

只要你愿意，可以说服任何人
练习一次，受益终生！



第一本书 修炼好口才的

胡皓洋◎编著
拉近与生人的距离
增进和熟人的感情
快速说服谈判对手
情场、职场如鱼得水



胡皓洋◎编著

修炼好口才的
第一本书



中国纺织出版社

内 容 提 要

现代社会,人际交往已经被提升到前所未有的高度,不管是在生活中还是在工作中,我们每个人都必须具备语言表达的能力,才能如愿以偿地处理好人际关系。

本书以心理学知识为基础,分析人们在各种生活情境和工作情境下如何与形形色色的人展开交流,并且针对很多交流中的疑难问题提出了卓有成效的好方法,帮助读者积极锻炼和提升自己的语言表达能力,最终拥有好口才。

图书在版编目(CIP)数据

修炼好口才的第一本书 / 胡皓洋编著. —北京: 中国纺织出版社, 2017.9

ISBN 978-7-5180-3774-2

I. ①修… II. ①胡… III. ①口才学 IV. ①H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第164324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9月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 16.5

字数: 285千字 定价: 36.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换



众所周知，人是群居动物，没有任何人能够脱离群体生活，独自一个人自给自足，自己与自己交流。除非是在迫不得已的情况下独处，否则每个人都需要与他人进行交流与沟通。而语言作为人际沟通的主要工具，对于人际交往起到了重要的促进作用，也对于人们的生活起到了不容忽视的推动作用和重要影响。

关于好口才对人生的重要作用，著名成功学大师卡耐基曾说，“一个人的成功高达85%都取决于口才，只有15%取决于技术知识”。由此不难看出，是否拥有好口才，对于人的生活及事业发展的影响不容忽视。很多人都觉得说话是一件非常简单的事情，因为说话并不需要花费太多的力气，只要上下嘴唇一碰，就能说出好听的话来，甚至有些孩子刚刚过周岁就能学会说话。但是，当你对说话的研究越来越深入，就会发现说话既简单，又是最复杂和最困难的。即便是大名鼎鼎的外交家，也有可能因为说错一句话酿成大祸。古今中外因为说错话而导致惨败的人更是不在少数。与此相对的，也有很多人因为说话说得好，取得了人生的辉煌，创造了历史的奇迹。

要想把话说好，除了最基本的吐字清晰、辞能达意之外，还要注意把握说话的时机。很多时候，同样一句话在不同的时机说出来，效果完全不同；同时还要把握分寸，所谓言多必失并非无中生有，耸人听闻，很多时候说得太多真的会导致事与愿违。有的时候我们要侃侃而谈，有的时候则偏偏要反其道而行之，尽量闭口不言，保持缄默，也许反而能够达成心愿。总而言之，万事万物都处于不停的发展和变化之中，在这种情况下我们作为说话者也要与时俱进，



千万不要为了图一时的口舌之快而闯下大祸，更不要因为不合时宜地发表意见导致事与愿违。说话时还有很多种表达方式和修辞手法，不管是自嘲、赞美还是挖苦讽刺，也不管是比喻、拟人还是对比、对照，任何时候都不要牵强，唯有恰到好处，才能事半功倍。

朋友们，我们每个人在生活中都扮演着不同的角色，随着情境的转换和时间的推移，我们的角色也在与时俱进地改变着。我们一定要努力提升自己说话的能力，这样才能把话说到他人心里去，我们自己也才会因为拥有好口才，在激烈的竞争中脱颖而出。



第01章	初步认识口才——你也可以拥有好口才	001
	什么样的口才能称为好口才	002
	好口才，走向成功之门的金钥匙	004
	不断实践，让自己练就好好口才	006
	好口才，需说出让人舒心的话	009
	说话时，表情要恰到好处	011
	把话说得简洁明了，才能言简意赅	013
第02章	练好口才有魅力——六个小秘诀教会你	015
	只要用心，什么都能学得会	016
	勇敢地说，你才不会怯场	018
	别人能做到的，你也能做到	020
	牢记目标，才能不忘初心	021
	抓住每一个机会锻炼口才	023
	意念作用强大，相信才能成功	025
第03章	初次见面言语得体——一见如故也很容易	027
	尊重，是人与人交往的基础	028
	真诚寒暄，才能打开他人的心扉	029
	恰到好处的自我介绍，能给人留下好印象	031
	讲礼貌才能得到他人的以礼相待	033
	心与心之间，只差一个好话题	035



