

成功人生必读丛书

掌握 说话 的技巧

尹卿 / 主编

说话是建立良好的人际关系的基础



9-49

甘肃文化出版社

成功人生必读丛书

掌握说话的技巧

尹 卿 主编

本书为您奉上的是——

教科书上学不到的实践知识

他人摸爬滚打的切身体验

现实生活中左右逢缘的游戏规则

甘肃文化出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

掌握说话的技巧 / 尹卿主编. —兰州: 甘肃文化出版社, 2003.10

(成功人生必读丛书)

ISBN 7-80608-868-7

I. 掌... II. 尹... III. 语言艺术 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 095789 号

掌握说话的技巧

尹卿 主编

责任编辑: 温亚莉

装帧设计: 动力图文

出版发行: 甘肃文化出版社

印刷: 兰州奥林印刷有限

社 址: 兰州市庆阳路 230 号

责任公司

邮政编码: 730030

经 销: 新华书店

开 本: 787 × 1092

版 次: 2003 年 12 月第 1 版

字 数: 800 千字

印 次: 2003 年 12 月第 1 次

印 张: 49.5 印张

印 数: 1-12000

书 号: ISBN 7-80608-868-7

全套定价: 90.00 元

序

怎样用最短的时间学到最需要的知识？怎样在快节奏的夹缝中铺出一条速读知识的宽带？出版社想读者之所想，于是策划了这套《成功人生必读丛书》。

为本丛书提管撰稿的尹卿先生，早已为读者所钟爱和倾慕。他前几部力作已被有的企业列入高层主管的必读书，也常有企业和单位打电话到出版社，盛邀他临场演讲。

魅力何在？不仅仅在于文笔的简洁明快，通俗流畅，主要在于字里行间都是实话实说。说出了人们想弄明白而未明白的事理，想得到而尚未得到的知识；说出了时时都可能发生的

故事，人人都在关心的话题……

这些话题就是本套丛书中的《掌握做人的技巧》、《掌握做事的技巧》、《掌握识人的技巧》、《掌握用人的技巧》、《掌握管人的技巧》、《掌握沟通的技巧》、《掌握社交的技巧》、《掌握心态的技巧》、《掌握说话的技巧》，一册一个主题，便于阅读，也便于思考，读书与生活打成一片。

读书有精读、速读之分。所谓精读，是指经典名著要字斟句酌，还要查阅辞典和资料，找出处，作笔记；而速读则不同，可以像吃零食和夜宵，想吃随吃，也可以一目十行，泛泛地浏览，轻松地欣赏。本套丛书宜于速读，因为书稿内容并无玄奥的语段，偏僻的词句，而是生活的直白，直指人心，一点就透，容易使你产生共鸣，增强自信。

读书像读诗，读出诗眼才会觉出其中的真味。《诗经》开篇那首：“关关雎鸠，在河之洲。窈窕淑女，君子好逑。”前三句是一般的叙述，第四句中的“好逑”才是诗眼。有了“眼”，全诗才能活起来。古人解释：“逑

者，匹也。”用现代的流行语解释，也就是追求卓越和双向选择。要达到“好逑”的目的，必须具备三个条件：一是目标明确——一位身材窈窕、气质淑雅的女子（这当然是一种形象的比喻，下同）；二是营造一个宽松惬意的环境——“在河之洲”；三是有个祥和的心态——心态祥和才能发出和雅的“关关”之音。条件具备了，因缘也就成熟了，目的也就达到了。无论做人、做事，还是社交、沟通，其目标定位，环境宽松，心态祥和都是升华思想境界（“君子”），获得理想效果（“好逑”）的人生阶梯。这就是“诗眼”的妙用。

本丛书也不乏这种妙趣横生的“眼”，当你在一目十行时读出了“字眼”、“词眼”、“句眼”，便会感到利乎于用，而益乎无用，其乐融融。这不仅是一种读书的享受，更是一种人生的体验。

