

成功女人必备素质全书

聪明女人

Congming Nuren
Chenggong Mima

成功密码

教你做个

会说话、会办事的聪明女人

■ 王 阔 / 编著

同样是女人，为什么有的人能一帆风顺，而有的人却步履艰辛？关键在于前者说话有分寸，办事有策略。

一个女人的成功，只有15%是靠专业知识与技能，而85%则要靠她的人际关系和说话办事的能力。



海潮出版社
Haichao Press

聪明女人

Congming Nuren
Chenggong Mima

成功密码

教你做个
会说话、会办事的聪明女人

■ 王 阔 / 编著



海潮出版社
Haichao Press

图书在版编目 (CIP) 数据

聪明女人成功密码 / 王阔编著. —北京: 海潮出版社, 2010.4

ISBN 978-7-80213-870-4

I. ①聪… II. ①王… III. ①女性 - 人际关系学 - 通俗读物 IV. ① C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 057801 号

书 名: 聪明女人成功密码

作 者: 王 阔

责任编辑: 魏秀芳

封面设计: 兆天书装

责任校对: 周建平 徐云霞

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路 19 号

邮政编码: 100841

电 话: (010)66969738(发行) 66969736(编辑) 66969746(邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京市荣海印刷厂

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 16.5

字 数: 250 千字

版 次: 2010 年 5 月第 1 版

印 次: 2010 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80213-870-4

定 价: 32.80 元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)

前言

拥有良好人际关系的女人是快乐的，快乐的女人总会拥抱成功。每个女人都希望自己是浩瀚宇宙里最受欢迎的那颗星，能绽放出最耀眼的光芒，让自己享有和谐的人际关系。

活力四射的新时代女性，善于塑造自我、肯定自我、提升自我。生存智慧和生活的品质，像竖琴一样在她们手中拨出美妙的声响：努力工作，但绝不让脸色变得枯槁；爱护家庭，但绝不婆婆妈妈、拖泥带水；享受爱情，但更看重和朋友们自足自乐……

如今，做一个善交际、会说话、会办事的新女性，是每个想要获得成功的女人必备的能力之一。说话办事是现代都市女性素质的综合体现，它不仅能丰富女性的人生，也是女人获得成功的保证。独立、成熟、美丽、自信，举手投足间尽显良好的气质与修养，拥有良好的口才和绝佳的办事能力，这些无疑已经成为现代女性心中的目标。

言谈的力量是巨大的，想要在纷繁复杂的人际关系中脱颖而出，关键在于掌握好说话的学问和技巧。说话办事不仅是一门学问，更是一种艺术。随着社会的发展，女性交际范围也在不断扩大，所以口才的好坏与办事的能力越来越为女性所重视。谁能有效地运用这种艺术，谁便会左右逢源，无往而不胜。

说话办事，是女人生命的亮点，是女人获得成功的保障。女人应当擅长与各种人广交朋友，在社交中能将自己最好的一面展现出来，成为交际场上的“亮点”。

为了拥有良好的人际关系，女人们应该像水一样，适应周围环境。

我们必须根据不同场合、不同对象、不同心境、不同需求让不同类型、不同层面、不同交集、不同相处模式的人际关系能够维持最佳状态。

其实，社交就是磨炼人、考验人的战场，聪明的女人总能打胜这场仗，因为她们懂得看透人心，能够巧用说话的技巧和办事的策略。当然，这些智慧和本领并非一朝一夕就能练就，若能掌握其中的精妙，你就是最大的赢家。

每一位女人都要让自己成为说话办事的高手，不论是与家人、上司、同事、部属、客户或朋友相处，都能够准确地把握其中分寸，寻出最佳的平衡点。

如何处理好上下级的关系、长辈与晚辈的关系、异性之间的关系？如何与难于应付的人打交道？掌握了一定的说话办事的技巧，你就能够和各式人交朋友，你就能得到多数人的赞同，你自己也能够充满自信，同时你就获得了人格和社交上的独立！

目 录



第一章 谈吐得体让你鹤立鸡群

会说话是女人最宝贵的财富，女人如果想要获得成功，就必须掌握说话的技巧。会说话的女人不仅谈吐得体，而且声音动听、动作优雅，给人很舒服的感觉。会说话让女人更受欢迎，会说话让女人显得更出色！

- 女人谈吐有技巧 /3
- 不好的讲话习惯会给人留下坏印象 /5
- 含蓄得体胜过口若悬河 /6
- 优美动听的声音令人难忘 /8
- 真情表达才能够打动人心 /10
- 话要说得恰到好处 /12
- 啰唆是女人的通病 /14
- 饶人一条路，伤人一堵墙 /17
- 切忌口出恶言 /19
- 聆听是世界上最动听的语言 /21
- 初次见面的说话技巧 /24
- 给人留下好感有绝招 /26
- 道歉要选对合适的时机 /28

第二章 聪明女人的说话艺术

良好的谈吐可以助人成功，蹇脚的谈吐可以令人万劫不复。人的口才能力有大小之分，说话的效果也是天差地别的。舌绽莲花的女人，往往受人欢迎，得人拥护。因此，每个女人都应努力提高自己的口才。

