

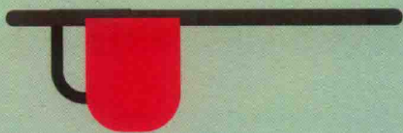
# 幽默 与沟通

即兴

化忌为喜的  
幽默术

处世幽默

柔以避刚  
笑以挡灾



欣溶 编著

说幽默话，做幽默人，  
你将成为一个受欢迎的人。

中国华侨出版社

# 幽默与沟通

欣溶 / 编著

中国华侨出版社

北京

---

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

幽默与沟通 / 欣溶编著. — 北京 : 中国华侨出版社, 2018.3

ISBN 978-7-5113-7528-5

I. ①幽… II. ①欣… III. ①幽默(美学)—口才学—通俗读物 IV. ①H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第031326号

---

### 幽默与沟通

---

编 著: 欣 溶

出 版 人: 刘凤珍

责任编辑: 安 可

封面设计: 李艾红

文字编辑: 聂尊阳

美术编辑: 武有菊

经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1230mm 1/32 印张: 8.5 字数: 183千字

印 刷: 北京德富泰印务有限公司

版 次: 2018年5月第1版 2018年5月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-7528-5

定 价: 32.00元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦3层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

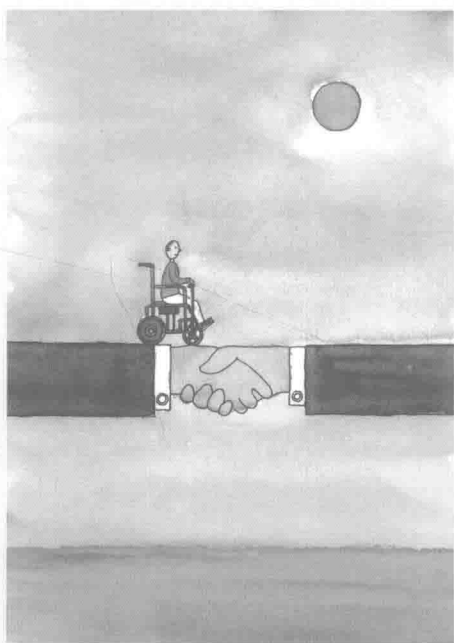
发 行 部: (010) 88893001 传 真: (010) 62707370

网 址: [www.oveaschin.com](http://www.oveaschin.com) E-mail: [oveaschin@sina.com](mailto:oveaschin@sina.com)

---

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

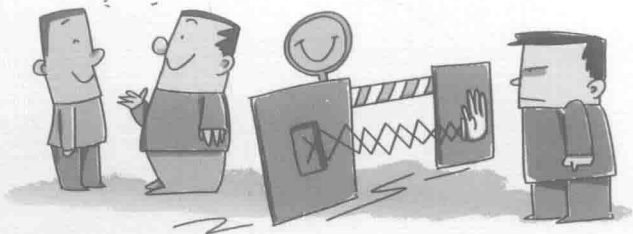
口才好的人，能说会道，能言善辩，这是一种优点；而口才不好，往往是一种遗憾。口才好的人，讲起话来幽默生动，妙趣横生，使人听得津津有味，如同艺术享受；反之，则使人昏昏欲睡，好似身受折磨。



幽默为武器，变意外为常态。

拥有幽默和自信，就等于成功了一半。





幽默是最好的社交通行证。

幽默，是外来词，由英文音译而来。而英文中的这个词则来源于拉丁文，幽默有广义与狭义之分，在西文用法中，常包括一切使人发笑的文字，连鄙俗的笑话在内……在狭义上，幽默是与讥讽、揶揄区别的。幽默一词的广泛运用，要归功于英国人文主义戏剧家琼生，而最初将“幽默”一词移入中国的要首推林语堂了。口才，在《现代汉语》里面的解释为：说话的能力。《孔子家语·七十二弟子解》：“宰予字子我，鲁人，有口才著名。”口才发展到现代，已经不仅仅是“口”上的能力，还包含了身体语言、观察能力和思维能力。

