

受益终身的说话智慧

张鸿◎编著



为什么
你说话
别人不爱听



突破语言障碍，提高社交能力

会说话的人，处处受欢迎；会说话的人，事事皆得意。

然而，为什么你说话别人不爱听呢？

回避说话误区，教会你左右逢源的说话技巧；

开口讲到重点，让你拥有打开心扉的口才能力。



中国纺织出版社

为什么 你说话 别人不爱听

要使人信服，一句言语常常比黄金更有效。

——德谟克利特

赠人以言，重于金石珠玉；劝人以言，美于黼黻文章；听人以言，乐于钟鼓琴瑟。

——荀子

言语之力，大到可以从坟墓唤醒死人，可以把生者活埋，把侏儒变成巨无霸，把巨无霸彻底打垮。

——海涅

语言作为工具，对于我们之重要，正如骏马对骑士的重要，最好的骏马适合于最好的骑士，最好的语言适合于最好的思想。

——但丁



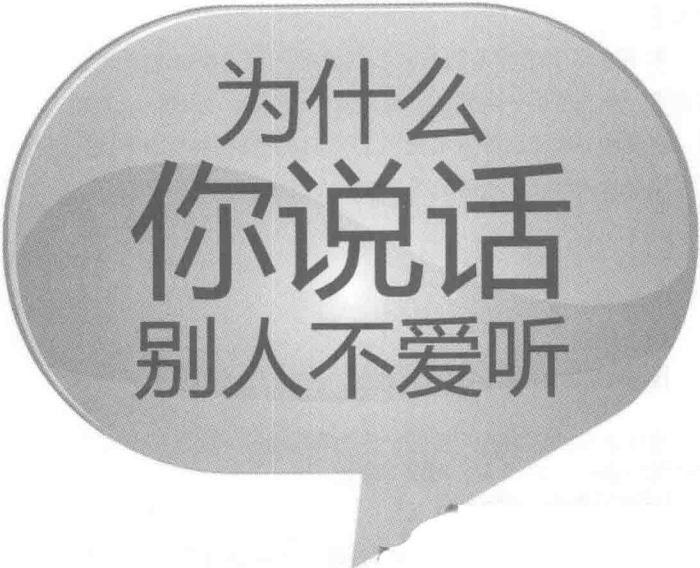
上架建议：口才

ISBN 978-7-5180-3364-5



9 787518 033645 >

定价：38.00元



为什么
你说话
别人不爱听

张鸿◎编著

 中国纺织出版社

内 容 提 要

说话是一门为人处世的艺术，也是一门人人都要学习的必修课。只有悟透说话之道，掌握说话的艺术，才能在社会、职场、家庭中如鱼得水、左右逢源，加快成功的脚步，赢得无悔的人生。

本书立足于培养人们多方面的说话能力，全面提升说话的水平，从人情话、幽默话、赞美话、批评话、委婉话、寒暄话、恋爱话、职场话等方面入手，对不同的说话技巧和方法作了详尽细致的阐述。阅读之后，你将在各种场合游刃有余。

图书在版编目（CIP）数据

为什么你说话别人不爱听 / 张鸿编著. --北京：中国纺织出版社，2017.5（2017.7重印）
ISBN 978-7-5180-3364-5

I.①为… II.①张… III.①心理交往—语言艺术—通俗读物 IV.①C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2017）第046939号

责任编辑：闫 星

责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010-67004422 传真：010-87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博http://weibo.com/2119887771

北京通天印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2017年5月第1版 2017年7月第3次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：19

字数：224千字 定价：38.00元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换



与人相处时，你是不是很想给别人留下一个好印象，却总是因为一句不合时宜的话而弄巧成拙？

工作中，你是不是说话时嘴上不懂“把门儿”，想起什么就说什么，不知不觉得罪人，但是你却不知别人为何不喜欢跟你交流？

在日常生活中，你是不是已经不知道应该以什么样的心态和形象去面对别人，每次说话都要一再地思考，生怕说错而感到身心疲惫？

其实，这些问题的出现，主要是因为你不懂说话，而不懂说话就无法走进他人的心里，就无法与人完美交际。

德国诗人海涅曾说：“言语之力，大到可以从坟墓唤醒死人，可以把生者活埋，把侏儒变成巨无霸，把巨无霸彻底打垮。”良好的口才，是一个人一生都受用不尽的宝贵资源。每个人都想拥有一个成功的人生，都希望能够众人面前“语出惊人”，展现自己的风采，树立自己的形象。一个人具有了良好的说话能力，他就一定会展现出无穷的魅力，无论是立身处世，还是交友待人，都一定会挥洒自如的。可以说，这种本领，可以帮助你展现才华，取悦他人，说服他人，能为你未来的成功铺平道路。

