

女人在 149 种场合下的谈话艺术与办事技巧

一个会说话的女人，她的口才、语气、表情、姿态等
都在体现着一种艺术的美感，她会是众人关注的焦点和亮点。
可以说，女人的温柔、善良、睿智、才情，
都是通过说话中的语气表现出来的。

好女人会说话

献给情窦初开的青涩女和享受浪漫的恋爱女

李 琴◎主编



Haoniren
huishuohua

女人说话的同时就一直在展现
她的声音美和口才美

中国物资出版社

好女人会说话

李琴

中国物资出版社

目 录

前言.....	9
第一章 做一个会说话的女人.....	11
一、“说话”是在全方位地展示自己.....	11
1.说话中的声调和音色之美	11
2.说话中的气息之美	12
3.说话中的表情和动作之美	13
4.说话中的口才之美	15
二、说话能揭示一个人的态度与修养.....	16
1.闻其声，断其人	16
2.言谈是第一印象的关键点	17
3.不同的语气能产生截然不同的效果	19
4.怎样注意自己语言的礼貌	21
5.说话的姿态	22
三、从说话中窥视你的灵魂.....	24
1.你会说话吗	24
2.别人不愿和你说话有原因	26
3.怎样说话让人爱听	27
4.巧用语气是关键	29
四、好口才益处多.....	31
1.好口才的女人有人缘	31
2.男人喜欢善解人意的女人	32
3.有“礼”说遍天下	34
第二章 品读各地女人说话的魅力.....	36
一、华北地区的女人们.....	36

1.北京女人说话直率大气	36
2.天津女人说话野性质朴	38
3.太原女人说话爽直利落	39
4.内蒙古女人说话宽容和顺	40
二、东北地区的女人们.....	41
1.沈阳女人说话充满豪情	41
2.大连女人说话粗放干练	43
3.哈尔滨女人说话如同烈酒	44
三、华东地区的女人们.....	45
1.上海女人说话精细优雅	46
2.南京女人说话朴实中庸	47
3.苏杭女人说话贤淑睿智	48
4.福州女人说话慵懒随意	50
5.济南女人说话直率豁达	51
四、中南地区的女人们.....	52
1.郑州女人说话别具一格的泼辣	52
2.武汉女人说话泼辣精细	53
3.长沙女人说话火辣热情	55
4.广州女人说话变通实在	56
5.南宁女人说话精明细腻	57
五、西南地区的女人们.....	58
1.重庆女人说话耿直率真	58
2.成都女人说话温柔委婉	59
3.昆明女人说话憨厚朴实	60
4.拉萨女人说话朴实厚道	62
六、西北地区的女人们.....	63
1.西安女人说话精明真诚	63
2.兰州女人说话简单热情	64
3.西宁女人说话大大咧咧	65

4.乌鲁木齐女人说话爽朗豪放	66
七、港澳台的女人们.....	66
1.香港女人说话自信体贴	67
2.澳门女人说话优越感十足	68
3.台湾女人说话西化妩媚	69
第三章 女人说话魅力养成法.....	71
一、生活中的说话技巧.....	71
1.懂得如何化敌为友	71
2.懂得应付别人的讥讽	72
3.学会保护别人的面子	73
4.用好的口才改变不好的气氛	74
5.学会转换话题很重要	75
6.言语模糊可以巧过难关	76
7.道别也需好口才	78
二、为人处世的说话技巧.....	79
1.不言而喻有奇效	79
2.有时需要装糊涂	81
3.无往不胜的赞美	82
4.教你怎样巧解妙答	83
5.面对诘难有妙招	84
6.立刻说出对方名字是一种能力	85
7.说服他人有绝招	86
三、推销时的说话技巧.....	88
1.让对方注意你的言谈	88
2.说话要因人而异	89
3.学会转变对方的意志	90
4.装不懂很有效	91
5.说服顾客做出决定	93
6.用言谈巧妙地拉住顾客	94

