



THE ART OF
TELLING LIES
升级版
★★★★★

别让不会说话 害了你

一本不可不看的人际沟通实用智慧书



学会赞美和沟通，适当运用善意的谎言，
将会使你在人生的道路上少走许多弯路，更加游刃有余。

姚 姚◎著



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局



别让不会说话
害了你

THE ART OF
TELLING LIES

姚 姚◎著



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

别让不会说话害了你 (升级版) / 姚姚著. — 北京: 北京时代华文书局, 2014. 4
ISBN 978-7-80769-563-9

I. ①别… II. ①姚… III. ①语言艺术—通俗读物
IV. ①H019-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 062529 号

北京市版权著作权合同登记字: 01-2013-8172

本书中文简体版权由就是文化有限公司授权, 同意由北京时代华文书局出版。非经书面同意, 不得以任何形式任意复制、转载。

别让不会说话害了你 (升级版)

姚姚 / 著

出版人 田海明 周殿富

责任编辑 梁静 装帧设计 新艺书文化 王艾迪

出版 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>
北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>
北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼 邮编: 100011

发行 北京时代华文书局图书发行部 (010) 64267120 64267397
印制 北京鹏润伟业印刷有限公司 (010) 80261198

规格 880mm×1230mm 1/32

印张 8

字数 182 千字

版次 2014 年 7 月第 1 版 2014 年 7 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-80769-563-9

定价 29.80 元

※ 如发现因印装质量影响阅读, 请与印刷厂联系调换 ※ 版权所有 侵权必究

说话的艺术

语言是沟通的桥梁，语言是情感的传声筒，语言是传授知识技能的工具，语言是人际交往的载体。但在现实生活中，你能熟练地驾驭自己的语言吗？

有人认为，只要是没有语言障碍的人士，都能熟练使用语言来进行表达，相互沟通。但在实际工作生活中，许多人发觉，到了关键时刻，比如面对暗恋多年的人表达自己的情感，或者向上司表达晋升或加薪的愿望，又或者面对跟进已久的客户，想让他下定决心购买产品时，就会感觉到脑袋空空、词汇贫乏，不知该如何去表达。甚至在与身边的亲友沟通时，也会因表达不当导致误解和不快。上帝赐给我们语言表达的功能，却没教给我们说话的技巧。说话的天赋并非完全来自先天遗传，更在于人的修养和阅历。

如何才能成为会说话的人？这就涉及语言表达时的语态、神情、肢体动作、技巧等。其核心在于选择恰当的时机、对恰当的人、说出恰当的话，进而营造良好的交流氛围，展示语言表达的艺术。

常言道“一句话说得人笑，一句话说得人跳”，同样的语言可能

产生截然不同的效果。

一位不擅交际的宅女应邀参加一位朋友的婚礼，这位朋友是第二次婚姻。在婚礼宴会上，她端着酒杯上前，微笑着对新郎新娘说道：

“恭喜两位新婚之喜，我祝你们不离不弃，白头到老。”两位新人听了颇为尴尬，旁边一位朋友忙过来打圆场：“这位小姐的意思是说，祝贺你们有情人终成眷属，愿你们的情感伴随着岁月而永恒。”一席话说得两位新人心花怒放。

这位宅女的祝贺词为什么会导致对方的尴尬，而另一位却赢得一片欢呼呢？语言的表达离不开具体的场景和对象，语言高手应当学会揣摩对方的心理，将话说到对方的心坎上。

有两位领导招聘秘书，他们问应聘者同一个问题：“你想成为什么样的人？”应聘者回答到：“我想成为领导想要的人！”结果领导大悦，立即录用了他。另一位领导听到相同的回答后，当即淘汰了他。同样的问题，同样的答案，为什么结果会截然不同呢？因为，第一位领导是政府领导，他选用秘书的首要条件是忠诚和服从；第二位领导是企业领导，他选用秘书的标准是必须有自己的想法。

一个说话讲究艺术的人说出的话，常常理切、辞精、褒贬有节、进退有余地，可陶冶他人之情操，可以体现个人的雄才大略，更可以提高个人的社会地位。一句恰到好处的话，可以改变一个人的命运；一句不得体的话，也可以毁掉一个人的一生。因此，能否把握说话的技巧，对其人生成败是至关重要的。