口语表达能力已日渐渗透到生活的各个领域，它是表情达意、交流思想、传播信息、实现沟通的重要工具；是寻求合作与发展、广交朋友、增进感情的宽广桥梁；是领导艺术、管理才能的重要组成部分……往大了说，语言表达能力的强弱可以涉及国与国之间矛盾争端的问题，沟通得好，或许可以化干戈为玉帛，如果沟通不好，说不定矛盾会激化到战场上；往小了说，大家日常生活中的交往、家庭成员之间的沟通、职场上的相处、商场上的谈判等，都离不开它。说话，可以说涉及生活中的方方面面。



一个人如果语言表达能力不足，他的能力就会被人低估。一个人即使思想如星星般光耀生辉，即使勤奋得像一头老黄牛，即使知识渊博得像一部百科全书，但如果缺乏良好的谈吐能力，那么成功的机遇就会比其他人要少得多，也往往难以达到自己的理想目标。证严法师说：“心地再好，嘴巴不好，也不能算是好人。”我们常说，一个人是刀子嘴、豆腐心，这个人嘴巴不饶人，但心地是很好的；快人快语，有什么说什么。可是，你有没有考虑到，万一对方不吃你这一套呢？你的刀子嘴把对方伤得遍体鳞伤，即便是豆腐心又如何？他还能感受得到吗？所以说，不会说话的人容易得罪人，更不用提受人欢迎了。

一个会说话的人，他知道什么时候该说，什么时候要说，什么时候能说，什么时候必须得敢说。因为会说话的人知道光干不说是不可能成就大事的，他们还知道在必须要说时要善于说，善于将自己的意图清楚地表达出来，让对方了解、明白。人类行为学家汤姆士说：“说话的能力是成名的捷径。它能使人显赫，鹤立鸡群。能言善辩的人，往往被人尊敬，受人爱戴，得人拥护。它使一个人的才学充分拓展，熠熠生辉，事半功倍，业绩卓著。”他甚至断言：“发生在成功人物身上的奇迹，一半是由口才创造的。”可以说，会说话的人更能在社会上立足，他取得的成就更多。

谈话是交流的桥梁，是思维的较量。在现实中，无论家庭生活或人际交往，每个人都要进行语言交流。一个人的一生实际上就是由一连串的说服与被说服、控制与被控制、主动与被动的谈话历程交织而成。如果你会说话，懂得巧说话，那你的收获将会超出你的想象。

本书内容丰富，涉及生活的方方面面，非常详细地讲述了说话对于一个人的重要意义。本书案例丰富，贴近生活，每一个案例的背后都精心为读者传授提升口才的技巧和秘诀，可以说实用性非常强。通过阅读和学习本书，相信读者朋友们能够按部就班地从零知识开始，掌握说话艺术的精髓，发挥口才的作用，让自己从原本的盲区中走出，成为说话高手。

