

有效提高自己的表达能力和沟通技巧

BAHUA
SHUODEQIADAOHAOCHU

[把话] 说得恰到好处



红日◎编著

好口才才是人成功的推动器
好口才可以化解人生危机
好口才可以使人左右逢源
好口才可以使人少走弯路

良言一句三冬暖，恶语半句六月寒

台海出版社

H019
98

BAHUA
SHUODEQIADAHAOCHU

[把话] 说得恰到好处



红日◎编著

台海出版社

图书在版编目(C I P)数据

把话说得恰到好处/红日编著. —北京: 台海出版社,
2005.9

ISBN 7-80141-421-7

I .把... II.红... III.语言艺术 IV.H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 101518 号

书 名/把话说得恰到好处

编 著/红 日

责任编辑/杨燕民

发 行/台海出版社

经 销/全国新华书店

印 刷/北京洛平印刷厂

开 本/787×1092 毫米 16 开

印 张/16.25

字 数/200 千字

版 次/2005 年 10 月第 1 版 2005 年 10 月第 1 次印刷

台海出版社(北京景山东街 20 号 邮政编码:100009 电话:010-84045801)

ISBN 7-80141-421-7 定价: 24.80 元

版权所有 违者必究

凡我社图书,如有印刷质量问题,请与我社发行部联系调换。



■ 作者简介

红日，浙江台州人，曾任团县委宣传干事，地委妇联维权干部，公安处警纪执法监督员。现在北京专职写作。

发现主要作品：

长篇小说：《触潮》、《寡居》、《卖官》等。

长篇纪实文学：《死囚遗书》、《囚犯忏悔录》、《少年犯忏悔录》、《花季无痕》等。社科类：《打官司万用手册》、《成大事必备的9种资本》、《一生必须依靠的9种人》、《一生必须宽容的9种人》、《领导者心理咨询手册》、《成功婚姻心理咨询手册》、《男生女生心理咨询手册》、《方与圆全集》、《成功者要做的100件事》、《一生需要100种选择与放弃》、《一生需要100种心态》、《男女的心态》、《做事的心态》、《做人的心态》、《做人的密码》等。

经济类：《世界500强企业总裁工作手册》、《读懂富人》、《读懂穷人》、《总经理三大能力》、《总经理三大才气》、《赢薪秘诀》、《炒股没几招》、《新B股炒作就这几招》、《成功商务写作例文评析》、《中国总经理工作手册》等。

教辅类：《叩开名校大门》、《中华学生顶尖学习法大全》、《中学生演讲课堂》、《小学生演讲课堂》、《我们给孩子什么》、《怎样赏识孩子的弱点》、《怎样赏识孩子的优点》等。多次获奖。



BAHUA
SHUODEQIADAOHAOCHU

责任编辑：杨燕民

装帧设计：◎安雅飞扬◎肖杰

010-64985548 010-64989293

前言

FOREWORD

戴尔·卡耐基说：“一个人的成功，约有 15% 取决于技术知识，85% 取决于口才艺术”。这阐明了说话水平的高低，已成为一个人生活及事业优劣成败的关键因素。

一个人的说话水平，可以决定他的生活层次。说话水平高的人，口若悬河，谈吐隽永，妙语连珠，言辞得体。谈天说地，可以“天机去锦为我用”；赞美他人能够“良言一句三冬暖”；给人安慰，“一叶一枝总关情”。这样的人，往往容易被人尊重，受人欢迎，能赢得他人的友谊、信任、支持和帮助，在事业上也容易获得成功。而说话水平低的人，总是语无伦次，辞不达意，就好像“茶壶里煮饺子——肚子里有货，嘴上却倒不出来”。这样的人，就会时时处处感到困窘，容易被人冷淡、遗忘。因此也就必然会给自己的生活和事业带来不利的影响。

言谈的力量是巨大的，它可以把两个陌生的人由陌生变为熟悉，由熟悉变成知己或亲密的朋友；它可以解救危机，打开通往坦途的顺利之门；它甚至可以叱咤风云，一句话抵得上千军万马，可以翻江倒海、气魄无穷。周恩来一句“为中华之崛起而读书”曾激励了成千上万的青少年发愤读书；马丁·路德·金一次充满豪情壮志的演讲让美国黑人风起云涌寻求自由；贝多芬一句“我要扼住命运的咽喉”更是激发了许多人战胜困难的勇气。同样，周围的人

前言

给你一点小小的赞扬和鼓励，就能使你找回自信，完成一些看似不可能完成的任务。说话之术，关系到一生成败。古今中外，一生败于说话的人很多：如三国时被曹操斩首的杨修，被孔明骂死的王朗。一生成功于说话的人也很多：如春秋战国时期的二桃杀三士的晏平仲；完璧归赵的蔺相如；讽齐王纳谏的邹忌等。人生在世，谁都希望成功；在这个人才竞争的时代，每一个有志者都应努力提高自己的说话水平，借助语言这一工具交流思想，传递信息，表达感情，展现自己的良好社会形象，进而赢得人们的敬重和信任，并如愿以偿地踏上自己的成功之路。

让人说话得体，词用得规范，是《把话说得恰到好处》得天独厚的使命。该书本着“实用、方便、新鲜”之原则，以中外大量有关资料和丰富多彩的语言为基础。你在发财、交际、学习、生活中有《把话说得恰到好处》相伴，何愁不成妙语连珠出口成章之大腕、佳句洒脱妙笔生花之高手？愿你认真赏读吧！掌握了书中这些说话的方法和技巧，会使你成为一名事业有成人士，使你可以在任何场合，面对任何人，都能做到从容不迫地说，潇洒自如地说。让你说得痛快，让人听得舒心。让你在爱情上找到甜蜜，在经济上找到财富，在事业上找到成功！