	沉默也是一种很好的表达	037
	攻心有术，才能赢得他人信任	039
第04章	善于提出好问题——问得好能无往不胜	041
	打破尴尬，何不巧妙反问	042
	问题要有意义，才能得到有效的答案	043
	层层推进，才能剥开洋葱	045
	模棱两可的问题，助你了解更多信息	047
	把握交谈主动性，让对方乖乖说“是”	049
	与其直截了当，不如迂回曲折	051
第05章	赞美的话不离口——善用赞美打动人心	053
	没有人会拒绝真诚的赞美	054
	凡事过犹不及，赞美也要适度	055
	雪中送炭式的赞美更能打动人心	057
	具体的赞美更生动，也更用心	059
	发自内心的赞美，助你俘获人心	060
	与众不同的赞美，才能让人怦然心动	062
第06章	察言观色巧攻心——要把话说到点子上	065
	细致观察，助你把握细节巧说话	066
	交谈要因人而异才能事半功倍	067
	针对不同性格的人，采取不同的交谈策略	069
	年龄是个分水岭，说话也要有讲究	071
	根据交谈对象的身份和地位，有的放矢	073
	好汉也提当年勇，把话说到他人心里去	075
第07章	学会巧妙说“不”字——拒绝的艺术你得懂	077
	拒绝未必要直截了当，也可采取迂回战术	078



委婉含蓄的表达，同样能够表明心意·····	080
言辞刻薄的拒绝得罪人，不如用温柔平和的语气·····	082
说“不”是你理所当然的权利·····	084
巧妙暗示，让对方知难而退·····	086
第08章 认真倾听懂心理——沉默比聒噪有力量·····	089
恰到好处的回应，才能起到画龙点睛的作用·····	090
适时回应，让诉说者感受到你的用心·····	092
用心倾听，才能听出醉翁之意不在酒·····	093
跳脱出来，客观倾听更公正·····	095
偏信则暗，兼听则明，千万不要一言堂·····	097
给耳朵装个过滤器，抓住重点是关键·····	099
第09章 会应对语言伤害——妙语化解矛盾尴尬·····	101
不想听的话，不如装作没听见·····	102
四两拨千斤，巧妙打偏对方的话题·····	103
偷梁换柱，转移话题才能减少冲突·····	105
自圆其说，质疑自然不攻自破·····	106
与其争辩，不如将错就错显真诚·····	108
大智若愚，让对方占点儿口舌便宜·····	110
第10章 言语中巧用修辞——张口不说“普通话”·····	113
比喻的修辞手法，让表达更生动·····	114
学会象征的手法，言有尽而意无穷·····	115
排比夸张，让你的话如同滔滔江水·····	117
一语双关，用心思量才能见真章·····	118
妙用成语典故，内里乾坤大挪移·····	120
对偶对照，高低之分当下见·····	122



第11章 会运用肢体语言——声情并茂的魅力很大	125
捕捉微妙表情，才能洞察他人心理	126
丰富的表情，更富有表达力和感染力	127
恰到好处的手势，让表达更具吸引力	129
恰到好处的装扮，好印象也能助交流	130
坐有坐相站有站相，让他人对你刮目相看	132
无意识的肢体语言，透露内心大秘密	134
第12章 要学会自我解嘲——自嘲拥有一种魔力	137
与其回避，不如直面缺点更勇敢	138
身处窘境，敢于自嘲才能摆脱尴尬	140
拒绝他人留足面子，贬低自己是王道	141
面对僵局，自嘲才能冰雪消融见欢笑	143
巧妙自嘲，给自己留有回旋的空间	145
旁敲侧击，以自嘲警醒他人	146
第13章 说话要富于幽默——一开口就赢得好感	149
故意曲解，气氛反而更加和谐融洽	150
民间俗语不可小觑，巧妙运用大有妙处	151
同音不同义，谐音语言妙处多	153
颠倒黑白巧幽默，欢声笑语不停声	154
不是相声演员也可以抖包袱	156
一针见血，幽默语言有的放矢	157
幽默不低俗，开玩笑也要把握好尺度	159
第14章 暖言关爱予长辈——父母欢喜倍感欣慰	161
爱要大声说出来，和长辈也要表达爱	162
家庭生活也需调味剂，妙言妙语有助力	163
好言好语暖人心，恶言恶语六月寒	165