7.怎样打消顾客的疑虑	95
8.曲线推销的方法	97
9.注意你说话的语气	98
四、谈判时的说话技巧.....	99
1.学会坦诚	100
2.给自己断后路	101
3.声东击西	102
4.尝试劝诱	103
5.打探对方虚实	104
6.吹毛求疵未尝不可	105
7.给自己设定谈判禁区	106
五、争辩时的说话技巧.....	107
1.夸张的辩论	108
2.比喻论证	109
3.曲解原意	110
4.戏谑的辩论	110
5.比喻和讽刺	111
6.故作否定	112
7.以谬制谬	113
六、演讲发言时的说话技巧.....	114
1.首先要让听众安静下来	115
2.吸引注意力的妙法	116
3.饱含情感的演讲	117
4.要懂得抓住听众的心理	118
5.懂得与听众互动	119
第四章 巧用语气，让你谈吐优雅.....	122
一、不同场合需要不同的语气.....	122
1.接打电话语气很重要	122
2.办公室里的语言艺术	124

3.在工作的饭局上如何说话	126
4.私人聚会的言谈	127
5.私密时刻该怎样说话	129
6.教你购物杀价法	130
7.面试答词中的口才	132
8.获奖致辞时该怎么说话	133
二、不同对象，语气也要不同.....	135
1.和丈夫说话也有原则可讲	135
2.面对上司的口才	136
3.面对下属的口才	137
4.面对竞争对手的口才	138
5.面对你讨厌的人的口才	140
6.学会和陌生人说话	141
7.面对外国友人的口才	142
三、不同年龄层的.....	143
1.年轻女人可爱内敛的语气	143
2.成熟女人聪慧的语气	145
3.未婚女人真实自然的语气	146
4.已婚女人睿智隐忍的语气	149
第五章 女人说话加分的“必杀技。”	151
一、把握好说话的分寸.....	151
1.懂得选择适当的话题	151
2.把话说得滴水不漏	152
3.祸从口出，管好自己的嘴	153
二、注意你的语言风格.....	155
1.什么样的风格适合你	155
2.怎样才能加强个人化的风格	156
3.培养出你独特的风格	157
4.语气也有气质之分	158

5.控制好说话的节奏	159
三、机智是说话魅力的闪光点.....	160
1.说话时的机智巧妙	161
2.说话时的断定暗示	162
3.说话时的妙语解困	163
4.说话时的随机应变	164
5.说话时的出其不意	165
6.说话时的巧换概念	166
四、风趣是说话魅力的翅膀.....	167
1.不可或缺的幽默	167
2.随时随地的幽默	168
3.消除烦恼的口才	169
4.笑话是加分的好方法	170
5.在严肃话题中插播你的幽默	171
6.诡辩中的幽默	172
五、真诚是说话魅力的吸铁石.....	173
1.学会形象说明	173
2.懂得客观准确地说话	174
3.善于自嘲	176
4.学会安慰别人	177
第六章 怎样在交谈中征服男人.....	178
一、声音是征服男人的重要武器.....	178
1.男人是音色爱好者	178
2.避免声音过于尖锐或干练	179
3.自然柔美的声音是最好的催情剂	180
二、男人喜欢的女人语气类型.....	181
1.柔和的语气	181
2.亲切的语气	183
3.甜美的语气	184

4.委婉的语气	186
三、巧用说话语气吸引男人的注意.....	187
1.谈恋爱说话技巧：用柔柔的昵称套牢他的心	187
2.动听声音的一些技巧	189
3.回归的声音穿透男人的柔情	192
四、说话时的整体感觉是征服他的关键.....	193
1.微笑，最美的表情	193
2.肢体语言，女人的魅力电波	194
3.语气词的运用	196
五、与男人怎样交谈.....	197
1.女人撒娇，要娇得妩媚	197
2.吵架也要讲究收放自如的艺术	198
3.懂得听男人诉说	200
4.诠释聪明女人的爱情禁语	201
5.枕边耳语能杀死人	203
6.赞美可以赢得男人的欢心	205
7.不要用命令的口气“指挥”男人	206