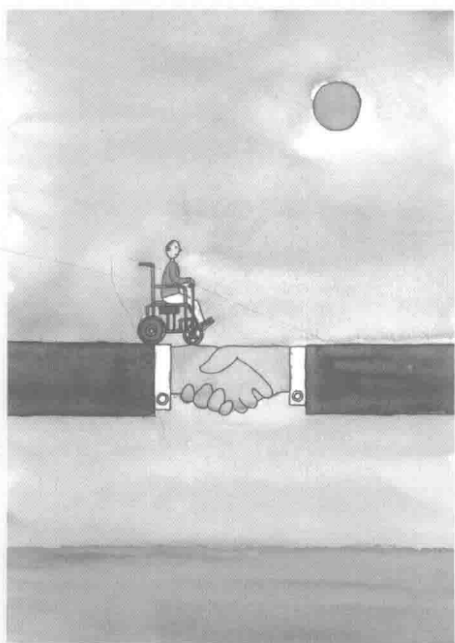
沟通，就是与人交往的才能。一个人沟通的才能是他综合素质中的一个重要方面。每个人都生活在社会中，都需要与人交往、与人沟通，这就需要说话，而说话的本领有高低之分。口才好的人，能说会道，能言善辩，这是一种优点；而口才不好，往往是一种遗憾。口才好的人，讲起话来幽默生动，妙趣横生，使人听得津津有味，如同艺术享受；反之，则使人昏昏欲睡，好似身受折磨。对同样的问题，口才好的人去劝说别人，就能说服；去谈判，就能成功；去辩护，就能胜利。相反，则往往失败。所以，不同的说话方式，会收到不同的沟通效果。



幽默不仅仅是社交的法宝，更是一门生活的艺术。它不等同于滑稽与搞笑的做作，表现的是一种纯粹的生活态度。沟通能力是人一生中最难能可贵的本领和技术，是决定一个人生活及事业优劣成败的一个因素。

幽默作为我们日常生活中必不可少的工具，它可以使生活中的矛盾和争端得到缓解，也可以使人变得信心无限。幽默是智慧的迸发，是善良的表达，是人生的助推器，更是一种胸怀、一种境界。正如著名作家王蒙所说：“幽默是一种成人的智慧，一种穿透力。一两句就把那畸形的、讳莫如深的东西端了出来。既包含着无可奈何，更包含着健康的希冀。”

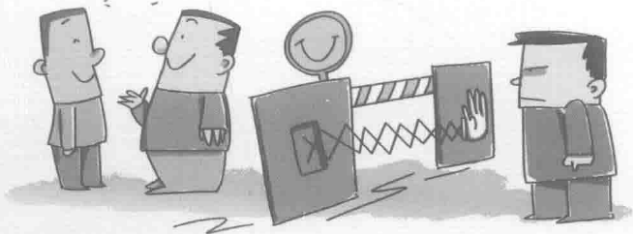
本书分为幽默的力量、幽默的应用和幽默的提升上、中、下三篇。上篇具体介绍幽默与沟通在生活中的重要性和智慧所在，让读者在最短的时间内领会幽默与沟通的真谛。中篇分别从处世、社交、做事、谈判、职场、生活等方面，结合具体案例生动、具体地讲述了幽默与沟通在现实应用中的独特魅力。无论是没有任何准备的即兴幽默，还是准备充分的演讲幽默、说服幽默，其蕴涵的睿智与机敏都能在融洽的氛围中说好难说的话，办好难办的事。下篇从实际应用出发，为读者具体传授幽默与沟通的技巧和方法。读者通过不断学习这些方法和技巧以及通过在现实生活中的灵活运用，一定会成为一个沟通能力俱佳的幽默高手。说幽默话，做幽默人，你将成为一个最受欢迎的人。幽默的沟通艺术是一个人走向成功的捷径，幽默能够让你成为一个不怕困难，能把困难“笑”倒的人，让你成为人生旅途中笑到最后的人。



幽默为武器，变意外为常态。

拥有幽默和自信，  
就等于成功了一半。





幽默是最好的社交通行证。

幽默，是外来词，由英文音译而来。而英文中的这个词则来源于拉丁文，幽默有广义与狭义之分，在西文用法中，常包括一切使人发笑的文字，连鄙俗的笑话在内……在狭义上，幽默是与讥讽、揶揄区别的。幽默一词的广泛运用，要归功于英国人文主义戏剧家琼生，而最初将“幽默”一词移入中国的要首推林语堂了。口才，在《现代汉语》里面的解释为：说话的能力。《孔子家语·七十二弟子解》：“宰予字子我，鲁人，有口才著名。”口才发展到现代，已经不仅仅是“口”上的能力，还包含了身体语言、观察能力和思维能力。

沟通，就是与人交往的才能。一个人沟通的才能是他综合素质中的一个重要方面。每个人都生活在社会中，都需要与人交往、与人沟通，这就需要说话，而说话的本领有高低之分。口才好的人，能说会道，能言善辩，这是一种优点；而口才不好，往往是一种遗憾。口才好的人，讲起话来幽默生动，妙趣横生，使人听得津津有味，如同艺术享受；反之，则使人昏昏欲睡，好似身受折磨。对同样的问题，口才好的人去劝说别人，就能说服；去谈判，就能成功；去辩护，就能胜利。相反，则往往失败。所以，不同的说话方式，会收到不同的沟通效果。

