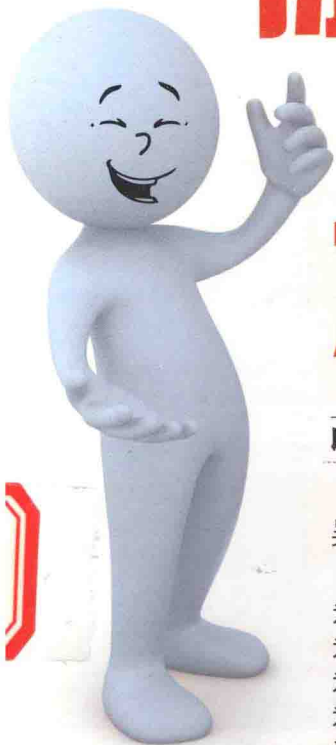


卡耐基沟通课

卡耐基金牌讲师**吴继良**的说话之道

# 为什么 你说话 别人 不爱听



改变命运的66条说话之道

吴继良 主编

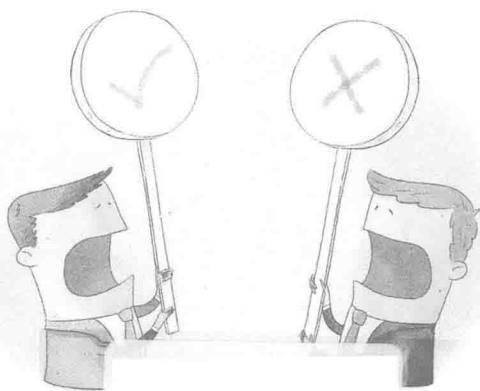
为什么你一张口就被面试官看低？  
为什么你一提加薪，领导就皱眉头？  
为什么你说话总是得罪朋友？  
为什么你的约会邀请女神不接受？  
为什么你总是无法说服父母？  
为什么同样的产品，同事提成百万，你却总是卖不出去？  
.....

同心出版社

ZITU  
紫图

# 为什么你说话 别人不爱听

吴继良 主编



◎ 同心出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

为什么你说话别人不爱听 / 吴继良主编. — 北京 :  
同心出版社, 2015. 3  
ISBN 978-7-5477-1469-0

I. ①为… II. ①吴… 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 (2015) 第 054938 号

## 为什么你说话别人不爱听

---

出版发行: 同心出版社

地 址: 北京市东城区东单三条 8-16 号东方广场东配楼四层

邮 编: 100005

电 话: 发行部: (010) 65255876

总编室: (010) 65252135-8043

网 址: [www.beijingtongxin.com](http://www.beijingtongxin.com)

印 刷: 北京市昌平开拓印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2015 年 3 月第 1 版

2015 年 3 月第 1 次印刷

开 本: 889 毫米 × 1194 毫米 1/32

印 张: 8

字 数: 180 千

印 数: 1-12000 册

定 价: 39.90 元

---

谨以此书献给每个因说错话  
而捶胸顿足过的朋友

## 目录 CONTENTS

### 第1章

## 当众讲话 口才改变命运

1. 为什么人一多，你说话就哆嗦？ / 2
2. 为什么你的开场白总是冷场？ / 5
3. 为什么饭桌上你一开口就会被罚酒？ / 9
4. 为什么你的祝酒词没人响应？ / 12
5. 为什么你的即兴发言既肤浅又无趣？ / 16  
面对众人，就要这样说！ / 20
6. 为什么你明明准备了稿子，演讲时还总卡壳？ / 21
7. 为什么你演讲时，听众的气氛不活跃？ / 24
8. 为什么演讲时你无法用一两句机智的话应对突发情况？ / 27
9. 为什么演讲中你只能用沉默来应对难答的问题？ / 30  
精彩演讲，就要这样说！ / 34
10. 为什么限时演讲你总不能用一句话完美收尾？ / 35
11. 为什么你的演讲还未结束，大家就开始散场？ / 39
12. 为什么你演讲的结束语总不尽如人意？ / 42  
完美收尾，就要这样说！ / 45

