



YOU
CAN BE FAMOUS

一本教你在商业、
人际关系、演艺事业
方面不花钱成为
名人的指南书

YOU
CAN BE FAMOUS
自助成名

本教你在商业、人际关系、演艺事业方面不花钱成为名人的指南书

◆[美] 达内克·考斯 (Danek S.Kaus) /著◆珂昕/译

南方出版社



YOU
CAN BE FAMOUS
自助成名

◆[美] 达内克·考斯 (Danek S.Kaus) /著◆珂昕/译

南方出版社

版权合同登记号：图字30-2011-135

图书在版编目（CIP）数据

自助成名/（美）考斯著；珂昕译．—海口：南方出版社，2011.9

ISBN 978-7-5501-0480-8

I. ①自… II. ①考…②珂… III. ①媒体—应用—通俗读物 ②成功心理—通俗读物 IV. ①
G206.2-49②B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第184578号

You Can Be Famous: Insider Secrets to Getting Free Publicity
Copyright©2009 by Danek S.Kaus
All Rights Reserved.
Robert D.Reed Publishers
Website:www.rdrpublishers.com
Simplified Chinese translation copyright©2011
by Digital Times Publishing&Designing Co.,Ltd.
Arranged through CA-LINK International LLC

书 名：自助成名
作 者：[美]达内克·考斯
译 者：珂昕

出 版 人：赵云鹤
出版发行：南方出版社
地 址：海南省海口市和平大道70号
邮 编：570208
电 话：(0898) 66160822
传 真：(0898) 66160830
经 销：新华书店
印 刷：北京佳信达欣艺术印刷有限公司
开 本：690×960 1/16
印 张：13.5
字 数：150千字
版 次：2011年10月第1版 2011年10月第1次印刷
书 号：ISBN 978-7-5501-0480-8
定 价：28.00元



该书如出现印装质量问题，请与本社北京图书中心联系调换
电话：(010) 65068303- 622

谨以此书献给我父母的爱的记忆，

雪莉·琼·考斯（Shirley June Kaus）和丹尼尔·考斯（Daniel Kaus）

感谢你们给予的一切。

前言 镁光灯、摄像机——名望

当你踏上舞台的时候，明亮的电视灯光在你的眼睛里闪耀。你坐上了嘉宾席，舞台工作人员为你装上麦克风，并请你说几句话以便他可以再进行一遍检查。

你的心又开始咚咚作响，但你知道这种现象很快就会消失，因为你已经做过太多次电视采访了。

当然，这次节目的意义很重大，是你一直梦寐以求的场景。这是世界上最有名的电视谈话节目之一。但其过程仍然与之前无异。

脑海中涌现出所有你参加过的电视、电台、报纸、杂志的访谈后，你镇定下来。当了解自己的讲话内容时，你开始踌躇满志，跃跃欲试。你知道你会侃侃而谈，自信满满地回答每一个问题，你知道你可以将现场的观众和电视机前的观众的注意力吸引到你的每一个字词上。

想到这里，你环视了一下现场的观众。到场的人的面孔变得清晰可见，你才是他们等着要见的嘉宾。你感受到了他们身上的

热忱，而这种热忱让你的情绪更加饱满。

你看了看主持人，她给你一个最迷人的笑容，你也报以微笑，并迫不及待地等待开始。

紧接着，舞台工作人员宣布“广告之后回来”，并举起一只手开始进行五秒倒数。

他大声喊道：“5,4,3……”数完一个数就放下一根手指。他放下第四根手指，并用食指指向主持人。

“大家好！今天我们邀请的是……”主持人的声音响起来。

当你读着这些词句，把这本书握在手里的时候，你可能会问自己：“我真的能够参加世界上最有名的电视谈话节目之一吗？或者其中的三个或四个？”