善意的谎言表达爱，要识得好人心·····	167
父母用心良苦，要多多理解和包容·····	169
孝顺父母先关爱，赶走寂寞感欣慰·····	170
第15章 贴心言语话朋友——人脉圈子不费心机·····	173
叫出名字，瞬间拉近与他人距离·····	174
好朋友常联系，友谊之树才能常青·····	175
为朋友着想，一定要设身处地·····	177
作为团体的一员，千万不要任性而为·····	179
当好朋友的“垃圾桶”，为朋友守护秘密·····	180
朋友之间无高下，让朋友优越也无妨·····	182
第16章 控制好语气讲电话——先声夺人好感倍增·····	185
声音传情达意本领大，电话也能现笑容·····	186
接触之前先了解，有备无患交谈顺利·····	187
不可不知的电话礼仪，你知道吗·····	189
不要只给脸化妆，声音也要好好修饰·····	191
快言快语未必高效，把话说清楚才是王道·····	192
和谐交流，必须把握好说话的语气和腔调·····	194
第17章 腹中有物会演讲——出口成章震慑全场·····	197
当众说话不可怕，放松心情出口成章·····	198
演讲时语调抑扬，听众才能全情投入·····	200
精彩的演讲，离不开完美的首尾衔接·····	201
发生意外不慌张，冷静处理不冷场·····	203
充满真情的话语，才能打动人心·····	205
第18章 有求于人能服软——把握时机说服他人·····	207
适当示弱，反而是强者的表现·····	208



淡定平和，才能避免欲速不达	210
晓之以理动之以情，才能成功说服	211
结成同盟军，对方才会接受自己人	213
互惠心理，让你以退为进如愿以偿	215
旁敲侧击，让说服水到渠成	216
点将不如激将，你会用激将法吗	218
与其强迫，不如试试“戴高帽”的方法	220
将心比心，才能最大限度地打动人心	221
第19章 求职面试放轻松——进退有度赢得青睐	223
轻松面试，要无所畏惧地面对考官	224
不卑不亢，从容淡定讨价还价	226
走自己的路，让别人说去吧	228
条条大路通罗马，随机应变是王道	230
谨慎回答关于老东家的问题	231
与其纠结不安，不如保持中立避祸端	233
气场很重要，保持气场才有胜算	235
作足准备参加面试，胜算有把握水涨船高	237
第20章 职场立足有窍门——看人说话急智萌发	239
为领导出谋划策讲技巧，避免事与愿违	240
争辩没有意义，何苦还要相争	241
明哲保身，对老板的隐私绕道而行	243
空杯心态多请教，才能博得前辈好感	245
立足职场，流言蜚语碰不得	247
没有任何领导喜欢偏激执拗的下属	248
与其抱怨，不如努力提升自己	250
掌握技巧，给同事提意见不招烦	252
参考文献	254

初步认识口才——你也可以拥有好口才

现代社会，随着人际交往被提升到更高的地位，得到更多人的关注和重视，口才的地位也水涨船高，人们再也不会轻视“三寸不烂之舌”的重要作用，而是羡慕那些拥有好口才的人，甚至想要多多学习，努力提升自己，也拥有好口才。当然，在此之前我们必须充分认识口才，这样才能让自己的目标更加明确，让自己的努力找准方向，由此得到事半功倍的效果。



什么样的口才才能称为好口才

口才在现实生活中起着极其重要的作用：谈话需要口才，说服需要口才，求人办事需要口才，演讲需要口才，商务谈判需要口才，推销需要口才，幽默需要口才……总之，生活的方方面面都离不开口才。那么，好口才到底该用什么标准来衡量呢？或者说，什么样的口才才能被称之为好口才呢？

我们先看一下下面这个故事。

战国中期，秦国名将甘茂从秦国逃出后，准备到齐国去。出了函谷关，遇见苏代（苏秦的哥哥），说：“您听过江上女子的故事吗？”苏代说：“没听说过。”甘茂说：“在江上的众多女子中，有一个家贫无烛的女子。江上的女子们在一起商量，要把家贫无烛的女子赶走。家贫无烛的女子准备离去了，她对其他的女子们说，‘我因为家贫没有烛，所以常常先到，一到便打扫屋子、铺席子。你们何必爱惜照在四壁上的那一点余光呢？如果赐一点儿余光给我，对你们又有什么妨碍呢？我自认为对你们还是有用的，为什么一定要赶我走呢？’其他的女子们商量以后，认为她说得对，就把她留下来了。现在我由于没有才德，被秦国赶走，出了函谷关，愿意为您打扫屋子、铺席子，希望您不要把我赶走。”苏代说：“好，我将设法让齐国重用您。”