要想提升自己的说话的水平，我们就要学习面对不同的谈话对象、不同的谈话场合，能够随机应变的语言技巧。在与人交谈中，掌

握得体的词汇用语，不仅能够用话语攻心，牵着对方的鼻子走，还要能够四两拨千斤的拒绝他人的要求……

除了培养说的能力以外，还要掌握跟说密切相关的能力，如观察能力、说话时机的把握、听出言外之意、学会倾听等等。实际上，看看我们周围那些伶牙俐齿者，你不难发现她们大多都是知识丰富、了解人情世故的人。他们在人际交往中，不俗不媚、宽容随和、通情达理的谈话方式，无论何时何地都是广受欢迎的。即便是批评，由于他们采取了有效的谈话技巧，也因此更容易让对方接受。

本书用精练的语言、睿智的话语、全新的理念，将理论与实践相结合，深入浅出地揭示了胜人一筹的说话本领，是一本内容全面、技巧丰富、方法实用的说话技巧工具书。

你想成为人生的主人，走向成功的彼岸吗？你想让自己在事业上能披荆斩棘，到达成功的顶峰吗？那就从翻开本书开始，成为语言的主人，让懂得说话技巧与处世智慧的你能轻松地驾驭生活，获得属于自己的辉煌。

CONTENTS

目 录

前 言 说话的艺术

第一章 工作中，会说话让你更轻松

会干的不如会说的，想在工作游刃有余、出人头地，虽然能力加勤奋很重要，但会说话更重要，它能让你工作起来更轻松，并且可能帮助你加薪、升职。

1. 学会隐藏自己的底牌 003
2. 正当的“空白” 007
3. 不能说的薪酬 011
4. 遭遇排挤，巧妙“自救” 015
5. 用上司的眼光“塑造”自己 019
6. 借势扬名的奥妙 024

7. 学会自我保护 028
8. 迂回取得胜利 033
9. 声东击西, 巧妙取胜 038
10. 离职要注意“好聚好散” 042

第二章 职场中, 会说话能大展宏图

职场如战场, 没有足够的智慧和勇气, 你很容易成为阴谋的受害者。如果你想刷新你的职场人生, 那么就一定要掌握其中的生存之道, 与人说话时一定要掌握分寸。

1. “面具”一定要戴完整 049
2. 给个台阶让你下 053
3. 我不是病猫 057
4. 远离战争, 不要当炮灰 062
5. 直率让人头疼 067
6. 击破职场冷暴力 072
7. 拒绝别人时不说“不” 076

8. 制造出来的绯闻 080
9. 求人办事的学问 085
10. 机会也需要设计 090

第四章

第三章 社交中，会说话可游刃有余

如何妙语如花，做一个社交高手？偶尔的幽默和善意谎言不仅不会让人产生不信任和怀疑，相反的，更能淡化冲突，助长友谊，润滑社交中的各种纠葛和摩擦。

1. 帮你来做挡箭牌 097
2. 我的礼物是说“好话” 101
3. 谁是职场“开心果”？ 105
4. 用谎言为朋友牵红线 110
5. 顺水推舟也劝人 115
6. 选准赞美点，言半功倍 120
7. 只是为了不伤害 125
8. 陌生人攻略 130

9. 和气最可贵 135

10. 你的谎言我相信 140

第四章 爱情中，会说话更有魅力

第三段

爱情中的甜言蜜语是女人最好的“滋养品”，只要男人献上甜蜜的奉承，女人永远心花怒放。会说话的女人很聪明，即使不是大美女，依然能抓住男人的心……

1. 加盐的咖啡 147

2. 女人最好的滋养品 151

3. 我不介意你的荷包 156

4. 大家一起来装傻 160

5. 和难缠男友说再见 165

6. 用谎言抚平伤痕 169

7. 夹心饼干甜乳酪 174

8. 先生的电话未开机 179

9. 骗出来的作家 184

10. 在谎言中分分合合 189

第五章 生活中，会说话是一门艺术

一句恰到好处的话，可以改变一个人的命运；一句不得体的话，也可以毁掉一个人的一生。说学会赞美和沟通，适当运用善意的谎言，将会使你在人生的道路上少走许多弯路，更快走向成功。

1. 谁是最会说话的人 195
2. 说好话的游戏规则 200
3. 用谎言来测谎 205
4. 不要追求所谓的完美 209
5. 在数字上做文章 213
6. 面对孩子，你会怎么说？ 217
7. 包含他人观点的话更可信 222
8. 利用时间的转移 227
9. 让对方的味觉混乱 232
10. 专家的话更有说服力 236

