

Talking Like this are the
most effective

这样说话 最有效

——学会讲话是你融入世界走向成功的第一步



田 丽 ◎编著

21世纪，是一个充满激烈竞争的年代，机遇和风险并存。

实力必不可少，交际也相当重要。交际离不开说话，说话能力的高低是一个人在职场竞争中

是否获胜的一个很关键性因素。慑于和善于交际，

无疑是提高人的竞争能力增大成功概率的一个重要方面。

金城出版社



田 丽 ©编著

这样说话 最有效

——学会讲话是你认识世界走向成功的第一步

21世纪，是一个充满激烈竞争的年代，机遇和风险并存。

实力必不可少，交际也相当重要。交际离不开说话，说话能力的高低是一个人在职场竞争中是否获胜的一个很关键

性因素。善于和善于交际，

无疑是提高人的竞争能力增大成功概率的一个重要方面。

金城出版社

图书在版编目(CIP)数据

这样说话最有效/田丽编著. - 北京:金城出版社,
2002.9

ISBN 7 - 80084 - 445 - 5

I. 这… II. 田… III. 口才学 - 通俗读物
IV. H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 075093 号

金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 100013)

电话:(发行部)8425 4364 (总编室)6421 0080

北京德龙公防防伪印刷厂印刷

850 × 1168 毫米 1/32 12.125 印张 210 千字

2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

印数:1 - 7000 册

ISBN 7 - 80084 - 445 - 5/B·28

定价:21.80 元

谁也不是天生的口才表演大师，

这种能力很大程度上依赖于后天的培养。随着社会阅历、经验、知识和学识的逐渐积累和丰富，说话的能力自然而然地会得到提高。但是，值得注意的是，在这个过程中你得用心，并有意在这方面锻炼自己，这样不仅会进步，而且还会很快地有很大的进步。

为此，我们特意编写了这本书。

序 言

21 世纪,是一个充满激烈竞争的年代,机遇和风险并存。实力必不可少,交际也相当重要。交际离不开说话,说话能力的高低,是一个人在职场竞争中是否获胜的一个很关键性因素。敢于和善于交际,无疑是提高人的竞争能力、增大成功概率的一个重要方面。

交际能力的高低,主要取决于说话。说话即语言表达,语言的表达形式是千变万化的,可以根据不同的时间、场合的需要而进行改变。话有千种说法,没有最好,但有更好。交际能力就在于这个“更”字上,这也是本书的重点。

抓住“更”字,你的人生就可能会更上一层楼,更丰富多彩。

我们的目标是:人人都能具备这种说话能力,最大限度地把交际能力提高到一个高层次,在愉悦他人的时候,更能为自己创造无限的机遇,从而在这个充满挑战的年代里,抓住每一个属于自己的机遇,实现人生价值。

不是要任何人都成为语言大师,这是个奢侈的愿望,但应该力求掌握一定的语言表达技巧,不仅敢说会说还应该善

说,让每一个文字都充分发挥它的作用,让每一句话都能充分地表达出自己的思想,让每一次交谈都能展示自己的魅力、睿智和能力。

诚然,谁也不是天生的口才表演大师,这种能力很大程度上依赖于后天的培养。随着社会阅历、经验、知识和学识的逐渐积累和丰富,说话的能力自然而然地会得到提高。但是,值得注意的是,在这个过程中你得用心,并有意在这方面锻炼自己,这样不仅会进步,而且还会很快地有很大的进步。

正是鉴于上述原因,我们特意编写了这本书。通俗易懂、实用性强是本书的宗旨,它适合于各行各业各种层次的人阅读。本书从理论到实践,按照循序渐进的方式有针对性地对如何培养人的说话能力进行了细致的分析、归纳和总结。希望能够在人们的工作、学习、生活里发挥它指导性的作用,为大家提供帮助和需要。

