

言语之力，大到可以从坟墓唤醒死人，可以把生者活埋，把侏儒变成巨人，把巨人彻底打垮。

The best way for  
Talking

# 这样说话 最有效

让自己  
掌握最有效的  
说话技巧

提高自己有效的表达与沟通技巧

王刚 编著



● 现代生活中，谈判可以说是无处不在、无时不在的。

● 现代人时时处处都直接或间接地置身于谈判之中，这就要求人们具备一定的口才，掌握一定的说话技巧。

九州出版社

# 这样说话最有效

王 刚 编著

九州出版社

让自己  
掌握最有效的  
说话方法

# 这样说话 最有效

提高自己有效的表达与沟通技巧

王 刚 编著

九州出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

这样说话最有效/王刚编著. —北京:九州出版社,  
2003.7

ISBN 7 - 80114 - 930 - 0

I. 这… II. 王… III. 语言艺术 - 青年读物  
IV. H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 053969 号

**这样说话最有效**

王 刚 编著

---

出版:九州出版社(北京市海淀区万寿寺甲4号)

邮编:100081 电话:68706229)

经销:全国新华书店

印刷:九州财鑫印刷有限公司

开本:850×1168毫米 1/32

字数:230千字

印张:11.5

版次:2003年8月第1版 2003年8月第1次印刷

书号:ISBN 7 - 80114 - 930 - 0/B·54

定价:21.00元



让自己  
掌握最有效的  
说话技巧

## The best way for Talking

在我们的社会上，即使最简单的事情，也需要彼此合作，这意味表达能力对一个人的成功是举足轻重的——语言是彼此联系的起点、终点和联接点。

说话是人的天赋本能，但良好的谈吐要靠后天的习练。许多人以为口才只是口上之才，这种看法是有些片面的。一个人的口才，有赖于相当的训练。

良好的口才是建基于善于学习、善于思考、善于观察、常识丰富和思维敏捷之上的。

本书为你提供了大量生动具体的生活场景和精彩案例，可以提高你在这些方面的能力。在阅读过程中，对自己特别感兴趣或对你尤其适用的段落章节，可以用彩色笔画出来，以便以后希望查阅或借鉴时快速找到。



# The best way for Talking

---

言语之力，大到可以从坟墓唤醒死人，可以把生者活埋，把侏儒变成巨人，把巨人彻底打垮。

---

- 现代生活中，谈判可以说是无处不在、无时不在的。

- 现代人时时处处都直接或间接地置身于谈判之中，这就要求人们具备一定的口才，掌握一定的说话技巧。



## 前 言

也许有人会说：只有那些辩论场上的辩手，出庭的大律师，天天到处演讲的演说家，以及抱着一大堆货物推销的推销员们才会担心口才的问题，作为一般的群众，每天的生活用语知道就可以了。这种观点是完全错误的，口才才是每个人都拥有的，只是其发挥作用的大小和程度的好坏问题。也许口才好在刚才所说的几项职业中显得更为重要一些，决定这些人是否能继续进行他们的工作，效果也是立竿见影的。可是随着社会的进步和发展，随着“自我推销”的时尚变为必要，口才对每一个想要取得自身成功的人来说都已成为了一项不可缺少的要素。

一个人的说话能力，可以显示他的力量。口才好的人，说话说得使人钦服，往往可以很顺利地达到自己的目的。一个人如果具有良好的口才，无论是立身处世，还是交友待人，都一定会潇洒自如。

杰伊·曼格姆是俄克拉何马州塔尔萨一家电梯维修公司的代表，这个公司与塔尔萨最大的一家旅馆订有维修合同。旅馆的经理不愿让电梯一次停两小时以上，因为这样将会给旅馆客人造成不便。这次维修起码需要八小时，而且公司不一定总有闲着的合格机械师供旅馆使用。

当曼格姆先生终于安排好一名一流技工来干这个活





儿时，他先给旅馆总经理里克打了电话。不过他并没有开口就在时间上讨价还价，而是说：“里克，我知道你的旅馆生意兴隆，你只愿意电梯停开尽可能短的时间。我理解你的忧虑，我们一定尽力使你满意。可是我们检查后发现需要大检修，否则将会带来更大的损坏，那样电梯可能得停更长的时间了。我想你不会乐意给客人造成几天的不便。”

最后，经理同意停电梯八个小时，他认为这较之停几天更可取一些。正因为对经理方便客人的立场表示同情，曼格姆才能够轻而易举地说服经理接受他的主张而没有引起后者的不悦。

曼格姆为什么能够让旅馆经理服从自己安排的时间表？因为他懂得说话的艺术，具有出色的口才。

为什么有的经营者讲话别人不爱听？为什么有的人商业谈判常常失利？为什么好的商品不被市场所认识和接纳？……

问题出在哪里？口才不好，表达不清，所说的话没有达到预期的效果，因而影响了沟通和交流。

在我们的社会上，即使最简单的事情，也需要彼此合作，这意味表达能力对一个人的成功是举足轻重的——语言是彼此联系的起点、终点和联接点。

说话是人的天赋本能，但良好的谈吐要靠后天的习练。许多人以为口才只是口上之才，这种看法是有些片面的。一个人的口才，有赖于相当的训练。

良好的口才是建基于善于学习、善于思考、善于观察、常识丰富和思维敏捷之上的。本书为你提供了大量



生动具体的生活场景和精彩案例，可以提高你在这些方面的能力。在阅读过程中，对自己特别感兴趣或对你尤其适用的段落章节，可以用彩色笔画出来，以便以后希望查阅或借鉴时快速找到。