编著者

2016年6月



第1章 做一个会说话的人：享受人人称赞备受欢迎的人生 / 001

害怕说话，你如何走向更多的人 / 002

懂得倾听，你就是最受欢迎的人 / 005

把话说到点子上更能击中人心 / 008

多点夸赞，恰到好处地打动对方 / 010

以理服人，消除对方的抵触情绪 / 012

第2章 不说让你踩雷的话：为什么你说的话别人不爱听呢 / 017

自问一下，我会“说话”吗？ / 018

肯定的话，请记得多说一点儿 / 021

“对不起”请不要轻易说出口 / 023

笑话别人服饰，真的很不礼貌 / 026

无聊的话题，能不说就别说了 / 028

不揭人伤疤，不戳人痛处 / 030



- 第3章 学会拣好听的话说：谁都喜欢让人心情愉悦的语言 / 035
- 适度的赞美，每个人都爱听 / 036
 - 会恭维，你的话才能得人心 / 038
 - 让人听着舒服，那就把话说到心坎上 / 041
 - 戴个“高帽”，他人更欢喜 / 043
 - 礼貌先行，让说的话更为动听 / 046
- 第4章 幽默可以愉悦人心：诙谐幽默的语言最是招人喜欢 / 049
- 缓解尴尬，巧用幽默来解围 / 050
 - 幽默，彰显你的智慧与高雅 / 052
 - 幽默获取小技巧，你知道多少？ / 055
 - 尺度把握好，幽默才能更受用 / 058
 - 培养幽默感，请学会开玩笑 / 061
 - 美满家庭，离不开幽默沟通 / 063
- 第5章 委婉友善易得人心：切忌说话不经大脑和口不择言 / 067
- 委婉一点儿，相信你说的话更动听 / 068
 - 说话直言直语，小心伤人又伤己 / 070
 - 迂回表达，将反对的话绕弯说 / 072
 - 旁敲侧击，远胜当头一棒 / 075
 - 模糊的艺术：活水好喝，活话好听 / 078
- 第6章 好话也需要巧妙说：用点儿小计策让话语能巧达目的 / 081
- 求人办事，话要说得巧妙 / 082
 - 话到巧处，矛盾自然解决 / 084
 - 借巧言妙语，勾销往日恩怨 / 087



巧用话语为自己完美推销 / 089

妙语激将，燃起对方的感情冲动 / 092

第7章 良药未必全都苦口：加层糖衣让批评更易被人接受 / 095

批评的话，请记得委婉表达 / 096

批评有道，技巧请仔细牢记 / 098

批评他人前，先来个自我批评 / 101

不要急于批评，请先表扬对方 / 103

打完巴掌，记得给个甜枣吃 / 106

第8章 避免冲突的说服术：好听的话更容易让人心悦诚服 / 111

归谬说服，让对方主动让步 / 112

将心比心，更能说服对方 / 115

不压服对方，巧妙说服是关键 / 117

巧用逆反心理，顺利达成目的 / 120

妙用比喻，增强说服的感染力 / 123

步步逼近，让对方不断作肯定回答 / 125

第9章 避免伤人拒绝有道：预先说点儿好话再表达拒绝之意 / 129

拒绝求爱的几种方法，你知道吗？ / 130

“逐客令”是不是很难说出口？ / 132

对上司，你也可以轻松说“不” / 135

不可不知的拒绝别人的小技巧 / 137

不伤和气，这才是拒绝的高水平 / 140

不想喝酒，该如何推托呢？ / 142



第10章 管住舌头说点儿好话：乱说话后果严重，小心祸从口出 / 145

聪明的人绝不会贬低别人抬高自己 / 146

话可说，但你仍需切记少说话 / 149

不该问的事情，请不要多问 / 151

管住自己的嘴巴，不做长舌妇 / 154

开口说话，请不要伤人自尊 / 156

第11章 投其所好巧妙寒暄：会套近乎才能把关系逐步拉近 / 161

主动一点儿，结交更多的人脉 / 162

说好开头语，言辞生动更吸引人 / 164

微笑是拉近彼此关系的最美语言 / 167

说声“你很重要”，对方更信任你 / 169

请记得，用热情加固你们的缘分 / 172

多联络，让彼此的感情延续下去 / 175

第12章 表达清晰，目的明确：能够把话说清楚别人才愿意听 / 179

与人交谈，你会巧妙提问吗？ / 180

对方心里关心什么，你知道吗？ / 183

对方说话时，请不要随意插嘴 / 185

不要冷场，学会没话找话说 / 188

聪明的人会把说话权交给对方 / 190

他人面子问题，你不可忽视 / 193

第13章 说些领导爱听的话：用领导最愿意接受的方式表达 / 197

申请加薪，你能否把话说得更动听？ / 198

提建议不要太直接，切记要委婉 / 201



- 必要时巧言妙语帮领导解围 / 203
- 汇报工作，说话要干脆利落抓关键 / 206
- 与领导说话的技巧，你知道几个？ / 208

第14章 言辞少点儿唠叨抱怨：感情需要用点儿甜言蜜语来保鲜 / 213

- 你的唠叨，会把你的男人吓跑 / 214
- 做一朵善解人意的“解语花” / 217
- 恋人间的甜言蜜语，你需要说 / 219
- 对于恋人，你也要懂得说话技巧 / 222
- 斗斗嘴，让感情在“打闹”中升温 / 224
- 初次约会，如何交谈更甜蜜？ / 227