编者

目 录

第一章 如何说话让人最易接受 / 1

说话也有 3 大纪律 / 1

哪几种语言风格最易让人接受 / 7

第二章 说话时应注意什么 / 14

说话的 7 大忌讳是什么 / 15

如何看“对象”说话 / 22

如何看“场合”说话 / 29

说什么样的话最有分量 / 34

使用第二套语言的要求有哪些 / 42

如何用好第二套语言 / 45

第三章 说话时如何运用技巧 / 56

反围剿的说话技巧 / 57

乾坤大挪移的说话技巧 / 62

指桑道槐的说话技巧 / 68

第四章 能言善辩是怎样练成的 / 79

口才是说出来的 / 80

伶牙俐齿在什么地方练成 / 81

如何把握闲谈的尺度 / 92

如何利用闲谈练好能言善辩的内功 / 97

如何克服害羞怯场 / 106

第五章 抓住对方心理说话最有效 / 116

如何通过谈话看穿对方心理 / 117

如何听其言知其意 / 131

怎样通过说话改变对方 / 140

第六章 如何说理最有效 / 152

说理前要准备什么 / 153

怎样说理别人容易接受 / 158

说理用什么语言最有效 / 169

说理要掌握哪些技巧和策略 / 179

第七章 如何让你的说话更有吸引力 / 185

为什么语言要不断地创新 / 187

如何说出充满魅力的智慧语言 / 192

说出简洁而生动的语言 / 198

说出更有价值的语言 / 212

说出创新语言 / 217

第八章 如何说话更幽默 / 235

幽默的始末是智慧 / 236

幽默的语言是怎样说出来的 / 244

第九章 怎样才能说服别人 / 251

依靠什么说服别人 / 253

说服别人的技巧有哪些 / 276

第十章 如何在谈判中获胜 / 280

明白为什么要谈判 / 281

谈判要应用哪些策略 / 283

如何获得谈判的优势 / 287

如何掌握谈判的语言技巧 / 291

3

第十一章 演讲——改变人们行为的说话 / 302

能演讲者得天下 / 303

演说为什么具有如此大的魅力 / 308

如何做好即兴演讲 / 313

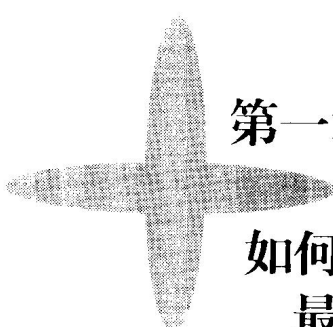
第十二章 如何巧妙地拒绝别人 / 321

如何用体态语言说“不” / 322

怎样用道具做挡箭牌 / 334

用什么样的语言拒绝更好? / 348

制造美丽谎言的技巧 / 366



第一章

如何说话让人 最易接受

1

说话也有 3 大纪律

说话时非常自如，如行云流水般，是每个人都想要达到的一个境界和水平，但切不可为了追求这一效果，而使得说出来的话让人不知所云。所以一定要注意通俗易懂，让每个人都能理解你所表达的意思。在这里需要注意一些问题：

通俗易懂

说话是交流思想,沟通感情,互通有无,彼此借鉴的交际手段。它是一种交际工具,而不是玩文字游戏。通俗易懂是首先要注意的问题。

“通俗”是指浅显易懂,适合于一般人的水平和需要的,经常用的词语,说来顺口,符合口语表达的自然声音气息;“易懂”是指听起来如同流水滑过石板很自然流畅,能让人在轻松自然的情况下接受。

古希腊的大学者兼语言学家亚里士多德说过:“为了要做到清楚明白,使用词汇的时候,就应该选择那些通行的日常词汇。”著名的语言学家和演说家,他们都是这么做的。

说话时既要做到通俗浅显,又要做到深入浅出,用最易懂的话,说明最不易被人理解的思想。学过《孔乙己》的人,都会记住孔乙己所说的那些话,并且在很多时候还会引发我们去思考。为什么会有这样的效果呢?

说话要得体,应该注意你所面对的对象。作为口语交际的话语,一定要使对方理解接受。

说话是通过声音传递信息的,要避免说同音不同意的字词,防止误会而引起误解。说话的语言在以短句为主,如果是成分复杂的长句,不但说起来拗口饶舌,对方听起来也困难,会影响表达效果。话不得不说长时,一定要注意间歇和停顿。

说话时应该结合自身的语词、语速、衣着、手势、表情,它们可以替代一部分语言的表达、意会和言传相互交叉运用。

说话时还要注意尽量使用那些粗略的估计数字,在不到

万不得已精确时,就不必说得分毫不差。常常可以用“相当、大约、大概、左右、上下、差不多”等不十分清楚的词语,整数后的尾数应该有省略。这是语言得体的要求。

汉语多数为双音节的词语,这会让人有一种爽快的感觉,不论是说者,还是听者。因此,单音节在说话时常配用双音节。比方说“师”,常说“老师”,“桌”会说成“桌子”等,这里的“老”和“子”无意义。