第2章

## 职场生存 有逻辑地说服他人

13. 为什么你一张口就被面试官看低？ / 48

14. 为什么面试时你总被问倒？ / 52

15. 为什么你总谈不到期望的薪资？ / 55

面试，就要这样说！ / 58

16. 为什么你和同事总是没话说？ / 59

17. 为什么你说话总是引起同事的误解？ / 62

18. 为什么你的赞美，同事听成是讽刺？ / 66

19. 为什么你说话时同事总给你脸色看？ / 69

20. 为什么你说话老被同事打断？ / 72

21. 为什么你的建议同事不愿接受？ / 75

22. 为什么同事冷嘲热讽你却还不了嘴？ / 78

与同事相处，就要这样说！ / 81

23. 为什么你一提及加薪，领导就皱眉头？ / 82

24. 为什么每天你都很忙，领导却总觉得你很闲？ / 85

25. 为什么你跟领导套近乎，领导却有意疏远你？ / 89

26. 为什么你的话领导不爱听？ / 92

27. 为什么你的提议领导总不采纳？ / 95

28. 为什么你的竞职演讲，领导不点头？ / 99

要领导点头，就要这样说！ / 101

第3章

## 营销技巧 销售就是为了说服

29. 为什么同样的产品，同事提成百万，你却总是卖不出去？ / 104

30. 为什么你刚开口客户就说忙？ / 108

想让客户放下心防，就要这样说！ / 111

31. 为什么你跟客户聊天总是出现冷场？ / 112

32. 为什么客户对你的产品吹毛求疵，你只能听着？ / 115

33. 为什么你说话总是得罪你的客户？ / 117

34. 为什么你无法跟客户达成良好的互动？ / 121

35. 为什么你的产品很好，客户却不买账？ / 125

36. 为什么你说得口干舌燥，客户却毫无兴趣？ / 128

想说服客户，就要这样说！ / 131

37. 为什么在客户面前说错话时，你总是无法挽救？ / 132

38. 为什么眼看合同要谈成，客户却临时改变主意？ / 136

想留住客户，就要这样说！ / 139

第4章

## 朋友相处 找到维系友情的纽带

39. 为什么你一开口别人就“开躲”？ / 142

40. 为什么你跟新朋友聊不开？ / 145

交朋友，就要这样说！ / 147

41. 为什么你说话总是得罪朋友？ / 148

42. 为什么你的建议朋友听不进去？ / 151

43. 为什么在求朋友办事时，你说话总让事情变味？ / 154

44. 为什么当朋友请求帮忙时，你的拒绝让对方接受不了？ / 157

45. 为什么朋友有困难从来不求助你？ / 160

与朋友相处，就要这样说！ / 164

46. 为什么偶遇很久未见的老朋友，你无法化解尴尬？ / 165

维系友情，就要这样说！ / 167

第5章

## 恋爱须知 让自己变得有趣

47. 为什么你的搭讪总是遭到拒绝？ / 170

48. 为什么你的约会邀请女神不接受？ / 174

想成功接近心仪对象，就要这样说！ / 177

49. 为什么第一次约会你总是搞砸？ / 178



50. 为什么你的表白让对方疏远你？ / 182  
想收获爱情，就要这样说！ / 184
51. 为什么对方总是觉得你很乏味？ / 185
52. 为什么你的话总是会伤害到对方？ / 189
53. 为什么面对敏感问题，你的回答总令对方不满意？ / 193
54. 为什么你的道歉反倒引起对方的怒意？ / 196  
想平息矛盾，就要这样说！ / 199
55. 为什么分手时你的挽留对方无动于衷？ / 200
56. 为什么分手后你的言语赢不回恋人的心？ / 203  
想赢回对方的心，就要这样说！ / 205
57. 为什么你的求婚方式女友无法接受？ / 206  
想求婚成功，就要这样说！ / 210

第6章

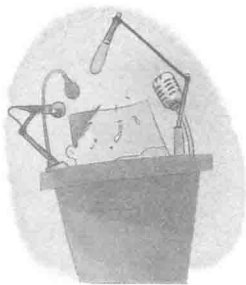
## 和谐家庭 良好的沟通很重要

58. 为什么父母吵架时，你无法从中调和？ / 212
59. 为什么你总是无法说服父母？ / 215  
与父母沟通，就要这样说！ / 218

60. 为什么你总得不到另一半的认可？ / 219
61. 为什么对方总觉得你在刁难他？ / 223
62. 为什么你无法打破夫妻长期冷战的僵局？ / 226
63. 为什么你和婆婆总相处不好？ / 230
64. 为什么你好言好语，岳父总是对你不理不睬？ / 233
- 家庭和睦，就要这样说！ / 236**
65. 为什么你的话孩子听不进去？ / 237
66. 为什么你一开口，孩子就露怯？ / 240
- 教育孩子，就要这样说！ / 243**