作者在大学读研时就与我结下了忘年交，他谦虚，称我“老师”。其实，我也在向他学习，而他的成就和境界都在我之上。他在去加州大学作访问学者一年，临行前约我为这套丛

书作序。我欣然应诺，就像我们之间的切磋闲聊，想到什么就说什么，但不知是在“点睛”，还是在“添足”，尚待读者的评断。

殷 涵

2003年10月于北大智学苑

目 录

😊 第一章 平常事，平常语

幽默的力量	(2)
简洁为美	(5)
乡音不改麻烦多	(6)
语言的飞白	(7)
自嘲显风采	(10)
说“不”是天赋的权利	(13)
您早！您好！	(16)
安慰：别越描越黑	(18)
开启话题的金钥匙	(21)
回答的艺术	(24)
轻松敲开陌生的门	(26)
谢谢您	(28)
以柔克刚	(32)

心与心的平等	(36)
玩笑有度	(39)
我很介意哦	(41)
送你9枚开心果	(42)
低调	(45)
需要纠正的口语习惯	(47)

😊 第二章 没有说话，就没有沟通

朋友永远	(52)
爱：心有灵犀	(58)
家：锅碗瓢盆也温情	(62)
交结芳邻	(63)
求职：如何考得100分	(66)
让上司欣赏你	(75)
快乐办公室	(85)
跟下属交朋友	(87)
和陌生人说话	(92)
有钱人又怎么啦	(94)

😊 第三章 增强你的说服力

让我准备准备	(100)
--------------	-------

显示对方的优越感	(105)
激发对方的5种感觉	(106)
锁定选择范围	(109)
这样看起来简单些	(111)
暧昧不得	(114)
也许是我错了	(115)

😊 第四章 语言反击战

险境脱身的舌上功夫	(120)
妙语反击无理行为	(122)
转守为攻术	(126)
迂回之术	(130)
身体语言使用术	(134)

😊 第五章 金口才的自我培训

无处不在的积累	(140)
怕就别说话!	(143)
精彩10秒	(150)
聊着聊着,成了大师	(153)
说好第一句话	(156)

😊 第六章 说话心理透视

他为什么发牢骚	(160)
他“不爱钱”吗	(161)
好马不吃回头草	(163)

第一章 平常事，平常语

语言表现了情绪的性格，而又切题，那么你的语言就是妥贴恰当的。所谓“切题”，那就是说，即不把重大的说得很随便，也不要把琐碎的小事说得冠冕堂皇。

——亚里士多德



幽默的力量

幽默是智者说话的轻武器。它是对生活的领悟，对事物的洞察。

几乎很难找到一个人不喜欢风趣幽默的语言。相声小品之所以一直是我们最欢迎的文艺节目之一，就在于那幽默的语言强烈地感染着观众，使对方平心静气；也可以使一些深刻的思想表达得更加生动形象。

心理学家认为，幽默是人的能力、意志、个性、兴趣的一种综合体现，它是社交的调料。有了幽默，社交可以让人觉得醇香扑鼻，隽永甜美。

它是引力强大的磁石，有了幽默的社交，便会把一颗颗散乱的心吸入它的磁场，让别人脸上绽开欢乐的笑容。它是智慧的火花，可以说这种交往是智慧的体现，是智慧者灵感勃发的光辉。

幽默具有神奇的魅力。它可以使愁眉苦脸者笑逐颜开，也可以使泪水盈眶者破涕为笑；可以为懒惰者带来活力，也可以为勤奋者驱散疲惫；可以为孤僻者增添情趣，也可以使欢乐者更加愉悦。

幽默一般有以下几种类型：

1. 哲学性幽默。对哲学、宗教等方面有嗜好的人

会对此反应热烈。他们往往能对自身弱势进行嘲笑。对这类幽默感兴趣的人并不是自虐狂，而是具有一种能坦率地承认并欣赏自己的弱点，并能超越它们的开阔胸怀，是一种令人感到和蔼可亲的谦卑。



2. 荒诞式幽默。这是以一种出乎意料的不同方式摆脱理性而产生此类完美的“蠢话”。这种幽默绝不会来自傻瓜的头脑，而是高度智慧的结晶。喜欢这种类型的人理性思维较发达，追求精神的自由奔放。