目 录

CONTENTS

上 篇 说好话的基础训练

第一章 提高语言新技能 002

深入群众参与交谈 003

广泛阅读提高说话水平 006

驱除害羞的恐惧心理 009

运用语言的机智和幽默 016

第二章 语言基础训练 022

心理训练法 022

语智训练法 023

记忆训练法 025

表达训练法 027

听力训练法 028

接力训练法 029

微笑训练法 031

择语训练法 033

综合训练法 035

目 录

CONTENTS

中 篇 遇什么人说什么话

第一章 如何与陌生人说话 040

说好第一句话	040
与 10 种不同性格的人交谈	041
自如地和陌生人攀谈	043
打开对方的话匣子	049
没话找话说避免冷场	051
迅速找到共同话题	053
激起对方的谈话欲望	056
怎样跟外向型的人说话	060
怎样跟内向型的人说话	062

第二章 如何与领导说话 065

让你平步青云的 10 种谈话技巧	065
对领导说好话的方法	068
怎样向上司汇报工作	072
给上司提建议的技巧	075
成功面试中的运用谈话技巧	077
不可顶撞领导	079

目 录

CONTENTS

第三章 如何与同事说话 080

- 用宽容的语气与同事交谈 080
- 调到新单位时的说话 084
- 被提拔时的说话 086
- 办公室中常见话题的说话方法 088
- 争取利益时幽默方法最得体 090
- 坚持在背后说别人的好话 092

第四章 如何与下属说话 094

- 领导表达指令要清楚 094
- 让下属无条件地服从你的命令 097
- 领导者应与下属交谈 098
- 鼓励下属要有方法 100
- 有效批评下属的技巧 103
- 学会拒绝员工的某些要求 105
- 说服打算跳槽的优秀员工留下来 107
- 用事实大道理感染员工 109
- 公平处理问题的说话技巧 111

第五章 如何与客户说话 114

- 高超的说服技巧使买卖顺利 114

目 录

CONTENTS

如何向客户推销你的产品	119
向顾客提供保证或是作出承诺	122
利用提问挖掘对方的“财富”	123
绝不对顾客说“不”	124
借助电话促使生意谈判成功	125
第六章 如何与朋友说话	129
怎样说话让朋友喜欢	129
用说笑给友谊添作料	135
向朋友借钱时怎样“张口”	138
有效说服朋友的简便技巧	140
对朋友进行得体的安慰	142
妥善地拒绝朋友	144
第七章 如何与恋人说话	147
怎样进行初恋的谈话	147
如何向对方提出约会	149
如何表达你的爱意	150
只要一句话便让女人倾倒	153
“甜言蜜语”的巧妙运用	154
俘获女人芳心的五个说话秘诀	157
在多种特殊日子该如何祝福女人	159

目 录

CONTENTS

第八章 如何与爱人说话 162

- 夫妻间的情爱语言 162
- 多交谈是情感保值的秘密 164
- 幽默增添夫妻生活的和谐 167
- 妙语使家庭充满乐趣 168
- 聪明妻子不说的八句话 172
- 结束家庭“冷战”的说话方法 176

第九章 如何与敌人说话 179

- 成功后对待主要反对者的说话 179
- 对付无赖后发制人的说话方法 180
- 编造真实的克敌技巧 183
- 以更有力的语言回击冷语 186

下 篇 说话要有分寸

第一章 赞美他人时的说话 190

- 赞美与表扬的艺术 190
- 如何赞美领导 192
- 如何赞美下属 195
- 如何赞美男人 198

目 录

CONTENTS

如何赞美女人	203
如何赞美老人	206
如何赞美年轻人	210
第二章 批评他人时的说话	214
批评别人的实用技巧	214
批评要因人而异	220
批评的方法	223
批评的 12 戒	226
第三章 说服他人时的说话	230
说服别人的 6 种妙法	230
说服别人的方法	235
说服别人的 4 个步骤	237
第四章 拒绝他人时的说话	240
常见的推拒语言艺术	240
拒绝参加不必要的应酬	242
拒绝别人要讲究策略	245
在电话里拒绝别人	247

说好话的基础训练

上 篇

shang pian



第一章

提高语言新技能



语言，不但是人类有别于其他动物的主要标志之一，而且是人类数十万年来繁衍生息、生存发展的一种重要工具，特别是在人类发展的 21 世纪的今天，科技与信息革命掀起的新浪潮正汹涌澎湃，巨浪滔天，说话不仅是人们日常生活之必需，也因直接影响个人事业成败而成为影响整个社会进步的重要因素。

只要我们细察生活于自己身边的人就会发现，谈吐的缺陷往往可能导致个人事业的不幸或损及所服务机构的荣誉与利益，小则导致家庭不和，大则引起国际关系的紧张恶化。在工商界，一个人的谈吐如何，往往影响着企业是否愿意聘请他工作、与之交往，或是否愿意投他信任一票与之发生商业关系。

一个人如果谈吐有障碍或者表达能力不足，则会被他人低估他的能力，甚至会被人扭曲形象。一个人即使思想如星星般熠熠生辉，即使勤奋得如一头老黄牛，即使知识渊博得像一本百科全书，但若缺乏良好的谈吐能力，则往往成功的机遇比其他人要少得多，也往往难以达到自己的理想目标。

在古希腊、古罗马，说话能力倍受重视，演说雄辩之风相当盛行。在当时的罗马，聆听演说成为人们日常生活中一种高级享受，演说家也比文学家占有更光辉的地位，辩论术则是一切高尚