前言

人与人接触、联系、交往，离不开语言。列宁说过，语言是一种极其重要的人类交际手段。语言在大多数情况下能调节人们的行为，激发美的情绪。而语言应用最多的地方就是说话。

常言道：“良言一句三冬暖。”可见，说出一句恰如其分的话能起多么大的作用。尤其对于女性而言，说话是你的风度、气质和优雅的一种重要表现。可以说，一个人在说话的同时也在展现着她的声音美和口才美。因此，人们往往在你说话的同时，已经从多个方面对你做出了评价。你的口才体现着你的修养和内涵，你的声音则如同古希腊名医伽林说的：“声音可以反映出一个人的灵魂。”

更重要的是，女人会说话，掌握语气表达技巧，善于沟通，会让她在恋爱中如鱼得水，在工作中建立融洽的关系，在生活中左右逢源，增添魅力、人缘与亲和力。

一个会说话的女人，她的口才、语气、表情、姿态等都会体现出一种艺术的美感，她会是众人关注的焦点和亮点。可以说，女人的温柔、善良、睿智、才情，都是通过说话表现出来的。

怎样才能成为一个会说话的女人呢？中国地大物博，人口众多。各地的人文、地理各有不同，这也就造就了每个地区的女人性格的不同，以及她们说话的整体感觉和语气的不同。可以说，各地的女人说话各有特色，可谓“花开百朵，各有千秋”。

本书通过对中国不同城市女性说话亮点的分析，加上对不同场合、不同情况的实际说话技巧的讲解，如同为你量身定做般剖析、解说说话技巧的提高方法。

科学家福科曾说，我们经常原谅那些无趣的人，但我们无法原谅别人觉得我们无趣。而柏拉图也说，大多数的人都是声色的爱好者，喜欢美的声调、美的色彩、美的形状以及一切由此而组成的艺术作品。

由此可见，口才好、声音美，已经成为人们评价一个人的重要因素。通过本书学会巧妙地运用口才、声音和语气之后，你也将成为别人关注的焦点和亮点。

编者

2009 年 1 月

第一章 做一个会说话的女人

会说话不仅仅是指你自认为能言善辩，还包括别人对你最客观和真实的评价。

一、“说话”是在全方位地展示自己

一个人在说话的同时也在展现着她的声调、音色、气息、表情、动作和口才，因此，人们往往在你说话的同时，已经从多个方面对你做出了评价。

1.说话中的声调和音色之美

汉语是有声调的。简单来说，声调就是音节的高低升降形式。就好比，大家都知道，男女说话的声调是不一样的，男人的声音粗而低，女人的声音则细而高，这就是声调的升降形式。

人们往往会有这种感觉，那就是女性的声音听起来较男性的声音更清楚，而男性的声音则会让人出现幻听现象。为什么会出现这种情况呢？英国科学家亨特研究发现，原来大脑在对待男性声音和女性声音时，反应的区域是不同的。这个发现也同时解释了为什么人们通常在听男性说话时会产生幻听现象。亨特还解释说，正是因为女性对韵律使用的增加，或对亲切悦耳的语言使用的增加，使得女性的声音更为复杂。声音的这些性质与音调无关，而是与振动和声波的频率有关。

所以说，声音造就了你的“听觉面孔”，它能够传达重要的情感和身份信息。大脑在听到声音时让人无须看到说话者本人仅仅通过声音就能判断出说话者的外貌特征。我们能够感知声音中的这些副语言信息，这种能力的神经基础是什么？科学家也知之甚少，不过最近的研究认为，不同类型的声音信息由大脑中不同的路径处理，跟大脑对面孔感知的方式相似。