第15章 婚姻中的言语技巧：会说话的人永远不会失去幸福 / 231

- 温柔，让你接收更多的宠爱 / 232
- 少拿别的男人与你老公作比较 / 235
- 给对方空间，不要总在他耳边吵闹 / 237
- 避免冷暴力，婚姻需要彼此沟通 / 240
- “离婚”二字，请别随意说出口 / 243

第16章 客气表达心中不满：不伤和气地巧妙化解双方矛盾 / 247

- 同事抢功，你要学会巧妙处理 / 248
- 正话反说，巧妙避免正面冲突 / 250
- 软中带硬，使对方无还击之力 / 253
- 对方误解你时，请冷静地把问题解决 / 256
- 面对矛盾说“软话”，以柔克刚感动人 / 259



第17章 灵活应对刁钻问题：敏感话题婉转答复可避免陷入被动 / 263

转移话题，让自己避免陷于被动 / 264

敏感问题，假装糊涂来迷惑对方 / 267

借他人口说自己事，进退自如 / 269

有些话不好回答，你可模糊应对 / 272

巧用类比，灵活应对他人问题 / 275

第18章 受欢迎的说话之道：成为说话高手的几项技巧修炼 / 279

直说“你错了”，你就真错了 / 280

少一句争辩，你就多一个朋友 / 283

可以随口喊出对方的名字 / 286

过于精明会与人疏远 / 288

万能场面话，会听也要会说 / 291

参考文献 / 294

做一个会说话的人：享受人人称赞备受欢迎的人生

不难发现，周围那些会说话的人办起事来总是非常顺利，效果也非常好，但是那些不会说话的人却总是挫折不断。俗话说：“一句话让人笑，一句话让人跳。”就是这个道理。朋友们，你是否也想享受人人称赞备受欢迎的人生呢？如果是，那就请修炼自我，做一个会说话的人，相信，当你成为说话高手的那一刻，你的人生定会更加光彩夺目。



害怕说话，你如何走向更多的人

熊小茹是某家公司的一名设计师，一直以来她的工作非常出色，她的努力也受到公司领导的肯定。但是她有一个致命的弱点，她不太敢跟领导说话，总是默默无闻地做事情。最近一段时间，熊小茹发现经理有点儿冷落她，尽管自己的工作业绩非常突出。其实，熊小茹有几次也想去跟经理沟通，询问一下经理对她的看法，令人遗憾的是熊小茹始终没敢敲响经理办公室的门，她内心非常害怕与领导说话，所以一直不敢开口。突然有一天，公司通知熊小茹去财务部领工资，当时熊小茹非常纳闷，为何还没到发工资的日子就让自己领工资了呢？原来，自己是“被辞职”了。对于突如其来的“被辞职”，熊小茹非常困惑。这到底出了什么事呢？原来公司上级听说熊小茹在外偷偷搞兼职，有吃里爬外之嫌。熊小茹是受冤的，她根本就没有在外兼职，是同事嫉妒她业绩出众，打了小报告诬陷她。

其实，事件的情节并不复杂。造成熊小茹最终饮恨离开的原因看似很多，如上级的不信任、同事的诬陷等，但是，如果熊小茹在感觉到问题发生的时候，能及时、主动地去跟上级沟通，弄明白原因，并予以澄清，结果就会完全不一样。然而，熊小茹却因为怯于跟上级主动沟通，最终含冤离开，确实让人遗憾。

害怕说话，那你的本领将无法让人看到，更不用谈得到领导的赏识了。领导给你安排什么，你就做什么，从没有自己的思想和意见，即便有想法也无人知晓，长此以往你就无法向大家证明你自己的实力。没有对你工作能力的欣



赏，领导是绝不会看重你的。敢于表达，你才能说出自己的心声，才能为自己的不公辩解，才会创造更多的机会。

朋友们应该明白，过度的紧张具有强大的破坏力，无形中给紧张的人造成更大的烦恼和损失，让人的意志变得薄弱，判断力和理解力丧失，甚至理智和自制力也丧失，最终造成人正常行为的瓦解。更严重的时候，有可能对人的身心健康造成极大的威胁。所以说，及时克服这种心理，对自己的身心健康来说非常重要。