# 目 录

## 第 1 章 这样赞美别人最有效 / 1

- 赞美别人是送给别人的最好礼物和报酬…………… (3)
- 以鼓励和表扬感染对方…………… (7)
- 经常地发掘看似平淡无奇的小事来称赞别人…………… (11)
- 不能忽略对卓越成就的赞赏…………… (14)
- 采用最有效的称赞激励下属…………… (16)
- 使你的赞扬真实可信的技巧…………… (18)
- 审时度势地赞美别人…………… (25)

## 第 2 章 这样批评别人最有效 / 29

- 先全面了解掌握情况…………… (31)
- 保持适度的宽容和容忍…………… (32)
- 不要轻易发火…………… (34)
- 尽量让对方说话…………… (36)
- 使批评达到春风化雨、良药治病的效果…………… (39)



批评别人的实用技巧 ..... (41)

### 第 3 章 这样说服别人最有效 / 49

- 要说服别人,必须先透彻了解别人的意见 ... (51)
- 说服别人的关键在于耐心 ..... (53)
- 说服别人要循序渐进 ..... (56)
- 说服别人的基本方法 ..... (59)
- 说服别人的四个步骤 ..... (62)
- 说服别人的基本技巧 ..... (66)
- 说服人的高超技巧 ..... (72)
- 增强你的说服力 ..... (108)

### 第 4 章 这样拒绝别人最有效 / 113

- 拒绝参加不必要的应酬 ..... (115)
- 拒绝别人需要讲究策略 ..... (119)
- 采取明智的拒绝态度 ..... (122)
- 轻松地把“不”说出口 ..... (126)
- 拒绝别人的实用技巧 ..... (130)
- 拒绝别人的禁忌 ..... (147)

### 第 5 章 这样沟通最有效 / 149

- 提高口语发送能力 ..... (151)
- 精心遣词,注意声调 ..... (153)



- 把你的想法清楚地表达出来 ..... (159)
- 选择好问话的方式 ..... (162)
- 灵活处理不同意见和见解 ..... (168)
- 通过谈心进行有效的沟通 ..... (171)
- 改善沟通技巧 ..... (174)
- 在说话时尽量避免被人误解 ..... (178)
- 尊重他人,消除沟通中的障碍 ..... (186)

## 第 6 章 这样和上司说话最有效 / 193

- 适当的汇报有利于给上司留下好印象 ..... (195)
- 向上司提异议的原则 ..... (200)
- 给上司提建议的技巧 ..... (203)
- 给上司提建议前应做好充分的准备 ..... (206)
- 使你的建议书更容易被人接受 ..... (208)
- 注意提建议的各种忌讳 ..... (211)
- 巧妙拒绝领导委托的某些事 ..... (212)
- 不可随意和上级开玩笑 ..... (216)
- 学会和领导应酬 ..... (219)
- 适当地赞美上司的优点长处 ..... (221)

## 第 7 章 这样演讲最有效 / 223

- 从平时下功夫,练就超群的口才 ..... (225)
- 培养干练高效的演讲风格 ..... (229)
- 克服怯场心理 ..... (233)



- 做一场准备充分、发挥自如的演讲…………… (235)
- 避免和控制冷场…………… (239)
- 怎样控制搅场…………… (241)
- 顺利地应付提问、评论和挑剔的听众…………… (243)

## 第 8 章 这样说话最能吸引人 / 247

- 把握住说话的时机…………… (249)
- 在社交时不妨巧用吹牛术…………… (251)
- 更委婉些,让你的恋爱充满含蓄美…………… (255)
- 与同事进行轻松愉快、健康有益的交谈…………… (259)
- 结束谈话的同时给人留下深刻的印象…………… (263)
- 扩大知识面,提高说话水平…………… (265)
- 用言行提升魅力的六大要领…………… (269)
- 避免可能令男性难堪的话题…………… (272)
- 克服说话时的小毛病…………… (274)
- 改变令人讨厌的言谈习惯…………… (277)

## 第 9 章 这样说话最得体 / 281

- 在自己不是“主角”的情况下发言宜简短…………… (283)
- 增进聊天的技巧…………… (284)
- 自如地和陌生人攀谈…………… (287)
- 轻松地与名人交谈…………… (294)
- 得体地面对赞美…………… (298)
- 学会得体地安慰别人…………… (300)



该委婉和含糊时,就不要直白 ..... (305)

制造借口,摆脱麻烦 ..... (311)

巧妙应对羞辱你的话 ..... (313)

坦然面对别人的攻击 ..... (316)

必要时对不怀好意者反唇相讥 ..... (322)

言行失误时积极弥补 ..... (326)

第 10 章 这样说话最幽默 / 335

在交往中尽量使自己幽默些 ..... (337)

用幽默拉近你和别人之间的距离 ..... (340)

谈吐幽默的方法和实用技巧 ..... (347)

开玩笑要得体 ..... (350)

附录 自我测试——你能够有效表达自己的思想吗? / 353

第 **1** 章

这样赞美别人最有效

---