声音中含有重要的“不变的”或者“静态的”身份信息，比如音质，这是直接由年龄、性别等身体因素决定的。另外也含有“动态的”信息，比如说话方式

和口音，这是由说话者所在的地区以及社会地位决定的。不同的地区有不同的口音，一旦某个人离开那一地区，他的口音就有可能改变，一个社会地位高的人说话一般不会那么大嗓门。当听到某人说话时，即使没有看到本人，也能听出说话者是男性还是女性，是年轻人还是年长者。人们甚至能从声音中听出说话者的身高、体重、种族和心理特征，比如这个人是不是可信任等。

研究表明，温柔的声音是人类最美妙、最动听的声音。古人云：“有理不在声高”也说明大嗓门往往是不被人喜欢的。在生活中，凶悍的、高调的声音不可能是美的，它往往给人留下极其恶劣的印象。有教养的女性是不会高声说话的，在生活中也很少出现泼妇式的吵闹。为了保持温柔的形象，很多女演员都做了声带手术，就是为了避免出现声嘶力竭的高调。

此外，有感情、有柔情的声音也是很美、很悦耳的。富有感情、声调低，对女人而言就是轻柔，对男人而言就是低沉有力。在美国，一些政府要员、公司主管等人员是要参加声音培训的，而培训的重点强调降低声调。声音的力量是和音调的大小成反比的。我们见过许多吵吵闹闹的场合，管理人员越是大声，吵闹声或是依旧或是越来越大。而学校里的班主任，结束吵闹场面时大多用的是沉默，吵嚷不久自然就会安静下来，而这时能镇住、控制场面的是低调的声音。女人低而柔的声音有无限的魅力，因听声音而喜欢对方的大有人在。低而柔是淑女声音美的重要因素。

都说女人柔美的音色是酒，芳香四溢、沁人心脾；女人低沉的说话声调是琴，赏心悦耳、余音绕梁。因此，女人与他人交谈时一定要注意自身说话的音色和声调。即便有些谈话虽然在内容上没有独到的、吸引人的地方，但说话者那动人的声音、柔和的语调，却使人觉得是一种享受。

2.说话中的气息之美

大凡人身上都有一股气，也有人称这种气为味道。各人的气不同，散发的力度也不同，有的人清淡，有的人浓郁。

女人的气息，别有一番风味儿，是这世界上一道绝不可缺的美丽而又赏心悦目的风景。女人的气息分有形与无形、内在与表象多种。

小其的朋友总喜欢凑近她的脸，嬉笑着、使劲嗅吸着她呼出的气息，说是挺

好闻的，有一股荸荠的清香，小其还因此常常感到害羞，其实她哪里知道，这就是她的气息之美。

气息除去那些无形的美丽点，还包括一些有形的感官元素。包括姣好的容貌、磁性的声音、好看的肤色、凹凸有致的身材、淡淡清香的体味、光洁的肌肤等。有形的气息，在女人的音容笑貌和一举手一投足中散发着，它是女人重要的资本。

爱美的女人一定要注重自己的有形气息。苏苏读书的时候，常常去参加学校里周末举行的舞会。舞会上，会有认识的不认识的男生来邀舞。一次，苏苏和一个外系的男生一起跳舞，当两人贴得比较近的时候，苏苏明显地嗅到那个男生口腔里呼出的有着异味的气息，苏苏立马有说不出的难受，这一支舞也跳得特别的漫长。从此，苏苏明白了，千万不要让自己邋遢，特别是要保持自己气息的清爽，那是对别人的尊重，也是对自己形象的保护。

上面说的是有形的气息，现在再谈谈无形的气息。其实，无形的、内在的女人气息，就是指女人丰富的知识、高尚的人品、善良的本性、如水的柔情、浓浓的爱意和聪明智慧。

这其中，柔情是女人最有力的武器，女人本身也最经不住柔情的袭击。梁凤仪说过：“女人最懦弱的时刻，永远是面对真情之际。”此时，女人坚定的意志，会面临最大的挑战，会力不从心地愿意屈服投降。对方短短的一句真情告白，已让我们不能自己了。