当然，也许你不想成为一个国际名人。也许你只是想为你的买卖增加一些顾客，或者帮助一个急需赞助人的非营利组织。

也许你想在自己所在的公司里晋升得更快一些，而确保你的上司知道你的名字绝对会有帮助的。

你想要哪种类型的名望？

名望分为很多种，这本书将传授一些终极秘诀以帮助你成为你想成为的那种名人，达到你的目标，实现你想要的生活。

你将学会如何寻找公关机会，如何锁定正确的媒体，还有最好的接近他们的方法，以及如何吸引记者从你身上挖掘更多的内容。

你不仅能学会要做什么，更重要的是还能学会要怎么做。

关于公共关系的书有很多，其中一部分书告诉你要做的就是写文章和做演讲。

但是如果你不喜欢写作怎么办？这本书将告诉你如何在几分钟之内写出优秀的文章——报纸和杂志编辑都会喜欢的文章。

你还将学到如何做出优秀的展示和演讲。如果你害怕在公众或者摄像机前讲话，你将会学到克服公共演讲恐惧的技巧，并且学会如何做出优秀的演说。

你同样还能深入了解到，当你接近记者的时候，他们想要的和不想要的。

你还将了解到，互联网上有许多宣传自己的宝贵机会。如果你愿意，通过互联网，数秒内你就可以世界闻名。

最后，我还会教给你，我是如何烹制出我的“名望”大餐的。不要跳过前面偷看哦，你不会想要破坏自己的胃口吧。

那么，你准备好了吗？

现在我们就来看第一章，了解一下名望的千面脸谱。

目 录

前 言 镁光灯、摄像机——名望 / 1

第一章 名望的千面脸谱 / 1

你真的会声名鹊起么？ / 1

如何建立人际关系网 / 2

你的名誉目标是什么？ / 6

公关的重要性 / 8

第二章 明确你的目标 / 11

电视 / 11

广播 / 12

报纸 / 13

杂志 / 13

网络 / 14

如何找到这些媒体 / 14

决策者 / 15

你为什么要做这些调查 / 19

第三章 成为新闻人物的强大工具 / 21

媒体发布稿 / 22

新闻发布稿总原则 / 22

报纸风格 / 24

现在我们来看细节 / 25

你只有十秒钟来得到免费的宣传——赶紧行动吧！ / 25

如何设计你的新闻稿 / 26

发布稿的正文 / 27

写新闻 / 27

样板新闻稿 / 31

如何撰写个人简介 / 61

只要事实 / 61

图片被关注的几率 / 63

问题，问题，问题 / 63

炫耀你的媒体资源 / 65

清单 / 65

影像新闻素材和录像素材 / 66

创建一个网上媒体文件夹 / 66

第四章 关注记者的需要，满足记者的要求 / 69

生活中的一天 / 70

如何像记者一样说话 / 73

如何成为专家资源 / 76

公关礼仪 / 79

如何成为媒体的亲密恋人 / 80

如何在电话里进行磋商 / 81

错误的宣传方法 / 82

正确的宣传方法 / 83

你几乎永远都不应该对记者说的一些话 / 84

第五章 记者们想要的形形色色的稿件 / 89

第六章 在印刷品中寻找你的名字 / 97

日报 / 97

集中注意力的力量 / 98

那么谁是谁？ / 99

周报 / 99

少数民族报纸 / 99

财经报纸 / 100

杂志 / 100

网络编辑 / 101
为兴趣和声望而写 / 102
如何写好询问函 / 103
写文章 / 106
通用的文章类型 / 109
容易写成的文章 / 110
如果你还是不想写 / 115

第七章 电台中的公关活动 / 119

为什么选择电台 / 119
如何得到邀约 / 120
表演时间 / 122

第八章 在电视上展现你的笑脸 / 127

节目的类型 / 127
得到邀约 / 128
在你的节目中成为明星 / 130
提供自己制作的影视片段 / 131
走向全国 / 132
登上奥普拉的舞台 / 133
当电话响起时 / 134