幽默不仅仅是社交的法宝，更是一门生活的艺术。它不等同于滑稽与搞笑的做作，表现的是一种纯粹的生活态度。沟通能力是人一生中最难能可贵的本领和技术，是决定一个人生活及事业优劣成败的一个因素。

幽默作为我们日常生活中必不可少的工具，它可以使生活中的矛盾和争端得到缓解，也可以使人变得信心无限。幽默是智慧的迸发，是善良的表达，是人生的助推器，更是一种胸怀、一种境界。正如著名作家王蒙所说：“幽默是一种成人的智慧，一种穿透力。一两句就把那畸形的、讳莫如深的东西端了出来。既包含着无可奈何，更包含着健康的希冀。”

本书分为幽默的力量、幽默的应用和幽默的提升上、中、下三篇。上篇具体介绍幽默与沟通在生活中的重要性和智慧所在，让读者在最短的时间内领会幽默与沟通的真谛。中篇分别从处世、社交、做事、谈判、职场、生活等方面，结合具体案例生动、具体地讲述了幽默与沟通在现实应用中的独特魅力。无论是没有任何准备的即兴幽默，还是准备充分的演讲幽默、说服幽默，其蕴涵的睿智与机敏都能在融洽的氛围中说好难说的话，办好难办的事。下篇从实际应用出发，为读者具体传授幽默与沟通的技巧和方法。读者通过不断学习这些方法和技巧以及通过在现实生活中的灵活运用，一定会成为一个沟通能力俱佳的幽默高手。说幽默话，做幽默人，你将成为一个最受欢迎的人。幽默的沟通艺术是一个人走向成功的捷径，幽默能够让你成为一个不怕困难，能把困难“笑”倒的人，让你成为人生旅途中笑到最后的人。

## 上篇 幽默的力量

### ——嘴上功夫，彰显人生智慧

#### 第1章

#### 幽默的人生，精彩的智慧

- 2 幽默是一种智慧力量
- 4 幽默是一种灵性修养
- 6 幽默是一种生活态度
- 8 真正幽默的情状表现
- 10 幽默是一份庄重严肃的笑量
- 11 幽默的本质是以笑的方式娱人

#### 第2章

#### 化干戈于和谐，幽默是人际关系的润滑剂

- 13 幽默能带来友善的人际关系
- 15 幽默让你从容应付各种场合
- 17 用幽默将批评包裹上糖衣
- 18 幽默可孕育安适的交际气氛
- 19 得体的幽默最能取悦他人之心

### 第 3 章

#### 化阴郁于笑谈，幽默是身心保健医生

- 22 幽默可有效防治不良的情绪
- 23 “笑”能够提高身体免疫力
- 25 幽默是紧急情况中的镇静剂
- 26 幽默是化解抑郁的心理医生
- 28 幽默对身体的八大保健功用

### 第 4 章

#### 调剂平凡生活，幽默让美好无处不在

- 31 幽默共享，才能放大价值
- 33 幽默去除生活的平淡
- 34 幽默是爱情甜蜜的守护神
- 36 敲碎悲观外壳，懂得幽默生活
- 37 正式场合有笑声，幽默调节气氛
- 39 幽默是趣味生活的空气清新剂

### 第 5 章

#### 善用幽默口才，实现尽善尽美的生存

- 41 幽默可营造良好的谈判氛围
- 44 幽默可增强演讲人的感染力
- 45 幽默是拉近朋友关系的磁石
- 47 幽默打造生意场的圆融交际



## 中篇 幽默的应用

### ——身临其境，学会幽默待人

#### 第1章

#### 即兴幽默——急中生智，瞬间打动他人

- 50 一见如故——与初识人幽默相交
- 52 临时发挥——化忌为喜的幽默术
- 53 “将错就错”——顺理成章中显智慧
- 54 打破冷场——幽默逗你喜笑颜开
- 56 兵来将挡——机智幽默应对奚落
- 58 以静制动——应对别人的指责嘲笑
- 60 即兴聊天——幽默捧场，愉悦情怀

#### 第2章

#### 处世幽默——柔以避祸，笑以挡灾

- 63 幽默话助你轻松做人
- 65 通过暗示，善于说不
- 67 用幽默钝化他人攻击
- 68 “顾左右而言他”的幽默
- 70 触及他人痛处时的转机
- 71 遭遇尴尬时故说痴话
- 73 寓理于事，不言自明
- 75 艰涩问题，避实就虚
- 77 讽刺幽默，机智防卫
- 78 用模糊语言宛转作答