

生动有趣，零距离制胜的口才艺术

# 懂幽默， 全世界都会欢迎你

懂点幽默技巧，成为社交达人

刘 星◎著



懂得幽默，你将处处受欢迎

职场、谈判、辩论、演讲、人际交往、家庭生活……

无论何时何地，幽默的人总是更有魅力

SPM

南方出版传媒  
广东人民出版社

# 懂幽默， 全世界都会欢迎你

刘 星◎著



SPM 南方出版传媒 广东人民出版社

· 广州 ·

图书在版编目(CIP)数据

懂幽默,全世界都会欢迎你/刘星著. —广州:广东人民出版社,2019.2  
ISBN 978-7-218-13269-3

I. ①懂… II. ①刘… III. ①幽默(美学)—通俗读物 IV. ①B83-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第281473号

Dong Youmo Quan Shijie Dou Hui Huanying Ni

懂幽默,全世界都会欢迎你

刘星 著

版权所有 翻印必究

出版人:肖风华

责任编辑:严耀峰

封面设计:钱国标

内文设计:新视点

责任技编:周杰 吴彦斌

出版发行:广东人民出版社

网 址: <http://www.gdpph.com>

地 址:广州市大沙头四马路10号(邮政编码:510102)

电 话:(020) 83798714(总编室)

传 真:(020) 83780199

天猫网店:广东人民出版社旗舰店

网 址: <https://gdrmcbs.tmall.com>

印 刷:广东鹏腾宇文化创新有限公司

开 本:787毫米×1092毫米 1/16

印 张:15 字 数:200千

版 次:2019年2月第1版 2019年2月第1次印刷

定 价:39.80元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社(020-32449105)联系调换。

售书热线:020-32449121

## | PREFACE | 前言

幽默，有人称其为一门有趣而生动的口才艺术，也有人说它是一种为人处世的哲学。幽默为什么能上升到哲学的高度呢？经社会学家、心理学家、语言艺术家研究，幽默不只是令人开心的艺术，它还是博学、机智、聪明、从容等元素的集合。古今中外，善于制造幽默的人，无一不是充满智慧之人。

在生活中，幽默不可或缺。在商业谈判、职场演说、沟通交流中正确运用幽默，你不仅会成为他人的焦点，还能收获事半功倍的效果。至于该如何提高幽默水平，著名作家林语堂认为，幽默不同于粗鄙的笑话，谐趣越含蓄，越显得高妙。美国著名美学家帕克说：“幽默的目的是审美和沉思。”可见，我们运用幽默的时候要具备微言大义、寓庄于谐的能力，才会让接受者感悟到其中的精妙之处。

掌握了幽默的要义，只是为学习幽默确定了方向。想要用它引人发笑、驱散愁云、扣人心弦、化解尴尬等，还要善用一些技巧和方法，才能挥洒自如。

就当下来看，幽默最常用的场景就是职场。一些员工每天都处于高负荷的工作状态，除了繁重的工作，生活中的不快、同事间的竞争、老板的训斥，都会让人焦虑、急躁。假如你是职场中人，对上述情况深有感触，不妨用幽默来摆脱困境。对于我们自身来说，它能平衡身心、维护自身形象；对外则能使人际关系更和谐。有了幽默的保驾护航，我们才能轻松愉快地工作，并体会到工作的乐趣。

除了压力，每个人几乎都有尴尬的时候，有时让人羞愤难当、无所适从，这时我们可以用幽默挽回颜面，甚至可以利用尴尬来反衬自己的人格魅力。如果你是一名幽默高手，就算身处窘境，也能从容应对。

幽默的作用难以枚举，需要我们认真学习，勤于实践。

本书详细介绍了幽默的概念、使用技巧、应用场合、提升方法等。涉及的领域包括谈判、辩论、演讲、职场、人际交往、家庭生活等，并有详细的剖析和解读。所选案例不仅新颖，还贴近生活，令人捧腹、引人深思。

相信本书的内容能为想提升口才、打造良好人际关系的读者提供必要的帮助。为了让大家获得具体可行的方法，笔者详细阐述了幽默的方方面面，并采用简洁易懂的语言加以讲述，希望能符合各位读者朋友的需求。

Chapter

01

学会幽默，打造自己的好声音

不只是搞笑，细说幽默的内涵 // 002

用幽默来控制情绪 // 004

幽默必需的准备 // 006

运用幽默时的禁忌 // 008

别以为幽默是天生的 // 010

有故事的人更幽默 // 012

你离幽默并不远 // 014

言由心生，让幽默彰显素养 // 016

Chapter

02

玩转幽默，让你处处受欢迎

从讲好一个笑话开始 // 020

与人寒暄，幽默更具亲和力 // 022

不必反唇相讥，幽默更具力度 // 024  
遭遇刁难时，用幽默化解 // 026  
借幽默打造良好氛围 // 028  
发生过错时，运用幽默更易被谅解 // 031  
用幽默提升人格魅力 // 033  
压力过大时，用幽默自我缓解 // 035

