

# 藉口，

頭がいい人、悪い人の〈言い訳〉術

## 這樣說就對了！

〔修訂版〕

樋口裕一◎著 張雅梅◎譯



做錯事可大可小

藉口的好壞，  
決定你在天堂  
還是地獄！

日本狂銷210萬冊奇書  
《這樣說就對了！》正宗續集，熱烈登場！

# 藉口，

頭がいい人、悪い人の〈言い訳〉術

這樣說就對了！〔修訂版〕

樋口裕一◎著 張雅梅◎譯



藉口・這樣說就對了！／樋口裕一著／張雅梅譯。  
-- 二版。-- 臺北市：麥田出版：家庭傳媒城邦分  
公司發行，2009.04〔民98〕  
面：公分。--（生活閱讀；67）  
譯白：頭がいい人、悪い人のく言い訳>術  
ISBN 978-986-173-272-5（平裝）

1. 說話術 2. 職場生活

192.32

96012264

ATAMA GA NI HITO WARUI HITO NO NI WAKE JUTSU

Copyright © 2005 by Yuchi HIGUCHI

First published in Japan in 2005 by PHP Institute, Inc.

Traditional Chinese translation rights arranged with PHP Institute, Inc.  
through Japan Foreign-Rights Centre / Bardon-Chinese Media Agency

## 【生活閱讀 67】

### 藉口，這樣說就對了！

作 者 樋口裕一 (Higuchi Yuichi)  
譯 者 張雅梅  
插 畫 林誌鈺  
責 任 編 輯 陳琪惠 (初版)、翁仲琪 (二版)

副 總 編 輯 戴偉傑  
總 經 理 陳蕙慧  
發 行 人 徐玉雲  
出 版 麥田出版

100 台北市中正區信義路二段 213 號 11 樓  
電話：(02)2356-0933 傳真：(02)2351-6320  
發 行 英屬蓋曼群島商家庭傳媒股份有限公司城邦分公司  
104 台北市中山區民生東路二段 141 號 2 樓  
客服服務專線：(886)2-2500-7718；2500-7719  
24 小時傳真專線：(886)2-2500-1990；2500-1991  
服務時間：週一至週五上午 09:00~12:00；下午 13:00~17:00  
劃撥帳號：19863813；戶名：書虫股份有限公司  
讀者服務信箱：service@readingclub.com.tw

網 站 城邦讀書花園：www.cite.com.tw  
麥田部落格 blog.pixnet.net/ryefield  
香港發行所 城邦（香港）出版集團有限公司

香港灣仔駱克道 193 號東超商業中心 1 樓  
電話：(852)25086231 傳真：(852)25789337  
E-mail：hkcite@biznetvigator.com  
馬新發行所 城邦（馬新）出版集團【Cite (M) Sdn. Bhd. (458372U)】  
11, Jalan 30D/146, Desa Tasik, Sungai Besi,  
57000 Kuala Lumpur, Malaysia  
電話：(603)9056-3833 傳真：(603)9056-2833

封面設計 bbcc Studio  
排 版 浩瀚電腦排版股份有限公司  
印 刷 前進彩藝有限公司

初 版 2007 年 7 月 11 日

二版一刷 2009 年 4 月 28 日

定價／240 元

ISBN：978-986-173-272-5

版權所有·翻印必究

## 前言

# 一句簡單的藉口，決定別人對你的評價！

人活在世上，多少都為自己找過藉口吧？從家庭到公司，甚至是每天環繞身邊的各種複雜的人際關係，都逼著我們無時無刻須得為自己辯駁。

人都難免會有不小心「說話不算話」、「辜負他人期望」，或者「不得不拒絕別人請託」的時候。無論事情大小，每天幾乎都可能遇到。這就是我們需要藉口的時候。至於我們解釋的對象，可能是生意上往來的窗口、長輩、公司部屬、朋友和家人等等，甚至當我們期待完成某件事卻無法如願時，偶爾也需要給自己一個合理的交代。

許多人在為自己辯解時，都不動動腦筋，相對也不太認真聽別人的解釋；願意花時間思考合理藉口的人，實在太少了！多數人不是視當下情況隨機應變，便是隨腦中閃過的靈感或個人習慣瞎掰。