配用音节,实际上就是为了达到“抑扬顿挫,轻重缓急”的听觉效果,读时朗朗上口,听时和谐悦耳。

书面语里可以借助标点进行停顿,口语里虽然看不到标点,但也要有间歇。一口气说到底,说者费力,听着费劲。说话时的间歇停顿,要依据呼吸原理,一般是以每句话 8—10 个字为佳。每一句话完了,要稍作停顿,即调整呼吸、作思维的调整。

说话时尽量要把话说完整。比方说书面表达时,两人对话可省略主语,通过上下文可以明白说的是什么,但说话却不同,这一点需要注意。

表情达意

说话是一种语言表达的功能,它是借助声音,表达意思的手段和方法。语言是以声音为物质外壳的意义实体,是为表达语义服务的。

说话要充分表达自己的意思和情感,主要是通过低沉、高亢、舒缓的声音信息表达出来的,再辅助以手势、表情等方式,前者是“言传”,后者是“意会”。

人的内心世界是复杂多样的,人的感情是丰富多彩的,要通过说话这种简单的手段得以充分、全面、准确、细微地表达,这就涉及说话的艺术。话如果说不到这种地步,那就不是真正的会说话,善说话。

说话不同于书面表达,书面表达有着很大的思考和造句的时间自由。因此,说话时在注意上述要点的同时,还要注意语调、语速、表情、动作(体势、手势)等的辅助。

据有关资料显示,运用毫无实在意义的字母,就完全可以将人的愤怒、恐惧、喜悦、妒忌、难受、紧张、骄傲、悲伤、同情和满足等十种感情表达得淋漓尽致。而完成这一任务的却只有声音,这就是著名心理学家达维茨做的“字母读音传情实验”。

说话就如音乐,表情达意是通过声音的变化来实现的。说话一定要讲究语气、语调、语速,创造良好的说话氛围,选择正确的说话方式,依据自己的身份、地位和受话者的身份、地位、场合和场景的不同,而选择自己说话的方式。

老友重逢,亲人相聚时要用亢奋快活的语音语调;参加庆祝活动时,要用欢快激动的语音语调;劝慰死难者的家属,应用压抑低沉的语音语调;讲话时要用从容高亢的语音语调;与人谈心,要用柔和平静的语音语调;谈心对象是老人,声音要洪亮一些,吐字要清晰一些,语速要尽量慢一点;谈话对象是青壮年,声音不可太大,否则人家会误解,说话速度也可以稍快一点;说话的对象是孩子,就要尽量保持一种和蔼可亲、平易近人的态度,声音可以表现得语重心长;痛斥敌人用激烈、高昂的语音语调;谈情说爱要用甜蜜、婉转的语音语调……这里无法全部说清,所以需要在具体的说话场合里自己去斟酌

使用。

流水也有紧松快慢,音乐更有跌宕起伏,说话的节奏也是必不可少的。声音的错落有致、抑扬顿挫、轻重缓急、高低进出、音节的长短停顿等都属于说话的节奏。说话的节奏是以你说话时要表达的主要思想和表述的主体情感而定的。这是没有规律可循的,交际场合也是变化万端的。

说话应该给人以“势”的美,势的体现就在说话的节奏间。水要激出浪花,“平铺直叙”是不行的,说话也是这个道理。在长时间的交谈中,要有高潮,也要有落潮。一张一弛才能让人对你的语言产生兴趣。

表情达意,就在谈笑之间,谈笑风生,只在抑扬顿挫之中。

随机应变,相时而动

交际场上无定数,善于“相时而动”和“察颜观色”的随机应变,变通自如,也是必不可少的。

善于变通,这是说话者智商的表现,它需要有丰富的文化知识垫底。说话也应讲究策略,要有技巧。说话并不是我们认为的那么简单的事情,巧言能克百万兵,巧语可化干戈为玉帛。中国古代的纵横家,如苏秦、张仪、子路等,实则就是语言学家。

相“时”而动,时是受话对象所处的环境、地位、身份还包括性格特征等等。动的就是采取相应的说话策略和技巧。

诸葛亮舌战群儒,联孙抗曹就是说话者善于变通的实例。首先,诸葛亮对孙权及手下的谋士将官了如指掌;其次,对

他们实行了正确的说话策略,再加之才华和学识的补充,运用了巧妙的说话技巧,谈笑之间就完成了历史使命。

说话的技巧是在长时间的说话过程中逐渐形成的,往往具有相当大的威力。在策略上,我们可以义正辞严,庄谐并重,也可以单刀直入,委婉含蓄,还可以柔声细语,声振寰宇。具体如何运用,只有在具体的场合场景中去“相”受话对象。说话技巧上,可以直抒胸臆,也可以借景抒情、明理;可以含而不露,也可以辞芒毕现;可以假物传情,也可直截了当;富情,理于物,托情,理于是,或是“指桑骂槐”,明话曲说,曲径通幽。

