 / 187

多商量可以避免走弯路 / 187

第八章 说“软话”，巧者为妙

1. 偶尔示弱也无妨 / 190

示弱可以化解家庭矛盾 / 190

示弱能拉近人与人的距离 / 191

示弱可以积蓄力量 / 191

2. 以柔克刚更有效 / 192

软话要软得巧妙有力 / 192

硬话软说小秘诀 / 193

3. 适时地“装聋作哑” / 194

沉默的力量不容忽视 / 194

使用装聋作哑的场合 / 195

4. 巧用激将法 / 197

选择好对象是激将法成功的关键 / 198

激将时不能让对方洞察你的意图 / 198

运用激将法要注意语言的分寸 / 200

5. 以攻为守，把对方的皮球踢回去 / 200

面对攻击，要保护自己 / 200

如何以攻为守？ / 202

6. 说服别人光靠真诚还不够 / 202

巧妙地让对方主动接受说服 / 203





说服别人的技巧 / 204

第九章 说笑话，妙语连珠

1. 幽默，让女人更受欢迎 / 206

幽默是一种人生智慧 / 206

自嘲，是女人幽默的最高层次 / 207

2. 幽默，让交流趣味横生 / 208

幽默帮你营造轻松氛围 / 208

如何制造特有的幽默氛围 / 209

3. 用幽默摆脱尴尬 / 211

窘迫的局面在幽默中消失 / 211

如何运用幽默来摆脱尴尬 / 212

4. 开玩笑不能过头 / 213

玩笑过头让关系疏远 / 213

开玩笑要避开别人的痛处 / 214

开玩笑的几个原则 / 214

5. 幽默不是油嘴滑舌 / 216

把握幽默与贫嘴的尺度 / 216

让幽默高雅起来 / 217

6. 用幽默去反击 / 217

用幽默进行反击 / 218

一语双关制造幽默 / 219

7. 让严肃的话题幽默起来 / 220

亦庄亦谐，妙不可言 / 220

如何巧妙地将幽默的话题严肃说 / 221





第十章 说批评话，委婉含蓄

1. 让批评听起来像贴心话 / 224

批评他人要点到为止 / 224

避其锋芒，委婉批评 / 225

把批评和赞美结合起来 / 225

批评过后，再给个甜枣 / 226

2. 批评时不要下“猛药” / 227

批评不是挑刺 / 228

忠言也要“顺耳” / 228

如何做到“春风化雨”地批评 / 229

3. 打人不打脸，揭人不揭短 / 231

不要抓住对方的隐私和痛处 / 232

要学会感谢和赞美的场面话 / 232

4. 不要逞一时口舌之快 / 234

逞一时之快，容易得罪他人 / 234

口才好要运用得当 / 235

5. 说话要把握时机 / 237

时机不好时不妨闪烁其词 / 237

把握不了时机时最好不说 / 239

6. 不要好心说错话 / 239

说话前要想想 / 240

如何避免好心说错话 / 241

7. 把逐客令说得美妙动听 / 242





第十一章 说谎话，用意善良

1. 赞美的谎话很受用 / 246
 - 夸女人容貌要讨巧 / 247
 - 别当着女人夸女人 / 248
 - 少说“我”，多说“你” / 249
2. 说谎也是一种智慧 / 249
 - 假装糊涂，巧妙撒谎 / 250
 - 善意的谎言彰显爱心 / 251
3. 戴高帽，有的放矢 / 252
 - 高帽子是难得的通行证 / 252
 - 如何给别人戴上漂亮的、合适的高帽子 / 253
4. 别让说谎成为习惯 / 254