但實際上，你的藉口有沒有說服力，會直接影響對方對你的印象。

有時候即使事情失敗了，倘若你能提供一個具說服力的理由，同樣能贏回周遭人的信賴。相反地，假如你的藉口缺乏說服力，你不僅會失去眾人的信任，還可能從此被貼上「無能」的標籤。更有甚者，因為一個漫不經心的愚蠢藉口，招來眾人的恥笑，最後連基本的品德操守都遭質疑，那真是得不償失。你無意間脫口的愚不可及的理由，卻可能引發眾人嘩然，甚至導致公司上上下下從此視你為「無用之人」。

如果能學習為自己解釋的技巧，並加以靈活運用，不論在職場或私人交友，都將無往不利。一句高明的藉口所能為你贏得的正面評價，絕不亞於你實際的工作成果。噢，不！有時候甚至可以超越它。

問題是，絕大多數人都沒有意識到找對藉口的重要性，不懂得為自己辯解、不了解這也是與人溝通的重要手段之一，經常不假思索、敷衍了事，不覺中種下無可挽救的惡果——平白破壞了自己給人的印象。

基於上述種種理由，我著手撰寫本書，提醒大家：說對藉口，也是說話術的重要環節。

本書集結了諸多生活中常見的拙劣藉口，並試圖用淺顯又有趣的方式舉例，讓讀者徹底瞭解這類藉口聽起來有多麼愚蠢。另一方面，遇到別人利用這些藉口搪塞你時，又

該如何應對？還有什麼更上乘的說法可以幫助我們巧妙脫身？凡此種種，皆可在本書找到答案。

首先，希望讀者開始做一件事：從今天起豎起耳朵，仔細聆聽旁人使用的藉口，然後參考書中的技巧，反覆斟酌如何活用這些話術。

倘若本書可以幫助許多人練就為自己辯駁的技巧，順利化解生活中的難關，那便是我最大的安慰了。

# 藉口這樣說就對了

目次



前言——一句簡單的藉口，決定別人對你的評價！

3

## 第1章

### 生活中常聽到的愚蠢藉口

11

- 1 預先為自己找好理由 13
- 2 永遠以「忙碌」做藉口 17
- 3 撒謊化解尷尬 22
- 4 說謊不打草稿 26
- 5 習慣保守估計，打馬虎眼 30

第2章

無能部屬慣用的離譜藉口

65

6 藉口有如連續劇沒完沒了 34

7 一皮天下無難事 40

8 把一切過錯歸咎於昔日的遭遇 44

9 假道德之名行敷衍之實 48

10 死皮賴臉地佔盡便宜 53

11 打腫臉充胖子辯稱「以前我會！」 57

12 使出拖延戰術——「找不到理想的工作」 61

13 凡事推說不小心 67

14 把過錯推給他人，自己置身事外 72

15 有被害妄想的毛病 77

16 死鴨子嘴硬，堅持「那只是真正的效應尚未彰顯出來罷了」

17 老搬出身體不適做藉口 88



## 第3

## 章

## 差勁主管慣用的愚蠢藉口

105

- 18 事後諸葛 93
- 19 以「對我而言負擔過重」為由拒絕 97
- 20 含糊其辭地婉拒——「今天不太方便」 101
- 21 絕不承認失敗 107
- 22 沒來由地說「事情總會有辦法的！」 111
- 23 把過錯推到部屬的身上 115
- 24 讓高層主管扮黑臉 123
- 25 話題愈扯愈遠，讓人有如霧裡看花 128
- 26 佯裝「沒聽過這回事」 132
- 27 悲觀成性 136
- 28 倉皇之下大動作地賠罪 142
- 29 設法保全自己的顏面 147

- 30 洩露不為人知的內情 150
- 31 唯有道歉並靜待風暴平息 153
- 32 火爆型的上司VS.愛頂嘴的部屬 161
- 33 權威型的上司VS.不示弱的部屬 167
- 34 傷人自尊的上司VS.意氣用事的部屬 172
- 35 剛愎自用的上司VS.頂撞犯上的部屬 177
- 36 罵人沒完沒了的上司VS.解釋囉哩叭唆的部屬 182
- 37 朝令夕改的上司VS.冥頑不靈的部屬 187
- 38 腦羞成怒的上司VS.剛正不阿的部屬 191