说话的技巧往往注意和看重修辞格的运用,将抽象的事理、情意,通过夸张、拟人、比喻、拟物的方式,达到通俗易懂,一目了然的目的。有些时候,也用对偶、双关、对比等。适当地引用谚语、俗语、术语、名言、格言、警言、文学作品等,都会让我们的话说得更有效。

在特定的历史时期,特定的环境、地域等情况下,常常要采取必要的说话方式,以达到相应的目的。在一般的情况下,我们主张采取明话明说,正话正说的方式,使自己的思想感情易于被对方理解接受。

但是,说话是一种比较活的表达方式,可以千变万化。“话虽变,意未变”,做到这一点,我们的交际才不会陷于困境。比如正话反说,反语正说(也就是似褒实贬,似贬实褒),明话曲说,歪话正说,难话巧说,歹话好说等等。总之一句话,让你的目的通过语言表达,成为受话者易于接受,也乐于接受的。我们的宗旨是:如何说话更有效。

说话的策略和技巧是属于两件法宝,它会让你在尴尬或危险的境地一跃变得主动,既达到表情达意之说话目的,也不

致于让对方难堪,是一举两得的。

“良药苦口利于病,忠言逆耳利于行”。我们要通过说话策略和说话技巧的运用,使这种情况得到完善。如果你的话能说到这种地步的话,难道你还担心你的交际会不成功吗?

说话是一门艺术,生活是一个大舞台,要把这门艺术搞精、搞专、搞透,就应该用我们的心去聆听,解读生活之声。说话技巧的培养,关键是语言的灵活运用。

哪几种语言风格最易让人接受

7

察其言,观其色,知其人。言就是指说话。语言风格在说话中,能够充分展示说话者的内心世界、性格、修养、文化、经验、经历甚至是人品。“三句话不离本行”,这不仅仅是说“职业病”,从某种意义上也与说话的风格有关。

语言风格,是人的风格的一面无形的旗帜。

我们了解一个人,往往是通过他的言行举止几个方面,言排在首位。人是培养出来的,首先要培养语言,那么就从培养语言风格入手。语言风格形成之时,人的风格也就确立了,培养语言风格要从说话开始。

幽默

幽默的语言风格,实属说话的最高层次,它是说话者睿智

的表现,是每个人都追求的一种“时尚流行”的语言风格。

幽默是一种和谐、轻松、愉悦的语言风格。它会让听话者舒心悦,在彼此的微笑间领会、感悟,以致接受你的思想。它用词轻松活泼,节奏明快流畅,句式灵活乖巧,有如飞入云端的小燕子。富含深刻的哲理和深邃的思想内涵,多用和善用多种风格,使语言听起来舒心,说起来悦心,有时也故意地“颠三倒四”,混乱逻辑,但实际是为了达到增添情趣的目的。在谈笑之间,就完成了语言的交际任务。纵然是沉重抑郁的话题,也会变得轻松自然,使人愿意听,也乐意接受。

幽默是要以丰富的内涵和人格魅力做支撑的。让人立刻就笑的语言叫笑话,让人咀嚼之后,恍然大悟后才笑的语言是幽默。幽默把笑声雕在灵魂深处,因为它是睿智之花的绽放。它是有别于笑话的,尽管同是让人笑。

幽默让人三分钟之后笑,笑过之后可能是流泪、感叹。而笑话让人在三秒后就笑,三分钟之后就淡忘了,再想起时,已经没有可笑的价值了。因此说,幽默是一种语言风格,而笑话则是破坏这种风格的!

幽默的语言风格,裸呈的是丰富的内心,让人笑过之后,能留下点什么值得终生品尝、回味。它是交际之中的润滑油,能减少谈话阻力;它是交际中的缓和剂,干戈也可化玉帛,让矛盾双方都从尴尬的围城中突围。

幽默的语言不仅仅是说话,它更是一场智慧和学识的同台演出。没有这两者,是不会幽默的。

不会幽默,就不要刻意追求这种语言风格,它是一种“自然天成”的东西,是需要知识、学识等达到一定累积量才开始形成的。90多高龄的民谣学家钟敬文,在赴朋友宴席时,当佳