第一章

工作中，会说话让你更轻松

会干的不如会说的，想在工作游刃有余、出人头地，虽然能力加勤奋很重要，但会说话更重要，它能让你工作起来更轻松，并且可能帮助你加薪、升职。

学会隐藏自己的底牌

在职场上，每个人都有自己的秘密：感情状况、和上级的关系、和客户公司的私下交情……这些底牌一旦被掀开了，轻则破坏工作氛围，重则让别人抓住可乘之机，为自己的职业生涯带来危机。

面对别人的好奇，随口编几句假话，并不是隐藏秘密的好方法。我们要做的是，用“烟幕弹”来完美掩盖自己的底牌……



优优公司新进了一名职员——大学刚毕业的爱伦，爱伦热情、活泼，很快就和大家打成一片，工作之余常和优优逛街，吃饭，喝咖啡，两人很快就无话不说了。

爱伦向优优倾诉她和男友分分合合的情感经历，让优优卸下心防，也向爱伦透露了她的家庭生活。

“不会吧？”爱伦小声讶异的惊呼一声，“悠悠姐，你这么年轻就结婚了，而且你的身材那么棒，却一点都看不出来生过小孩。”

悠悠微笑不语，天生丽质又保养得当，让她看起来的确像才刚出校园的大学生，很少有人会想到她已经结婚生子了。

接下来发生的一些事情，却让悠悠感到很尴尬。休息时间，爱伦总会不经意的当着旁人询问悠悠老公和小孩的情况，也经常会对旁人夸奖悠悠是完美主妇。

下班时间到了，爱伦继续留下来整理档案，却对正常下班的悠悠大声笑着打招呼：“赶着回家给小孩做晚饭啊！”

没多久，全公司的同事都知道悠悠是个非常重视家庭的称职太太。总公司有一次培训机会，悠悠以为自己是不二的人选，没想到上司却把机会给了爱伦。

上司对悠悠的解释是：“这次培训比较辛苦，你家庭责任大，还是把机会给没有家庭负担的年轻人吧！”

培训结束不久后，爱伦就获得了升迁，而悠悠还在原地踏步。悠悠哑巴吃黄连、吃了暗亏，不愿再和爱伦相处下去，最后，只好选择辞职。

到了新的公司后，悠悠学会了用“烟幕弹”来掩饰自己的底牌。她取下无名指上的戒指，一个人上下班，经常和单身女同事们混在一起，有时候也会参加她们的聚会。

如果有人很八卦地问：“悠悠，你是单身吗？”悠悠会耸耸肩，俏皮的笑着问对方：“你说呢？”

看着一脸无所谓悠悠，同事们通常也会笑着说：“我想是的！”

优优笑着将话题引到别人身上，并开始询问起他人的感情状况和家庭生活。

丰富的经验和聪明的头脑，让优优在新的工作上如鱼得水，业绩非常突出。半年后，公司有个部门经理的职位空出。优优的上司向大老板推荐优优。大老板经过一番考察后，觉得优优年轻有活力，又没有家庭负担，是接任该职位的最佳人选。

优优的小谎言并不是为了风流快活或伤害别人而刻意隐藏身份或回避婚姻包袱。独立、自主的优优，只是单纯的想传递给上司的讯息是：我随叫随到，可以没有任何负担的将所有心思花在工作上；传递给客户的讯息是：我可以随时提供完善的服务，解决任何商品上的问题……

有时候，我们不得不需要一点这样的作弊手腕，费心思编造一些不伤害他人的话语，来掩藏住自己的底牌，这样的目的是希望能换来自由的空间、公平的机会、上司的青睐以及更多事业上的发展。

说话智慧：

提供额外讯息

网络上，一男一女正在聊天，男士问女士是否漂亮，女士说她每天固定练瑜伽，最近正和一名男模特儿约会。这样的讯息根本不算回答，但女士却迂回的说明了她的魅力。

如果你选择隐藏秘密，那么，你所要做的不是随口编几句假话敷衍而已，而是要像优优一样，额外做一些与言语相对应的行动来印证自己所说的话。

适时反问对方问题

说假话的人通常不会发问，因为对他而言，这场谈话并不真实，他的回答只是为了取信于对方。

聪明的佼佼当别人问她是否单身时，她反问对方，这样会让对方认为她的回答是真实的，因为她对这场谈话感兴趣。

因此，要让自己显得诚实无欺骗，就不仅要回答问题，更要反问问题。