- 39 約會遲到或臨時取消，把一切推給「公事上有緊急狀況」 199
- 40 對方懷疑你有外遇，打死不承認 203
- 41 約會放鴿子，就只會說「抱歉」 209
- 42 說話不算話，悶不吭聲地裝作若無其事 213
- 43 話說得太過火以致傷了對方的心，口口聲聲辯稱「我是無心的」 218
- 44 另一半開口責難，以「你不也這樣」、「你又好到哪兒去」進行還擊 222
- 45 女方遭受到斥責，企圖用眼淚換取同情 225
- 常用藉口——有這種口頭禪的人要注意！ 229
- 後記 233

# 藉口，

頭がいい人、悪い人の〈言い訳〉術

這樣說就對了！〔修訂版〕

樋口裕一◎著 張雅梅◎譯





## 前言

# 一句簡單的藉口，決定別人對你的評價！

人活在世上，多少都為自己找過藉口吧？從家庭到公司，甚至是每天環繞身邊的各種複雜的人際關係，都逼著我們無時無刻不須得為自己辯駁。

人都難免會有不小心「說話不算話」、「辜負他人期望」，或者「不得不拒絕別人請託」的時候。無論事情大小，每天幾乎都可能遇到。這就是我們需要藉口的時候。至於我們解釋的對象，可能是生意上往來的窗口、長輩、公司部屬、朋友和家人等等，甚至當我們期待完成某件事卻無法如願時，偶爾也需要給自己一個合理的交代。

許多人在為自己辯解時，都不動動腦筋，相對也不太認真聽別人的解釋；願意花時間思考合理藉口的人，實在太少了！多數人不是視當下情況隨機應變，便是隨腦中閃過的靈感或個人習慣瞎掰。

但實際上，你的藉口有沒有說服力，會直接影響對方對你的印象。

有時候即使事情失敗了，倘若你能提供一個具說服力的理由，同樣能贏回周遭人的信賴。相反地，假如你的藉口缺乏說服力，你不僅會失去眾人的信任，還可能從此被貼上「無能」的標籤。更有甚者，因為一個漫不經心的愚蠢藉口，招來眾人的恥笑，最後連基本的品德操守都遭質疑，那真是得不償失。你無意間脫口的愚不可及的理由，卻可能引發眾人嘩然，甚至導致公司上上下下從此視你為「無用之人」。

如果能學習為自己解釋的技巧，並加以靈活運用，不論在職場或私人交友，都將無往不利。一句高明的藉口所能為你贏得的正面評價，絕不亞於你實際的工作成果。噢，不！有時候甚至可以超越它。

問題是，絕大多數人都沒有意識到找對藉口的重要性，不懂得為自己辯解、不了解這也是與人溝通的重要手段之一，經常不假思索、敷衍了事，不覺中種下無可挽救的惡果——平白破壞了自己給人的印象。

基於上述種種理由，我著手撰寫本書，提醒大家：說對藉口，也是說話術的重要環節。

本書集結了諸多生活中常見的拙劣藉口，並試圖用淺顯又有趣的方式舉例，讓讀者徹底瞭解這類藉口聽起來有多麼愚蠢。另一方面，遇到別人利用這些藉口搪塞你時，又

該如何應對？還有什麼更上乘的說法可以幫助我們巧妙脫身？凡此種種，皆可在本書找到答案。

首先，希望讀者開始做一件事：從今天起豎起耳朵，仔細聆聽旁人使用的藉口，然後參考書中的技巧，反覆斟酌如何活用這些話術。

倘若本書可以幫助許多人練就為自己辯駁的技巧，順利化解生活中的難關，那便是我最大的安慰了。



# 藉口這樣說就對了

目次



前言——一句簡單的藉口，決定別人對你的評價！

3

## 第1章

### 生活中常聽到的愚蠢藉口

11

- 1 預先爲自己找好理由 13
- 2 永遠以「忙碌」做藉口 17
- 3 撒謊化解尷尬 22
- 4 說謊不打草稿 26
- 5 習慣保守估計，打馬虎眼 30