- 表达不同意见有技巧 /33
- 诚恳才能赢得信赖 /36
- 别人说话不要胡乱插言 /37
- 交谈中切忌傲慢 /38
- 交谈“10忌” /40
- 给自己留下回旋余地 /44
- 批评要巧妙 /46
- 反驳要得体 /49
- 学会自我解嘲 /51
- 绝不吝啬对他人的赞美 /55
- 口误的补救方法 /58

第三章 聪明女人的处世方法

优雅的女人总是最受欢迎，走到哪里都会吸引人们的眼光。要想成为一个优雅的女人，你必须不断地努力提升自己，让自己在生活中尽显女性的温柔与妩媚，在工作中要巾帼不让须眉，在任何场合都要将自己最优雅的一面展示出来。

- 行为粗鲁令人厌烦 /63
- 面带微笑让人喜爱 /64
- 第一印象非常重要 /66

彬彬有礼彰显魅力	/68
避免不良体态	/70
内涵能使美丽长驻	/72
不能过于谦卑	/75
握手有学问	/77
称呼有讲究	/79
幽默是女性魅力的法宝	/81

第四章 巧建人际关系网

在这世界上，最幸福的事莫过于拥有几个忠贞不渝、能携手走过风风雨雨的朋友。不管我们是飞黄腾达还是一贫如洗，他们对我们的情谊不会有丝毫改变。当我们身处逆境时，他们对我们的关爱和体贴只会比一帆风顺时更加深厚。

要拥有属于自己的社交圈	/87
不要把事做绝	/89
获得好人缘的5种方法	/92
社交场合“9不要”	/94
把陌生人变成朋友	/96
面对伤害的5种手段	/98
远离是非	/100
善于为周围的人解围	/102
把别人的优点放大	/105
有福同享 有难同当	/107
把欢乐带给你身边的每一个人	/110
距离产生美	/113
把对手看成朋友	/116

第五章 真心待人 办事通达

人是需要关怀和帮助的。帮助别人不一定是物质上的帮助，举手之劳或关怀的话语，就能让别人产生一丝感动。真诚是建立人与人之间信任的基础。女人在与人交往时，只有真诚地对待他人，多替对方着想，多帮助他人，这样才能为自己赢得好人缘。

- 真诚是为人的根本 /121
- 有付出才会有回报 /123
- 提前储蓄人脉 /125
- 信守承诺 /127
- 只知道占便宜的人最容易吃亏 /129
- 付出爱才会得到爱 /132
- 给遭遇不幸的人送去温暖 /134
- 感情投资最忌急功近利 /137
- 在小事上体贴人 /139
- 放对手一条生路 /142
- 宽容是最大的财富 /145
- 成人之美也是成己之美 /148

第六章 彰显你的性格魅力

好性格可以成就人的一生，坏性格能够毁掉人的一生。性格不仅影响一个人的生活状况、婚姻家庭，也影响一个人的人际交往、职业升迁、事业发展等。通过完善自己的性格，女人可以发现自己的优点和弱点，创建和谐的人际关系，从而改变自己的命运，获得成功和幸福！

性格决定命运	/153
避免发怒	/154
谦虚是美丽的光环	/157
避免情绪化	/160
在烦恼中寻找快乐	/162
多疑是一颗毒瘤	/165
口无遮拦伤人又伤己	/167
过于羞涩有害处	/169
冲动是魔鬼	/171
以柔克刚	/173
柔中有刚	/175
以退为进	/177

第七章 做事要讲究方法

做事是一门学问，需要你多方面的考虑和权衡。一旦麻痹大意，则会遭遇困境，把事情搞糟。只有掌握好做事的火候，拿捏准做事的分寸，才能畅通无阻，事半功倍。

无私地帮助有困难的朋友	/183
要善做“感情投资”	/184
不要只做不说，更不要只说不做	/186
在合适的时间把礼送给合适的人	/188
微笑真诚好办事	/191
与人商量好办事	/192
委婉地寻求帮助	/194
投其所好见奇效	/195
正话反说办事一帆风顺	/197

第八章 职场女人说话办事的技巧

每个身在职场的女人，都希望与上司、同事融洽相处，团结互助。她们深知，与上司、同事建立一种美好和谐的人际关系，不仅有益于工作水平的提高，还会令人心情愉快舒畅。女人要想在职场游刃有余，就一定要注意修饰自己的言行举止，这样才会获得他人的喜爱。