苏苏一个魅力常驻的忘年交曾经告诫她：“女人，气息常常比美丑更能起到决定性的作用。”你们一次近距离的交谈、一次近距离的接触、一次耳鬓厮磨的机会，会让他很真切地感受到你的气息，而这一次感受的美好与否，也许就决定着你们之后关系的发展。靠自己，就要学会做柔情似水的情调女人，做由内而外散发文化气息的高品位女人。要打扮自己，充实自己，自我欣赏。

因此，做一个拥有无形和有形双重气息的美丽女人才是最最迷人和惹人爱的，她们所到之处皆受人欢迎喜爱追捧，这就是说话中气息之美的重要和厉害。

3.说话中的表情和动作之美

据美国《华盛顿邮报》报道，美国夏威夷大学的心理系教授埃莱妮·哈特菲尔德及她的同事经过研究发现，包括喜怒哀乐在内的所有情绪都可以在极短的时

间内从一个人“感染”给另一个人，这种感染力速度之快甚至超过一眨眼的工夫，而当事人也许并未察觉到这种情绪的蔓延。

研究人员称，关键是情绪接收方要懂得如何排除负面情绪的影响，尽量只接收好的情绪。研究显示，情绪的感染是一种基本的本能，在人们交谈时，每个人都会下意识地效仿另一个人的面部表情、动作姿势、身体语言以及说话的节奏等。

芝加哥大学社会神经科学中心的心理教授约翰·卡西奥普解释说：“一个人的面部表情越真诚，他的表达能力越强，就会越吸引他人去效仿。人类面部及体内的肌肉纤维可以在人无意识的情况下被激活，你还没有察觉到的时候就已经开始去效仿别人的情绪了，而这种效仿的能力要比你去率先流露这种情绪更容易。”

研究人员请一些志愿者在 30 毫秒的时间内观看一些有欢乐或愤怒表情图片，在看完前者之后立即让他们看表情中立的图片，结果显示志愿者开始明显表现出刚才看过的图片上的情绪。

哈特菲尔德说，图片中的表情可以刺激志愿者大脑中相同的神经元，就好像志愿者也体会到了相同的情绪一样。一般情况下，当一个人感到高兴时，他的大脑就会向嘴发出笑的信息，而实际上逆向的活动也存在，即当一个人和一个快乐的伙伴在一起时，促使其发出笑容的面部肌肉也会向大脑传达信息，让他感觉快乐。

研究人员称，上述发现对提高工作效率有益，例如一个团队的领导人心情不错，团队的成员也会被感染，大家的默契程度会提高，做起工作来也更得心应手。而在关系密切的人之间，例如家人和恋人，这种情绪的感染会更明显。

研究还显示，那些心直口快、心里藏不住秘密的人更容易把自己的情绪感染给他人，因为他们表达这种情绪的能力更强。另外，内心较为脆弱的人则更容易接收他人的情绪。

研究人员认为，负面的情绪也许比正面的情绪更容易传染，因为接收情绪的人会努力去安抚释放情绪的人，这使得这种情绪更容易蔓延。

其实，我们在现实生活中也会发现，加入我们和朋友之间的交流，并且配上有趣的动作和可爱的表情，是不是能令当时的气氛更加轻松和富有人情味呢？这就表明，说话时的表情和动作往往能起到意想不到的好作用。当气氛尴尬或是冷场时，运用你的表情和动作之美常常能令你在别人心中加不少分哦。

另外提醒一下，可爱一族的表情一定是这样的：眼睛必须睁得很大很无辜，嘴巴一定要无时无刻不是在撅起，似乎等着被亲吻的感觉。此外，可爱一族的女生还要经常有眨眼睛的表情。想要让自己成为更吸引人的女人，就一定要学学这些说话时的表情和小动作哦。

4.说话中的口才之美

优雅的声音能释放女人高雅脱俗的内在精神气质和修养，使女人的魅力得以完全展现，是一种能量，一种吸引力。优雅的声音，像磁场感应，达到“不见其人，只闻其声”便能产生好感的效果。那么，如何培养女人优雅的声音、高雅的谈吐呢？

