

语言 LANGUAGE ARTS 的艺术 • 1

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

口才自我培训

Self-training of Eloquence

Speaking is a kind of Skill **技巧**
说话 是一种

更是一门 **艺术** and more than an Art

星燎原文化工作室 编

 中华工商联合出版社
CHINA INDUSTRY & COMMERCE ASSOCIATED PRESS




Language
Arts

口才自我培训

Self-training

of

Eloquence



语言的艺术

LANGUAGE ARTS

星燎原文化工作室 编



中华工商联合出版社

CHINA INDUSTRY & COMMERCE ASSOCIATED PRESS

责任编辑:刘向鸿

封面设计:  装帧设计室
WWW.85808885.COM

图书在版编目(CIP)数据

口才自我培训/星燎原文化公司编. —北京: 中华工商
联合出版社, 2004

(语言的艺术)

ISBN 7-80193-178-5

I.口... II.星... III.口才学 IV.H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 098755 号

中华工商联合出版社 出版、发行

北京东城区东直门外新中街 11 号

邮编:100027 电话:64153909

网址:www.gslcbs.com.cn

浙江万盛达实业有限公司印刷

新华书店总经销

880×1230 毫米 1/64 印张:20 480 千字

2004 年 10 月第 1 版 2004 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 7-80193-178-5/Z·54

全套定价:32.00 元(全四册)

前 言

何谓“语言”？语言是人类所特有的用来表达意思、交流思想的工具，是一种特殊的社会现象，在和“文字”并举时，它指的就是口语。何谓“艺术”？艺术就是富有创造性的方式和方法。只有将两者有机的结合，才能把话说好，说得有效，说得管用，最大限度发挥“语言”的威力——这是一门学问。

古人曾云“敏于思而纳于言”。随着时代的发展，这句话所表达的意思已经值得商榷。在信息化社会中，人们的交流日益增强，口头交际活动日益频繁，拥有“能说会道”的语言艺术才更能适应社会经济的迅猛发展。竞争日益激烈，社会需要越来越高明的说话能力，一个好的人才必须再加一副好的口才才能在社会生活中左右逢源。

你想迅速获得别人的信任，从而在求

职、晋升、创业、提高业务等方面获得明显的长进吗？你想在上下级和公众面前条理清晰、潇洒自如地陈述自己的意见吗？你想在和别人发生分歧时，有效地说服对方吗？你想做一个幽默风趣、提高领导水平和完善人际关系的人吗？你想做一个面对小人攻击而周旋有度的人吗？你想……

说话是人的基本能力，但是优雅的谈吐、良好的语言沟通艺术是可以靠后天的努力炼就的，“会说话”给事业、生活和家庭带来的诸多好处可谓不胜枚举。现代人的成功经验已经证明了：事业上的成功，专业知识最多占到两成，其余八成靠的就是人际沟通和处事技巧等综合因素。这套《语言的艺术》总体的出发点就是教你如何掌握和灵活运用这八成。

·2· 《语言的艺术》从个人的语言技能培训入手，从整体上提高你的表达技巧、应变能力和分析能力；对生活中各类状况如何巧语面对做到八面玲珑、工作上如何使用高超的

语言艺术做到游刃有余等技巧进行了系统的分析；进而将个人在公共场合和别人进行谈判、辩论，以及如何成功演讲等语言能力进行综合提高。

看完本书，你的“说话”能力必将有所提高。本书最终的目的，就是让读者实现在众人面前出口成章，从芸芸众生中脱颖而出，从而拥有完善的人际关系和自信的人生。

编者

2004年8月



目

录

一、说话的心理透视	/1
1.自我夸耀是一种潜意识需求	/2
2.经常抱怨并无益处	/3
3.少说“忌讳的话”	/6
4.说话的姿态不可盛气凌人	/7
5.过度的虚荣心不可取	/10
6.“研究研究”未必会真研究	/13
7.好马也可吃回头草	/16
二、口语的表达技巧	/21
1.幽默是智者说话的轻武器	/22
2.马拉松式的说话令人生厌	/28





口才自我培训

(语言的艺术 Language Arts)

3. 尖酸刻薄的话即是伤人的利剑 /30
4. 尽量做到口齿清楚,多说普通话 /33
5. 适当停顿而使说话余味无穷 /35
6. 学会向他人说“不” /38
7. 怎样与他人寒暄 /43
8. 安慰别人的方法与技巧 /46
9. 如何提问最行之有效 /50
10. 机智的回答可令你掌握主动 /54
11. 称谓的使用一定要恰当 /57
12. 说好“谢谢”十分必要 /60
13. 谈吐要做到态度柔婉 /66
14. 语言的亲和力是一种
心与心的平等 /72
15. 勇于承认错误将会赢
得更多的信任 /76
16. 开玩笑要合时适度 /80
17. 你的说话方式决定你
在众人心目中的份量 /83
18. 改掉无助表达的口头禅 /87





三、语言的应变能力 /93

- 1.应变的技巧来自机智的灵感 /94
- 2.妙语反击无理行为 /101
- 3.如何应付他人的恶意语言伤害 /107
- 4.造成心理威慑力的应变语言 /112
- 5.攻击是最好的防守 /115
- 6.“弯弯绕”也是一种应变技巧 /121
- 7.找高手过招,可提升应变能力 /126
- 8.应变能力自测题 /131
- 9.身体语言的辅助不可或缺 /155

四、口才的提升方法 /163

- 1.如何使说话题材成为不竭的源泉 /164
- 2.当众讲话不必恐惧和紧张 /169
- 3.鼓足勇气,面对挑战,勇敢去说 /172
- 4.切勿因怕被人取笑而不敢开口 /179
- 5.请在说话时伴以微笑 /182
- 6.学会在谈话中对别人察颜观色 /185
- 7.开始的半分钟十分重要 /191