---

Chapter  
**03**

---

### **掌握幽默技巧，交谈更轻松**

用幽默适度赞美 // 038  
幽默不是冷嘲热讽 // 040  
郑重场合，运用幽默需谨慎 // 042  
越自然的幽默，铺垫越精巧 // 044  
用幽默让他人自相矛盾 // 046  
幽默要适度 // 048  
委婉含蓄更见幽默 // 050  
借助热点，让幽默成共鸣 // 053  
幽默高手能随意成趣 // 055  
突破常规，制造幽默 // 057

---

Chapter  
**04**

---

### **学会方法，提升幽默效果**

巧用关联：风马牛可相及 // 060  
身体语言：此时无声胜有声 // 062  
逆境而起：锐化你的语言 // 065  
对比反衬：下一秒戏剧化 // 067  
制造歧义：巧妙曲解显幽默 // 069

悬念：有种幽默叫意外 // 071  
夸张：何必在意精确 // 074  
一语多义：言在此而意在彼 // 076  
借用经典：幽默更具吸引力 // 078

---

Chapter  
**05**

---

**幽默的进阶，让表达运用自如**

简明扼要，更具幽默感 // 082  
不可忽视语言美 // 084  
穿插巧妙见高明 // 086  
心平气和更能感染对方 // 088  
善用“反手”，更自如 // 090  
善用“组合拳”，撕开对手防线 // 093  
以不变应万变 // 095  
打造自己专属的幽默感 // 097

---

Chapter  
**06**

---

**幽默的高度是智慧，而不是搞笑**

智慧是幽默的调味剂 // 100  
层次越高的幽默越有智慧 // 102  
遭遇尴尬时，让机智和幽默同行 // 104  
学会自嘲，让幽默充满大智慧 // 106  
有一种幽默叫难得糊涂 // 108  
别让幽默一笑而过 // 110  
幽默者很少说教 // 113  
回答问题时，用幽默证明优秀 // 115

## 人生没有困境，幽默就是你的出口

换个角度看尴尬，不如一笑 // 118

听众冷场，换种幽默的方式 // 121

学会用幽默克制冲动 // 123

自我介绍，需要幽默 // 125

用幽默将错就错 // 127

用幽默给自己设台阶 // 129

丢脸也可秒变笑点 // 131

用幽默维护体面 // 133

## 职场并非战场，幽默一点更给力

幽默是职场的润滑剂 // 136

幽默的员工更受大家欢迎 // 139

幽默的员工，更受上司青睐 // 141

给上司提建议时，运用幽默更易被接纳 // 143

上司有疏忽，提醒要幽默 // 146

上司懂幽默，管理更高效 // 149

上司批评员工，运用幽默效果更好 // 151

用幽默提高领导力 // 153

赢得客户，离不开幽默感 // 155

推销用幽默，提高销售额 // 157

## 以幽默为风度，制胜辩论

借势幽默胜雄辩 // 160

辩论时如何运用比喻 // 162  
人在囧途，退路也许是前路 // 164  
用幽默诱敌深入 // 166  
恰当使用典故和歇后语 // 168  
巧用他人笑柄，顺水推舟 // 170  
辩论时，用幽默丰富话题 // 172  
幽默在辩论中的运用原则 // 174

---

Chapter  
**10**

---

### 谈判不必动火气，幽默助你举重若轻

谈判首先说重点 // 178  
借古讽今，语言委婉 // 180  
幽默技巧多样化，成功更省力 // 182  
抓住谈判主导权，幽默更给力 // 184  
用幽默使对方引以为鉴 // 186  
笑也是一种幽默 // 188  
把幽默和反问结合，让对方给出答案 // 190  
巧用幽默，无须先声夺人 // 192

---

Chapter  
**11**

---

### 何来笑点高？——演说中的必备幽默招数

听众不接受，幽默没支点 // 196  
让幽默善始善终 // 198  
演讲高手都懂幽默 // 200  
调动听众的参与感 // 202  
抱怨也能制造幽默 // 204  
就是喜欢你“呆萌” // 206