丽云是个非常内向、害羞的女生，在学校里一直寡言少语，但在那个学习成绩决定大家能否毕业的时候，她的沉默和努力成就了她的成绩一直都很优秀，最后她顺利从大学毕业，并和家人介绍的男友结婚了。不久，丽云就有了宝宝，因此她一直没有出去工作，全心全意地守在家里围着宝宝转了3年。后来宝宝上了幼儿园，家人帮丽云在电视台找了一份工作，在这个喧闹繁杂的工作环境中，她看别人忙得风风火火，谈天说地好不热闹，丽云也想加入进去，但内向的她就是不知怎么张口，不知该说什么话。她也不会公共场合，如部门会议的发言中展示自己。就这样几个月过去了，她一直默默无闻，没有朋友，工作也没有什么业绩，丽云感到焦虑不安，心里只剩下一个念头：逃离这个工作岗位。

生活中，你不可避免地要与各种人打交道。社交是展示个人风采的重要方面。你总是不由自主地退却，或硬着头皮去了，却因表现失态，而让好机会白白溜走。你懊恼、后悔。可当下一个机会出现的时候，你又开始循环，久而久之，自信心在一次次窘态中消耗殆尽。

说话恐惧是一种非常正常而又极其普遍的情况，它有可能发生在每个人的任何一次与他人的交谈中，而绝非个人的语言方面的缺陷。那些常因自己说话胆怯而烦恼的人，大可不必为此担心，而应该振作精神，努力克服这种困难。

那么，克服说话胆怯的心理，你需要如何安慰自己呢？



1. 找找问题出在哪

仔细回忆，把以前自己被人笑过的事实追忆出来。不敢说话的人也许在某个年龄的时候，在什么人面前，因为什么事，受了某种刺激。他可以把那以前笑过他的人，或使他人笑话的某些话，在回忆中找出来，让自己认识清楚怕羞的根源。

2. 试着转移注意力

俗话说，一心不能二用。当紧张心理袭来时，可以有意识地转移注意力，认真听别人发言，不要总想着自己应如何在众人面前表现；发言时紧张，可以通过专注于自己讲话的内容来缓解。

3. 强迫自己多开口

在生活和工作中要多找机会开口，强迫自己多开口，开始可能比较难做到，但慢慢地，你会发现自己一次比一次说得好。只要掌握一定的方法，再加上多练，当众讲话紧张是完全可以克服的。

4. 多增加自己的知识储备

我们要记住，博学善辩，能增强说话的底气。渊博的学识有助于提高你的口头表达能力，有助于你适应各种不同的交际场合。无论你在何种场合，如果你拥有渊博的学识，就会如鱼得水，游刃有余。

说话小启示

总之，害怕说话是一种很正常的现象，谁都有可能面对一个不熟悉的场合时出现说话困难的一面。害怕说话不代表你这个人有语言表达的障碍。



懂得倾听，你就是最受欢迎的人

陈义和夏天勇是同班同学，比起夏天勇，陈义在很多场合更受欢迎。因为他总能受到邀请，经常有人请他去参加聚会。当然，由于陈义受人欢迎，他还担任了很多社团的重要职务。

有一天晚上，夏天勇碰巧去一个朋友家里参加一个小型的宴会，当他发现陈义和一个非常漂亮的女孩子在一个角落里说话时，非常好奇，就站在远处仔细观察了一段时间。夏天勇发现，那位漂亮的女孩一直在说话，可是陈义好像很少说话，他只是有时笑一笑，或者是点点头，仅此而已。几个小时以后，宴会结束了。

第二天一大早，当夏天勇看见陈义的时候，不禁问道：“昨天晚上我在宴会上看见你和一个非常漂亮、迷人的女孩在一起，她好像对你很有好感啊，被你深深吸引了，你到底是怎么做到的？”

陈义回答说：“非常简单，当我和她开始说话的时候，我只是对她说：‘你长得很漂亮，你的身材很好，你为什么要来参加这个宴会呢？’于是，我们两个人就聊了起来。今天早晨这位漂亮的女孩打电话给我，说她很喜欢我陪她。她说很想再见到我，因为我是最有意思的谈伴。但说实话，我整个晚上也没有怎么说话。”

其实，陈义受到别人欢迎的原因非常简单，就是懂得倾听。

爱默生曾说过：“所谓的耳聪，也就是倾听的意思。”几乎每一个哈佛大学的学子都注重培养自己专注倾听的能力。因为他们知道，倾听就像海绵一样，可以吸取别人的经验与教训，使自己在人生道路上少走弯路，同时收获他人的友谊，让自己在交际圈中更显个人魅力。

在办事的过程中，如果能静下心来倾听对方的话，会更有利于你办事成功。倾听对方，可以让你及时了解对方的想法。而且，在你专心致志地倾听对