第一，做到温婉柔美。古人说：有理不在声高。温柔的声音，娓娓动听，如高山流水的音乐，美妙绝伦；如林中清脆的鸟声，悦耳动听；如飘逸流香的美酒，沁人心脾。温柔的声音是世界上最美丽动听的音乐，令人陶醉。

第二，文雅得体很重要。女人文雅的谈吐，是女人聪明、教养、才智的体现。一个美丽的女人，讲出满口粗俗的话，一定令人失望；一个既不美丽又满口脏话的女人，到哪里都会令人反感。优雅得体的言谈要注意说话的语速、语气、语调，说话的内容要注意场合，切忌在公众场合高谈阔论、手舞足蹈。女人讲话可以适当使用肢体语言，但是过多的动作就会适得其反。

第三，温情感性是男人的最爱。有感情的声音如一缕阳光，感动男人们的情怀；饱含温情的声音，如一缕春风，温暖男人们的胸怀。发挥女人与生俱来、柔情似水的天性，去制造声音抑扬顿挫、欲言又止的磁场，在磁场里，女人的感性将成为一个被关注的焦点，产生强大的磁力。

第四，伶俐敏捷是机智的表现。女人说话一般不宜咄咄逼人，不与他人唇枪舌剑，但是并不意味着女人就应该忍气吞声，没有反驳与辩解的权利。女人发挥才思敏捷的本事，说话有条不紊，有胆量、有胆识地应答如流，到哪里都会受欢迎。

第五，幽默风趣能很好地展示你的好口才。无论是男人还是女人，富有幽默感的语言都能使他/她备受欢迎。男人的幽默感可以夸张诙谐，女人的幽默感则可以俏皮风趣，如跳跃的音符，俏皮活泼。做一个风趣的女人远远比做一个木讷、

古板的女人来得开心。

第六，谦虚礼让是一种好修养。女人言谈举止落落大方，讲话文明，能耐心倾听他人讲话，不随意打断，不随便接话。所谓“满招损，谦受益”，能干又谦虚的女人体现出她有良好的修养，有修养的女人才能得到更多人的尊重。

第七，高雅情趣是口才的最高境界。高雅是一种艺术，女人的声音不一定好听，但一定要艺术，有些女人沙哑的声音也能制造出磁场来。优雅女人知道该说的话，不该说的话不说。说话像泼妇骂街、唠唠叨叨、道人闲话、说三道四、粗俗不堪的女人只会令人厌倦。

二、说话能揭示一个人的态度与修养

说话是女人风度、气质和优雅的表现。女人的谈吐除了讲话的内容外，讲话的姿态、表情、语速、声调等都体现一种艺术。

1. 闻其声，断其人

古希腊有位名叫伽林的医生说过：“声音可以反映出一个人的灵魂。”因此，在《红楼梦》中，初入贾府的林黛玉能从凤姐的声音中判断出凤姐的性格和为人，这就是因为凤姐的说话方式和语气泄露了她灵魂的秘密。

人们在交往中特别重视自己给别人的“第一印象”，给人的第一印象好，大家打起交道来心情愉快，事情也会办得更顺利。可是你是否注意到，你给别人的第一印象，往往在你们见面之前就已经存在了。

比如说，出于礼貌，人们在见面前经常会通过电话约定见面的时间、地点等细节，所以你的第一印象已经通过你的声音传给对方了，可以说你的电话形象是你给对方的第一张“名片”。

虽然你不是故意的，但你可能在第一次的电话交谈中已经给人留下了不太好的印象，这可能仅仅是因为你在电话里的声音让人听上去很不舒服。可能有这样的情况，通过一次电话交谈你对某人产生一种印象，后来你见到了那位先生，却发现你对他的印象纯粹是错误的。

电话形象是人们在电话使用时的种种外在表现，是个人形象的重要组成部分。