用幽默来解决事故 // 208

幽默并不是演讲的主题 // 210

---

Chapter

12

---

**让幽默融入感情，生活事业更和谐**

借用幽默，关爱父母 // 214

与长辈交谈，用幽默填平代沟 // 216

用幽默教育孩子 // 218

用幽默来表达爱与关心 // 220

就算拒绝他人，也不忘幽默 // 222

分手快乐 // 224

幽默能化解误会 // 226

幽默是超然物外的态度 // 228

## Chapter 01

# 学会幽默， 打造自己的好声音

究竟什么是幽默？不同的人会给出不同的答案，但有一点是相同的，就是认为幽默可调整情绪，使自己更受欢迎。但是，拥有幽默感并非易事。我们不仅要在跟幽默有关的要素方面做准备，还要牢记幽默的禁忌，才能更好地驾驭幽默。

## 不只是搞笑，细说幽默的内涵

究竟什么是幽默？许多人马上想到的是搞笑。我们先体会一下二者的感情色彩。如果有人说你幽默，大多是夸你风趣，而且睿智；要是说你搞笑，褒义是指你有令人发笑的能力，贬义则多指笨拙、无理取闹。再来看看，现代学者对幽默的诠释是：简洁可笑又寓意深长的表达方式。可见，幽默有着十分丰富的内涵。

“幽默”一词是英文单词“humour”的音译，字面意思为“可笑、滑稽”，后随着时代的发展，有了更多的内涵，如温和亲切、隐蔽含蓄、道理深刻等。运用幽默时，贵在受人欢迎、表意清楚。

演员胡可因长相甜美、俏皮，在老、中、青三代中都有很多粉丝。一次新闻发布会上，胡可趴在舞台上，给台下的一位老奶奶签名。

记者想报道胡可的敬业精神。胡可却说：“我只有在奶奶面前写作业，才敢采用这种姿势。”

胡可通过幽默告诉大家，她面对的不是粉丝，而是自己的长辈，这样一来必然会唤醒粉丝们内心深处的温情，从而更加喜欢她。

表意清楚是幽默的必备条件，可是经常出现这样的现象——许多人说话幽默含蓄，但是对方不明其意，更别提了解其中的道理了。究其原因，是大家在文化构成、生存环境、反应速度上有差异，对幽默的领会程度也就产生了差别。因此，只有采用具有普遍适用性且精准的语言，才能让幽默取得最佳的效果。

一家广告公司的老板问主管：“那个新来的员工，工作态度怎么样？”

“唉！好比直钩钓鱼。”主管说。

老板听后决定不再继续聘用那位新员工。

主管的一声叹息，大家都能听出不尽如人意的意思，这就是语言的普遍适用性。“直钩钓鱼”堪称比喻精准，而且幽默。姜太公钓鱼的故事尽人皆知，老板通过它，很容易就联想到新员工的工作状态——神情悠然，缺乏主动钻研的精神，可能在想跟工作无关的事情。

任何公司都不会留下这样的员工。我们试想，主管如果采用直言不讳的方式，至少要列出几条缺点来证明，既不简洁，也不形象，不如使用幽默的方式，让人开心，引人思索。

如今，推崇幽默的不只是企业管理者，还有教师、演员、作家等。幽默的语言风趣、机智，更受他人喜爱。此外，善于运用幽默的人能制造轻松愉快的气氛，有助于他人提高工作或学习的效率。纽约的一家公司曾做过一次调研，主管为人幽默的部门，员工很少请假，而且会主动加班。

为什么会出现上述的情景呢？据心理学家的研究发现，懂幽默的人与沉闷者相比有以下几点差异。

心态：在工作中拥有幽默感的人，通常都有良好的心态，往往比最勤奋的人的业绩要高。因为最勤奋的人大多有沉重的心理负担，面对艰巨的工作很难乐观、长久地坚持，效率反而会越来越低。幽默的人则会轻松应对复杂的事情，容易找到窍门。

智商：有人认为严肃、沉默的人智商高，幽默的人只是能言善辩。可事实正好相反，幽默的人在智商测试中，分数远远高于沉闷者，而且应变能力更强。

人际关系：在工作和生活中，拥有幽默感的人通常很受欢迎，可以用最少的时间与人融洽相处，得到对方的信赖和帮助；而沉闷者在交往中容易出现沟通不畅的情况，也很难给对方留下亲和的印象。

自信：幽默的人遇到困难，通常会往乐观的方面去想，从而积极应对；而沉闷者会悲观失望，从而忽视了事情的转机。

以上介绍了幽默的要素和作用，希望大家对幽默有一个整体的了解。要想灵活运用幽默，不仅要全方位提高自己的素养，还需针对不同场合采用合适的技巧和方法。

## 用幽默来控制情绪

有人说，定力没了，功夫也就没有了。事实也正是如此，我们愤怒、悲伤的时候，本来可以解决的事情，却处理得很糟糕，要是不及时控制情绪，还可能会造成恶性循环。

在当今社会，让人愤怒的事情经常出现。这些事情原本不严重，但是有人会为此与他人产生冲突，一整天都怒气冲冲，严重影响了正常的工作和学习。这时，运用幽默，不仅能平静自身心态，还能与他人建立良好的关系。