如何在电视节目上表现出色 / 134

节目开始之前 / 136

进行采访 / 137

来自《宋飞正传》的编剧指导人的建议 / 139

第九章 朋友们，请把你们的耳朵借给我！ / 143

如何寻找热切的聆听者 / 144

谈论的内容 / 146

如何克服公共演讲的恐惧 / 146

怎样才能进行一次优秀的演说 / 149

第十章 互联网 / 155

网站 / 155

你的网站上要放什么 / 157

博客 / 159

播客 / 161

文章目录 / 162

论坛 / 163

新闻通讯 / 164

社交网站 / 167

“如何做某事”类型的网站 / 168

YouTube / 169

产品评论 / 169

在互联网上发布的新闻稿 / 169

第十一章 让记者来告诉你——他们想要什么，不想要什么 / 173

第十二章 如何做好“名望”大餐 / 197

第一章 名望的千面脸谱

你真的会声名鹊起么？

是的，你会的。

借助你丰富的想象力和坚持不懈的耐力，在这本书中所给出的技巧的帮助下，你能够预见自己微笑的面容出现在超市收银处的每一份杂志封面上。

如果这是你真正想要的。

但是这里还有其他类型的名望，那些你更容易获得的名望。这些名望没有作为超级巨星的烦恼，比如被疯狂的粉丝追赶或被一直躲在你家后院的小报记者偷拍。

- 你可以在你的家乡很有名。

- 你可以在你的专业领域里很有名。
- 你可以在你的公司里很有名。
- 你可以在自己愿意做的慈善工作中很有名。
- 你可以在那些跟你有相同兴趣和爱好的人中很有名。

不管从事业发展还是从个人生活的角度来看，这些声望都是百益无害的。它们能够推动你迈向下一步的成功，取得新的成就，获得新的满足。

如何建立人际关系网

你一定听过这样一句话：“重要的不是你知什么，而是你认识谁。”

这是被反复验证的真理。

然而，我也相信，重要的不是你认识谁，而是谁认识你。

当你有了名望，更多的人就会来到你身边。

无论对错，有名望的人总会被认为是更优秀、更聪明的，作为情人也更性感。

当你声名鹊起时，更多的人愿意让你接近他们。

例如，当我已经持续给当地的报纸写了几个月的文章之后，我决定要通过给这一系列的其他报纸撰写文章来增加我的收入。

我给其他几家报纸的编辑打电话的时候，他们中的一些人已

经熟悉我的名字了，因为他们读过我写的文章，其中一些文章也在他们的出版物上被转载过。我并不是只能将文章卖给他们，事实上，我的故事有趣，内容有事实根据，而且我按时送交稿件（新闻业对报道的称谓）。

他们已经决定让我试一下，尽管还有很多其他的自由撰稿人想为他们写作。我并不需要给他们寄样本，而提交样本通常是与媒体合作的第一个步骤，即使他们一开始就考虑用你。

自从我跟别人合写了我的第一本书——《有力的说服：运用催眠的影响在生活、爱情和生意场上赢得胜利！》（*Powerful Persuasion: Using Hypnotic Influence to Win in Life Love and Business*）后，人们就开始主动找到我，请我跟他们一起合作写书。

在我的专业领域内，我拥有一份声望。

请不要误会。我从来没有上过《人物》（*People*）杂志封面或出现在《今晚谈话》（*The Tonight Show*）节目上。

但是我的第一本书，却在报纸、杂志、电视、广播节目以及自助类和经济类网站上被刊载。

这是一种中等水平的全国性声望，这种声望为我带来了一些别的机会。

如果你想在生活中领先，做自己最擅长的事情是最好的。

但是通常情况下，这还是不够的。还有很多有才能且努力工作的人没能得到他们应该得到的成功。他们只是因为没有人际关

系网，并且不懂得如何营造人际关系网。

这本书将帮助你通过人际往来建立并完善你生活的关系网。如果你拥有了那种良好的名声，人们就会亲近你。这就是我说的要通过人际往来得到的结果。

你将学会如何让自己本身、自己的生意或公司足够有名，从而获得更大的成功。

当然，成为名人后，你可以从新开的时尚餐厅中得到预定的位子，也能准时从干洗工人那里拿到自己的衣物——这些衣物会被熨烫平整，即使你把它们掉在地上也会保持原形。

这些事情都很好，但是对我来说，名望只是个工具，它赋予你实现内心想法的能力。

名望将为你开启珍贵的机会之门。没有它，这些机会可能都不会来到。

你到底想从生活中得到些什么呢？

你梦想出一本书么？祝你好运。除非你在某些方面已经小有名气，否则要得到一个出版社的邀约简直是不可能。一个大字不识一斗的运动员，根本写不出什么有智慧的句子，但他也能得到出版社的邀约——只要他有名气。电影明星和政治家也可以得到写书的邀约。

也许，在你的专业领域里你是专家，但是除非你发表过文章或者曾在媒体上被介绍过，否则你的手稿很可能永远都不会被代