# 第1章

## 当众讲话 口才改变命运



为什么人一多，你说话就哆嗦？

为什么你的开场白总是冷场？

为什么饭桌上你一开口就会被罚酒？

为什么你的祝酒词没人响应？

为什么你的即兴发言既肤浅又无趣？

## 1. 为什么人越多，你说话就哆嗦？

在生活中我们常看到有的人在熟人面前讲话总是口若悬河、妙语连珠，可是人越多，他就变得拘谨起来，说话开始磕磕巴巴，错失了在众人面前表现自己的机会。

那么当众说话有什么不同，我们怎样说，才能消除自己内心的紧张，让自己显得更自然呢？



据统计，大约40%的人会因为在人多的场合中讲话而头疼。甚至很多名人在第一次当众讲话时，也遇到过和我们一样的说话问题。

著名的人际关系学大师戴尔·卡耐基在谈到他第一次失败的演说时，曾笑着说：“当时我没有信心，上台时很紧张，认为自己很差劲，甚至想到过自杀……”

马克·吐温是美国著名的作家和演说家。不过，他第一次在公开场合演说时，由于紧张，差点说不出一个字。后来，他和朋友谈起自己这次失败的演讲，说当时自己的嘴里仿佛塞满了棉花，脉搏快得像在争夺赛跑奖杯一样。

印度前总理英迪拉·甘地有一次回忆自己初次演讲时的经历，他坦承自己“不是在讲话，而是在尖叫”。

英国前首相丘吉尔曾经形容自己刚开始演讲时的感受，他说自

己刚开始在面对众人演讲时，心里仿佛塞着冰块。

.....

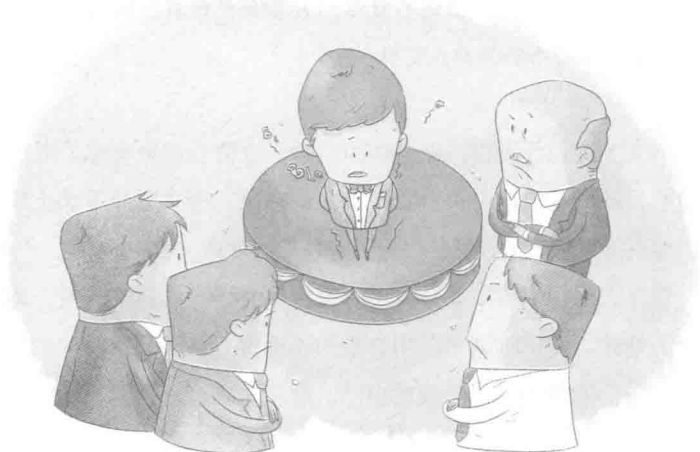
这样的事例不胜枚举。由此可见，名人尚且有当众讲话的“畏惧”心理，更何况你我这样的普通人呢？所以，我们大可不必因此而自卑，而是应该找到正确的说话方法。

我们来分析一下，为什么我们没有办法当众说话。可能有很多原因，怕别人起哄，担心会冷场，外界给的期望值太高等，但归根结底，就是一个原因——害怕。

那么我们要怎样说，才能克服自己害怕的情绪呢？

首先要正视自己内心的感受，并接纳自己的这种感受。你可以像这样进行自我暗示：

“在这么多人面前讲话，有点小紧张是正常的。”



“我不用去在乎别人的眼光，只需要顺其自然，像平时和家人、朋友说话那样，把自己心里想要说的话说出来就OK了。”

甚至，你站上演讲台前，内心可以对着底下的听众咆哮：“开玩笑，我会害怕你们吗？接下来的时间是属于我的，你们都得乖得像小绵羊一样听我讲！”

演讲前，你可以用各种各样的方式来催眠自己，越是在乎自己的面子和别人的目光，在众人面前越会感到紧张，越紧张就越讲不出话。相反，正确面对自己内心的畏难情绪，放下面子，顺其自然，在众人面前讲话就会变得容易很多。

在众人面前讲话感到紧张时，或者在由于紧张而无意中讲错了某句话时，不妨适当地自嘲一下，借此缓解现场紧张和尴尬的气氛，有助于放松自己的情绪，拉近与听众之间的距离。

“大家好，我是李文。今天是我第一次演讲，就像你们此刻看见的那样，我很紧张，我怕讲不好你们大家会笑话我，所以我的舌头有些打结，我的手和脚都在发抖……”