- 8.和家人朋友聊天也能
增进表达能力 /195
- 9.借鉴别人的经验 /200
- 10.第一句话应当说什么 /204
- 11.参加社会团体聚会 /208

五、寻找说话的切入点 /211

- 1.在人群中巧妙“自我贴金”
的方法 /212
- 2.如何把短处变为长处 /220
- 3.如何用最小的代价换取人心 /234
- 4.化解难堪,存乎一心 /243
- 5.言语过于耿直讨人嫌 /254
- 6.“难得糊涂”也是高超的语言技巧 /261

六、避凶趋吉语言分析 /283

- 1.遇上险情怎么说话方可化险为夷 /284
- 2.切不可招惹泼妇 /287
- 3.避开亡命之徒 /290





4. 别跟小人较真	/293
5. 适时沉默可不战而胜	/296
6. 将心比心现身说法	/299
7. 如何摆脱围攻	/301
8. 狭路相逢勇者胜	/307



语言 (Language Arts)
的艺术



说话的心理透视

一

说话的

心理透视





1.自我夸耀是一种潜意识需求

心理学家揭示:从人的基本需求理论分析,每个人都有不同程度的自尊需求,许多人都希望他人能欣赏自己的能力和成就,以获得自我肯定——而“吹牛皮”往往被视为一条捷径。所以,经常有人夸大或炫耀他本人的特征和优点,从而美化自己、提升自己、提升自我价值,最后达到增强他人对自己的尊重与认同的目的。

事实可能只有十分之一,或者连十分之一都不足,说话却说到了十分,虚多而实少。有的人靠一条三寸不烂之舌,使一部分人上他的当,信以为真。比方他对于某种学问、技术不过初窥门径,还未登堂,更未入室,居然自命为专家,到处宣扬,不认识他的人不易拆穿,这便是吹牛唬人。

比方他对于自身,说得津津有味,某事是





他做的,某计划是他拟的,某问题是他解决的,好像他是万能博士。不是参与此事有关的人,自然无法证实其虚实,这便是吹牛盗名。

比方他的事业并无什么发展,他却说如何有把握赚钱,手中的货物如何充分利用,某批生意赚什么钱,说得大家十分动心,这便是吹牛欺人。

有的人与某一位名人实在并没有多少关系,他却对人说某人如何器重他,某事曾和他商量过,某事曾由他经手过,把某人的私生活描写得十分详细,不是和他有关系的人自然不易拆穿他,这便是吹牛借势。

吹牛的动机是表明他了不起,骗得大众的信任,或者是提高他的身份,或者是实施某种诡计,凡此都是不合道德的。

2.经常抱怨并无益处

有些时候,我们走进公司或企业的办公





语言的艺术 Language Arts

口才自我培训

室时,经常听到这样的话:“既要我们提高业绩,又要我们天天填日报表,真是烦死人了!”

“我们可是天天在外跑的人,哪有坐在桌前填写日报表的时间?只知道坐在办公室当科长,哪里知道我们的辛苦?”

“唉,今天又要加班,真是的。现在是决算期,说来也没办法,但是眼看别的部门的人,下班铃声一响,就走得一个不剩。干会计这一行,实在是划不来,真想调到别的部门去。”

“哼,他说营业日报表必须按日提交才算营业报表。这种话何必特别提出来,就是小孩也懂得这个道理!”

这种大鸣不平、大发牢骚的人,在每家公司都能看得到。不平、不满的对象可能是公司、可能是家庭,还可能是上司、部属、同事、顾客、丈夫、太太、孩子……

有些发牢骚的人,正是喜欢坐享其成的人。坐享其成、安于现状、不思进取,这种人





怎会有大好前途？那些不平、不满特别多的人，都有其共同的特性：对自己要求松，对别人要求严，要求活儿干得少，要求得到的回报多。这类型的人都有个共同的缺点：从不设身处地替别人想想，他们基本上是十分自私、气度狭小的人。当然，我们平时偶尔发点牢骚也无可厚非。

在这个忙碌的社会里，很少有人会对你的牢骚感兴趣，即使有人听了，能真正了解你用意的人也不多。因此，发牢骚假如没有技巧的话，人家会觉得无味，不想搭理，久而久之你的人格会蒙上阴影，你会令人讨厌。

发牢骚的目的是要别人听你讲话，所以你必须讲得有趣或引人入胜，不要使对方受到精神虐待。换句话说，就是发牢骚时，要为听众着想。要知道，发牢骚也是一种会话，所以不可轻视。

假如把牢骚当成思想跃上新高度的阶梯，那么，发牢骚无疑也是一种财富。





3.少说“忌讳的话”

心理学家普遍认为,忌讳的话常常给人带来厌恶、抵触、敏感等反应。有时,还会使人有一种当众被脱掉了衣服的感觉,令人非常尴尬。这里,说话者要么是无知大意,要么是恶意刺激别人,以达到某种卑劣的目的。

社会学家还发现这样一种现象:有时当众讲出的一两句话看似与别人无关,但往往要得罪一大片人,引起大家的厌恶。

比如在公共汽车里,如果一个人骂另外一个人比较难听的话,使用的是比较庸俗或者与“性”有关的字眼儿,十有八九会要有人出面干涉的。原因是广大民众有一种朴素的愿望,就是希望社会和谐运转,大家和平共处,而风俗习惯往往是他们所信赖的无形法规。一旦有人违反了“无形法规”,必然有破坏和谐与安宁之嫌,从而有损每一个人的利