3. 社会讽刺小品。这是对社会风气、对人性某些灰暗面的嘲讽，酷爱这类小品的人是在以一种半超然冷漠的态度对待世界，这种幽默的欣赏者往往以一种更开阔的视野——即所谓“上帝的眼光”来看待自己与人类自身，成为自己与人类命运自由而超然的观察

者。

4.插科打诨式的“胡言乱语”。这是轻松的自我娱乐。对于那些刚开始体会推理之味、对世事涉足不深的年轻人来说，可能对此会兴趣盎然。

生活中如能妙用幽默，对你的人生自然是大有益处。综合起来看，大致能产生以下几种效用。

第一，改善人生。人们在生活中可能遇到种种引起麻烦的事情，如果借助于大笑一场，就能“化干戈为玉帛”，从而减少过分忧虑，使人振作起精神，以轻松的态度对待生活。

第二，促进健康。因为幽默能使人变得格外坦率和诚恳，使人感到愉快，自然也会使身体变得更加健康。

第三，加强合作。许多人在事业的路途上往往会遇到许多障碍，其中一个障碍就来自对人际关系的忧虑。幽默能使你轻松对待挫折和失败，从而使得自己和众人沟通。

第四，促进亲情。家庭成员如能学点幽默，对于相互情感沟通、减少摩擦是有好处的。

第五，助你成功。学点幽默，能够使你与领导、同事之间建立和谐的关系，你也会因此而成为一个乐观的人，一个能关心和信任别人，又能被众多的人所信任和喜欢的人。

 简洁为美

马拉松式的说话是不受人欢迎的。好的语言并不在多，达意就行。

高尔基曾说：“简洁的语言中有着最伟大的哲理。”在当今的信息时代，人们的生活节奏大大加快，人们不喜欢那些空话套话。说话要达到简洁明快，就要千锤百炼，使自己的词汇富足、思路清晰。因为词语贫乏，表达必然词不达意、啰嗦干瘪；思维模糊，表达一定语无伦次，枉费口舌。在说话中，务必学会长话短说，要“筛选”、“过滤”出恰如其分的表情达意的词句，尽可能以简洁的语言表达出深刻的内涵。

美国学者多琳·安森德·图尔克穆说：“如果你还没有想好用哪个词最合适，那你就干脆别开口。”他还形象地说，词汇可以唱歌跳舞，也可以咆哮怒号；可以小心翼翼踮着脚尖徐行，也可以雄赳赳气昂昂地阔步前进。名词是骨架，动词是肌肉，要用得准确。特别要慎用形容词，它们是衣裳和装饰品。如果让一条简短的信息埋在毫无意义的修饰成分、限制成分和无谓的强化成分之中，或者埋入含糊不清的陈述之中，那就像一个女人戴了过多的珠宝首饰，打扮得过

于妖艳一样，她的美就被化妆品遮掩了。

1812年英美发生战争，一个众议员用马拉松式的演说来阻止通过对英宣战的决议。这时战火已烧到家门口，形势迫在眉睫，可这位议员仍在喋喋不休。时至半夜，听众席上鼾声四起（赞成派议员如果退席，反对议案的议员就会占上风，反之亦然，故议员都不愿退席）。

最后，一议员急中生智，将一个痰盂甩到演说者的头上，方得以终止辩论，通过了宣战决议。

😊 乡音不改麻烦多

在人与人的口语交流过程中，乡音太重、口齿不清、语意不明、认知差异或文化程度低等因素，都有可能造成口语交流障碍，甚至造成误解，冲突或笑话。

一家报纸上刊登了这样一个真实的故事：

有一个外地人来北京办事，下了火车需再坐一次公交车。他来到公交车站，站牌很多，还没来得及查清要坐哪条路线就来车了。

他问售票员：“小姐，到‘前面’吗？”售票员肯定地回答：“到。”于是他就上车了。可是坐了好几站地，也听不见售票员报他要去的站名。他就问售