李文的这句开场白，以自嘲的口吻，合情合理地唤起了听众的同情心，并给自己一个台阶下。这样一来，李文反而不那么紧张了，他讲得轻松自如，最终收获了听众们的掌声。

总之，当我们需要上台演讲时，首先要懂得给自己打气，调节自己的情绪，演讲时则可以用自嘲的说话方式抖掉包袱。我们只有克服了内心的害怕，才能战胜自己，而只有以符合自己心境的方式说好话，才能把自己最好的一面展示出来。

## 2. 为什么你的开场白总是冷场？

演讲者要想用三言两语抓住听众的心，确实不容易，因为每个人都有自己感兴趣的话题。你在上面说得唾沫飞溅，台下有的听众可能已经呼呼大睡。

那么，我们在演讲时应该怎样说，才能在最短的时间引发众人的兴趣，从而避免冷场呢？



刘成所在的学校要推选出一名学生会主席，并组织了一场竞选演讲，刘成也报了名。他为演讲做了充分准备，反复修改演讲稿，甚至还提前在朋友面前进行了试讲。

在正式演讲的那天，刘成一脸严肃地走上台，开始了他的演讲：“尊敬的各位领导，亲爱的同学们，大家好。站在这里我感到很荣幸，首先我要感谢……”就这样刘成用了5分钟时间满怀深情地说完了自己的开场白，却发现台下的同学们大多数都在玩手机，个别学校领导还打起了哈欠，没有一个人响应他。刘成的心一下子沉到了谷底……

别急着用那些惯用的“很高兴来到这里”之类的客套话作为演讲的开场白，因为那只会让人感到无聊。陈词滥调是演讲的禁忌，

大部分演讲都是被那些不痛不痒的客套话拖入冷场的。那么，怎样让你的开场白赢得众人的喝彩而不是让听众昏昏欲睡呢？

开始演讲时，我们要直奔主题、直抒心意，你可以多看看那些受欢迎的综艺节目，学习那些主持人的开场技巧。例如：刘成在演讲的开始，就可以说：“大家想知道我为什么要竞选学生会主席吗？……”当然，竞选这样的场合礼貌性的话语是免不了的，一笔带过就行，不必拘泥于此。通常，一个强有力的30~60秒的开场白能让你的听众更持久地专注于你讲的内容。

好的开场白能帮助演讲者在听众心中首先获得良好的印象。相反，不管演讲者多么优秀、出众、有能力，面对陌生的听众演讲时，如果开场白不好，听众对他的印象就会大打折扣，甚至有可能给听众留下“名不符实”“虚有其名”的印象。因此，好的开场白能烘托气氛，迅速吸引听众，促使听众将演讲全神贯注地听下去。

所以，演讲中的第一句话应该怎么讲，并没有什么固定的模式，而是需要演讲者能够灵活掌握听众的心理，懂得听众需要听什么，想要听什么，能够投其所好。假如演讲者一开始就失去了听众的注意力，那么后面的演讲，即使费九牛二虎之力，也很难挽回颓势。

现在我们来谈一谈，开场的几种技巧。

### （1）引用事例式开场白

可以是名人事例，也可以是发生在我们生活中的真人真事。

听众都对名人事例或趣闻趣事感兴趣，如果你能在演讲开场时把这样的事情与这场演讲联系起来，一定能吸引听众。



大学课堂上，一名教师声情并茂地介绍了英国著名作家狄更斯的《圣诞颂歌》：

“在一百多年前，伦敦出版了一本小说，它被世人公认为不朽之作，是‘全球最伟大的一本书’！这本书刚出版的第一天就销出1000多册，短短两周就销出了15000多册，此后它又被不断再版，直到世界各国都有了它的译本。后来，美国大银行家摩根以一笔可观的代价，买到了这部书的原稿。如今，这份小说的原稿和其他无价之宝一同被陈列在纽约美术馆中。那么，这部世界闻名的小说究竟是什么？它就是狄更斯的《圣诞颂歌》。”

以上的开场白就很具有吸引力。

又如：“我曾在××大学做过一次演讲，结束后，一个女孩递上来一张小纸条，说我的演讲改变了她的一生……”

## （2）告别式开场白

用一句告别式的陈述开始你的演讲。

演讲者可以向听众展示这次演讲的特殊性，让他们觉得不认真听会是一次损失。例如：“大家好，首先要跟大家说个事，这可能是我今年最后一次演讲了……”

## （3）互动式开场白

朋友们，在我开始演讲前，我想先做一个小小的调查。请问在场的朋友有没有男女朋友？如果有请举一下手。好，看来今天来这里听我演讲的朋友们基本上都有各自的男女朋友。那么，我今天要跟大家分享的是“怎样让爱情保鲜”。