于是，苏代先西入关中游说秦王：“甘茂是个贤能之人，并不是一般人。他在秦国受到惠王、武王、昭王等几朝大王的重用。崤山、函谷关直至溪谷，秦国的险阻要冲，他无不了如指掌。万一他通过齐国，联合韩、魏，反过来图谋秦国，这就对秦国十分不利。”秦王说：“那可怎么办呢？”苏代说：“您



不如多备厚礼，以高位重金聘其回国。他要来了，把他软禁在槐谷，老死在那里，诸侯又凭什么图谋秦国呢？”秦王说：“好。”于是，秦王给甘茂以上卿的高位，拿了相印到齐国去迎接他。甘茂推辞不去。

苏代之后又到齐国，对齐王说：“甘茂是个贤能之人，眼下秦王给他上卿的高位，拿了相印去迎接他。但甘茂因为感激您齐王的恩德而不去秦国，其实他愿意做大王的臣子，如果不加以挽留他，他一定不会再感激大王。以甘茂之才，如果让他统帅强秦的军队，秦国对齐国来说可就难以对付了。”齐王认为他说的有道理，于是，拜甘茂为上卿，让他留在齐国。

甘茂凭借自己的能力和智慧成功说服苏代给予自己帮助，这就是好口才，好口才要动之以情、晓之以理；苏代能言善辩，通晓两国君主心思，巧妙安排，包装甘茂，让他摇身一变身居齐国高位，这就是好口才，好口才要直击人心、有理有据，一言一辞彰显智慧所在。甘茂和苏代的成功无不体现出一个人拥有好口才的强大力量！

中国有句俗语说，“一句话使人跳，一句话使人笑”。这句话足以体现口才的艺术。因此，只要你拥有好口才，说得让人觉得有道理、听着舒服，那么你就会赢得尊重、受到欢迎。好口才具有强大的魅力，那么究竟何为好口才呢？

1.好口才要体现它的工具价值

好口才是一门科学，更是一个工具，是人们交流思想的工具。任何思想、任何学识、任何发明和创造，都可以借助好口才这个工具来传播。可以说，好口才是最经济、最实用、最方便的传播工具，任何人都可以利用它。

2.传递的信息要有一定的道理

“有理走遍天下，无理寸步难行”。言之有理，才能说服人，才能够让别人接受你的观点。言辞的内容应该是正确、积极的；说出来的话语要对别人有裨益，要正确而积极。如果做不到这些，你还没能拥有好口才。

3.要有一定的逻辑性

说话时要简明扼要，富有逻辑性。啰唆是人们说话的一大禁忌，特别容易引起他人的反感。要学会用最简明的话，充分地表达你的意思。说话时还要注



意语言的逻辑性，不要反复说一个问题，或者毫无章法地乱说一通，这样会令他人摸不着头脑。

4.语言要有趣、情感丰富

说话要幽默、有趣，善于卖关子、抖包袱、设悬念、寓意深。巧妙曲解话语内涵，借力打力，于不动声色间改变语言的实际指向，使语言妙趣横生，增强语言的感染力。此外，说话时要赋有感情。由衷地说话，你的态度将会自动与你所说的内容相一致。由于你的话是发自内心的，它便具有了穿透力，因此很容易打动别人。

好口才才是人生的无价之宝，是生活的调味剂、事业的助推器、家庭的润滑剂，也是实现自我理想的凯旋曲。有了好口才，我们将能与人愉快地相处、轻松地工作、快乐地生活。

好口才，走向成功之门的金钥匙

卡耐基曾说，“好口才才是成功的快捷方式，这种能力会使一个人备受瞩目，鹤立鸡群。”从这句话我们可以看出，好口才对一个人的意义有多大。同样，在美国，几乎所有的中学生都信奉一句话，“未来的美国，是会说话的人的天下，让不会说话的人走开！”是的，“会说话能当钱花”，说话是维系人际关系的纽带，是获取成功的关键，好口才将决定你人生发展的方向，所以不会说话，也间接影响了你人生发展的高度。