做个受欢迎的人 /203

玩好职场游戏 /205

修身养性 /207

让上司器重你 /209

别让同事小瞧你 /211

别成为被孤立的对象 /215

积极消除同事的误会 /217

拒绝同事不合理请求的技巧 /219

巧妙应对不同类型的上司 /222

巧妙化解与上司的冲突 /224

让老板为你加薪的技巧 /226

踢开事业成功的绊脚石 /228

第九章 两性关系新时代

手上的沙子握得越紧，它流失得越快。男女之间也是一样，要让彼此有一个自由的空间，那会使你的两性生活更加完

美。一个聪明的女人会明白这个道理，也知道如何让爱情顺利、家庭和谐。和谐的秘密并不深奥，只要你有一颗真心、爱心和谦逊的心就可以做到。

拿捏好与男性交往的分寸 /235

不要把爱藏在心里 /237

做个善解人意的女人 /240

丈夫最需要的是理解 /242

化解夫妻矛盾的方法 /244

化解丈夫坏情绪的方法 /247

如何避免婚姻危机 /249



第一章

谈吐得体让你鹤立鸡群



会说话是女人最宝贵的财富，女人如果想要获得成功，就必须掌握说话的技巧。会说话的女人不仅谈吐得体，而且声音动听、动作优雅，给人很舒服的感觉。会说话让女人更受欢迎，会说话让女人显得更出色！



女人谈吐有技巧

现代女性都十分重视增加自己的吸引力，但是大多把工夫花在了服装与美容上，却较少有人认识到，得体优美的谈吐，更能增添女性的魅力。因为服装与美容毕竟只能增加一点外在的美，而优美的语言，则完全是女性高雅脱俗的内在精神气质与修养的外射，它给人的，则是一种悠长的美，更能打动人的心灵。

那么，女性应该从哪些方面培养自己优美的谈吐，增加自己语言的磁力呢？

1. 饱含温情

饱含温情的话语，就像是一缕春风，温暖他人的胸怀，同时也映衬出女性善良的美德。

2. 善解人意

人们普遍有一种心理，即对那些对自己的一言一行心领神会、体贴入微的人，都有一种由衷的欣赏与喜爱。女性天生比男人心细，与人交谈时，如能发挥出这方面的优势，善解人意，及时为人解忧消愁，那就极易获得对方的好感与青睐。

3. 真诚自信

我们常会遇到这样的女孩，人家夸她：“你今天穿的这条裙子挺漂亮！”她就直摇头：“丑死了，我一点都不喜欢。”这样的回答缺乏自信，让夸她的人都觉得扫兴。而充满自信的女孩，则会恰到好处地表现自己，既不自轻自贱，也不盛气凌人，给人的印象自然是很生动的，很有个性的。

4. 反应伶俐

女性说话一般不宜唇枪舌剑，咄咄逼人，但是并不等于说女性要放弃反驳的机会与权利。相反，女性如果锻炼自己具备一种思维敏捷、应答机智的能力，那么，这样聪明的女孩走到哪里能不受欢迎呢？

5. 活泼俏皮

无论男女，说话带点幽默感无疑会增强语言的磁性。但女性的幽默应是一种软性的幽默、温和、风趣，显示出女性活泼俏皮的一面，而不能像男性那样夸张而失去典雅的趣味。

6. 温婉含蓄

女性相对于男性，感情要细腻敏感得多，而且更易害羞，所以说出话来往往含蓄委婉，有丰富的言外之意，充满了巧妙的暗示，听起来有一种回味无穷之美。因此女性想使自己的谈吐更加动听，就应特别注意在含蓄这方面下点工夫。

7. 柔声娇语

女性无论从体质上还是心理上都有比男性柔弱的地方，所以女性不必总要坚强，在适当的时候，对自己的丈夫、恋人或要好的同事撒一点娇，耍一点小孩子脾气，将自己的柔弱暴露给他们，让他们有一点显示男子汉气概的机会，这无疑是一种既省事又讨好的策略。

8. 情趣高雅

女性的言语，应该如山中的清泉，空中的白云，高雅清纯，余音袅袅。现代女性的言谈还要注意格调高雅，不应俗不可耐，令人厌倦。



智慧感言

得体优美的谈吐更能增添女性的魅力，它是女性高雅脱俗的内在精神气质与修养的外射，它给人的是一种悠长的美，更能深入地打动人的心灵！



不好的讲话习惯会给人留下坏印象

一个好的交际形象，目光应该是坦然的、亲切的、有神的，与此同时，还要作出积极反应，把自己的想法和感受通过点头、微笑、手势、神情、体态等方式随时表露出来。但是很多女性在交谈中都会有一些不好的讲话习惯，女性朋友不容忽视。

1. 说无意义的话

无意义的话充斥在我们讲话中间时，我们的讲话就会显得不甚连贯，听上去自己也显得犹豫不决。在短暂的停顿时间，任何用来填补空白的絮叨话，都算是无意义的话，白白让听众分散注意力。

2. 声音太尖细

人们不仅仅对你讲话的内容有反应，对声音也一样。尖细的声音传达的信息，很容易被人忽视。声音越尖，可信度就越低。如果你降低音调，你的话就会引起更多的关注和尊敬。

3. 语速太快

一个人讲话的可信程度，跟内容关系并不大，重要的是他的讲话方式，因此在讲话中表现出自信心、权威性和思考的深度非常重要。如果语速太快，效果会适得其反。急急忙忙地讲话，会让听者误认为你的话没有经过大脑，没有经过反复的思考。这样的讲话，更加会令听者质疑你所讲内容的准确性。

4. 啰嗦的开场白

在进入主题之前总要说段开场白。开场白有点像随手塞到柜子里的小零碎，如果塞得太多了，就看不清柜子里原来装的是什么。语言也是