小李是校足球队的前锋，高大强壮。在一次比赛中，他突入禁区，却遭遇对方球员拉拽。其实，对方球员根本不可能拉住他，他却停下来，怒斥裁判没有吹犯规，结果反被裁判给了一张黄牌。

赛后，小李跟教练抱怨。教练笑着说：“离开鹰爪的鱼，只能下潜，不敢吐泡。”

此后，小李摆脱防守后就马上进攻，不再跟裁判争执。

教练没有评论对错，而是采用幽默的方式告诉小李一些足球场上的智慧。这样的幽默方式，能使人发现坏事中积极的一面，从而令情绪变得坚定而且向上，更容易获得成功。

在小说《少年维特之烦恼》中，维特听说深爱的女孩绿蒂已有未婚夫，便无比沮丧，选择结束生命。悲伤也是人们经常出现的情绪，对精神的破坏力丝毫不亚于愤怒。我们一旦走进悲伤的深渊，想再变得乐观就十分不易，这种情况下不妨借助幽默的力量，将心中的阴霾早日消除。

小东一过30岁，家里就催促相亲。终于，小东遇到一个让他心仪的女孩，二人相处一年后便开始谈婚论嫁，共同筹划婚礼的事宜。可不久后，女孩却提出分手，理由是小东给的彩礼太少。

后来，小东又找了个女朋友。这个女孩向他要楼房、汽车，小东的父母便给他准备了150平方米的楼房和30万的越野车。最后，人还是没留住，因为女孩嫌小东没有一份正式的工作。

小东很伤心，找好友阿发倾诉：“也不知道是女孩太现实，还是太不现实。我是没有正式工作，可家里的超市月收入至少3万元，在我们这二线城市也算高工资了吧，却被商场的售货员嫌弃，一定是因为我年龄大了。”

阿发说：“刘邦三十几岁时也是单身，街坊邻居都对他抛白眼，可独得县令恩宠。请拿出你的自信来！”

阿发告诉小东的正是爱情的真谛——就算全世界都认为你很差，但是我青睐于你。他选择历史人物作为依据，既表明了自己对朋友的重视，也告诫好友一定要自信，也许认可自己的是更优秀的人。

俗话说：“榜样的力量是无穷的。”阿发通过幽默的方式来减缓好友的悲伤，相信小东以后也能勇敢面对物质和年龄给自己带来的压力。

还有一些情绪，如焦虑、紧张等，如果不能及时加以控制，也会对我们自身造成严重的影响。我们仍旧可以采用幽默的方式让自己变得轻松，从而减轻由精神状态带来的阻力。

人生在世，许多人都会有苦其心志的时候。要是我们的情绪失衡，可以用幽默来调节，进而恢复积极情绪，调整好状态，充分发挥自己的能力。

## 幽默必需的准备

古人说，未雨绸缪。幽默也是如此，必须提前准备，积累素材，等到急需的时候才不会束手无策。下面我们就一起来看看，驾驭幽默必需的元素有哪些。

### 气度

著名地质学家朱夏说：“幽默来自于气度。”可究竟什么是气度？不同的人有不同的答案，如诗文气韵、大将风度、豁达豪放、宠辱不惊，这些都属于幽默的范畴。

我们先来看看诗文气韵。苏轼被贬黄州，写下《定风波·莫听穿林打叶声》，其中写道：“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。”一个人要是腹中有这样的诗文，面对人生中的窘境，也会有潇洒、镇静的气度，幽默之语自然而出。

风度气魄，一来自天性，二来自后天磨练所带来的心理承受力和智慧。有风度气魄的人也许说不出华丽的语言，但是可在幽默中见其豁达和坚韧。

上海深坑酒店建在一个废弃的采石场中，再加上位于长江三角洲地区，施工过程中渗水问题十分严重。被浸的土层承受力极差，引发了许多事故。为了加强土层的强度，工程队的研究人员采用了很多种材料做试验，发现都不适用。

这时有人对主要研究员说：“这么多次你都没成功，难道还要继续试验吗？”

“我虽然没成功，但是也没失败。至少我已经发现哪些材料不适合用来加固土层了。”

许多取得重大科研成果的人，就是有一种百折不挠的气度，并且能将其转化成幽默的力量来激励自己和他人。我们在运用幽默之前，也不要忽视对气度的提升。生活中有很多棘手的问题，你要是畏难，就算说出幽默的语言，也会因紧张而影响语速和音量，不见幽默。

### 应变能力

幽默有几大特点：无法通过多次彩排，向观众展示最佳效果；人们提出的话题