有这样一个故事：

有一天，有一位国王微服私访，看见有一位编筐人边唱歌，边编筐。国王很好奇，于是走近他说道：“你真是好兴致！”

编筐人乐呵呵地说：“我一天编一只筐，养活全家9口人，不单能还债还能吃利息，所以觉得很快乐啊！”

国王更加好奇，于是追问：“一只筐怎么能养活9口人呢？还能还债、吃



利息？你是怎么做到的？”

“父母含辛茹苦地把我养大，我得赡养他们，这是债；我养育我的5个孩子，他们长大了来赡养我，这是利息；父母、孩子还有我和我的妻子，不正好9口人吗？我就是养活着这9口人啊！”编筐人说道。

国王听了编筐人的解释觉得他说话很有意思，就告诫他不要将刚才说的话告诉任何人，否则就会掉脑袋。

国王回去后就问手下的12个大臣：“一个编筐人，每天只编一只筐却能养活9口人，既能还债还能吃利息，这是为什么呢？”堂下大臣无人能答。

国王说：“谁能回答这个问题，谁就能做宰相。”

12个大臣，心急如焚，但就是百思不得其解。被逼无奈之下，其中一个大臣找到了那位编筐人，给了他1000金币向他索要答案，于是编筐人告诉了他。

国王断定是编筐人透露了问题答案，所以将编筐人逮来，意欲将其杀掉。国王愤怒地问：“我跟你说过，除了当着我的面，否则任何时候都不准把答案告诉他人，你为什么要食言？”编筐人解释道：“我就是当着您的面说的呀，而且说了1000次。”于是便将得到的金币拿出来，说道：“您看，一次，两次，三次……”原来这些金币上都印着国王的头像。

国王听了很是高兴，便让编筐人做了宰相。

看完这个故事，我们应该明白，如果没有好口才，编筐人所说的话就不会令国王感兴趣；如果没有好口才，编筐人就会失去因失去“信誉”而惨遭杀害；如果没有好口才，编筐人就不会成为一国的宰相。好口才成就了编筐人的一生，为他带来了好前途。至此，相信大家终于明白为什么说好口才是打开成功之门的金钥匙了。

说话不仅是人们日常生活之必需，也是直接影响个人人生成败的重要因素。生意场上有“金口玉言，利益攸关”之说；工作场合有“一言定乾坤”之说；生活中有“一言既出，驷马难追”之说。可见，在现代社会中，是否能说，是否会说，确实影响着一个人处世的成败与得失。

无论如何，要想成功，想出人头地，除了应具备专业能力，必须有好的口才。口才已经成为成功的强有力支持，口才的好坏直接影响着一个人一生的生



活优势及事业成败。好口才可以助你变危机为转机，化劣势为优势，也就是说好口才就是成功的敲门砖。

那么，具体来说，好口才到底能为我们带来什么呢？

1.好口才才能带来好机遇

机会来了，有的人沉默，不敢争取；有的人舌战群雄，全力把握。这就是差距。沉默的人只能看着机会被人抢走，而口才绝佳的人总能在一言一语中顺利抓住机遇。朋友们，如果你不敢开口，即便机会送到你面前，属于你的机会也会被人抢走，你不觉得这样很可惜吗？

2.好口才让你的事业发展更为顺利

事业的成功与失败，往往决定于某一次谈话。在富兰克林的自传中，有这样一段话，“说话和事业的发展有很大的关系，你出言不慎，将不可能获得别人的合作，别人的帮助。”这是千真万确的！所以，你想获得事业的成功，必须具有能够应对的好口才。

3.好口才才能给你带来好的人际关系

好口才才能给人愉悦感，从而使我们获得他人的尊敬；可以使相互熟识的人情更浓、爱更深；可以使陌生的人相互产生好感，结下友谊；可以使意见分歧的人互相理解，消除矛盾；可以使彼此怨恨的人化干戈为玉帛，友好相处。所以说，好的口才就是好的人际关系的保障。

在一个人的一生中，拥有好口才，就可以充分利用自己的语言交际能力来说服他人，使自己的人生道路更顺利。拥有好口才的人，能使许多陌生人走到一起，携手共进；能使许多志趣各异、性格有别的人互相了解，彼此之间沟通顺畅。好口才才能成就一个人，是我们走向成功的一把金钥匙。

不断实践，让自己练就好好口才

我国著名的现代诗人闻一多先生，也是一名出色的演讲家。他的演讲之