

做个会说话会办事的女人



聪明女人

话要这么说
事要这么做

*Smart
Woman*

林 淼 编著

聪明女人都有一张伶俐的嘴，
开会之间散发迷人芬芳
聪明女人都懂巧妙做事之道，
行动之中透出其中精妙

中国纺织出版社

做个会说话会办事的女人



聪明女人

话要这么说
事要这么做

*Smart
Woman*

林 森 编著

聪明女人都有一张伶俐的嘴，
开合之间散发迷人芬芳
聪明女人都懂巧妙做事之道，
行动之中透出其中精妙



中国纺织出版社

内 容 提 要

说话水平和办事能力是现代女性素质的综合体现，出色的口才和卓越的办事能力就是一个女人获取成功和幸福的法宝。

本书分为说话、做事两个方面，是一本全面、实用、精致的女性社交能力提升读本，可帮助女性修炼独特魅力，成就事业、家庭和婚姻的幸福美满。

图书在版编目（CIP）数据

聪明女人话要这么说事要这么做 / 林森编著. —北京：中国纺织出版社，2013.2

ISBN 978-7-5064-9452-6

I. ①聪… II. ①林… III. ①语言艺术—女性读物②成功心理—女性读物 IV. ①H019-49②B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第283891号

策划编辑：闫 星 责任编辑：曲小月 责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址：北京东直门南大街6号 邮政编码：100027

邮购电话：010—64168110 传真：010—64168231

http: //www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

尚艺印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2013年2月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：17.5

字数：226千字 定价：29.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换



前言

PREFACE

随着时代的进步，女人们也开始走出家庭和闺房，和男人们一起参与社会竞争，但相对来说，女人要想活得精彩、活得幸福是不容易的。很多女人常常感到自己竞争压力大，工作不顺心，业绩不明显，经常受到领导批评。回家后常和爱人吵架，丈夫“出轨”，只能勉强维持名存实亡的婚姻，为一点小事就与对方针锋相对，虽有一份让别人羡慕的收入却没有让自己喜欢的生活方式……这是为什么？女人们常常问自己：我到底哪里做得不对？也许你很优秀，你也很美丽，但你并不一定聪明。

我们发现，在生活中，那些受人欢迎、幸福指数高的女人多半都有两项必杀技——会说话、会办事。她们懂得“话不说满、事不做绝、谨慎交友”的原则和底线。无论是生活、感情还是事业，她们都处理得游刃有余。

“一言可以兴邦，一言可以废邦”。善于说话的女人在这个世界上能够御风而行、万事顺心，不会说话的女人则如船搁浅滩，步步难行。因此，作为女人，你可以长得不漂亮，但你一定要说得漂亮。动听的声音、恰当的表达、巧妙的沟通，都能让你在生活 and 工作中顺心顺意。为什么有的女人身负旷世才学，行走世上却步履维艰？有的人资质平平，却能干出一番惊天动地的事业？这在很大程度上取决于她们说话的水平。很多女人



成功的秘诀之一便是能说会道。的确，说话是人类最有效的沟通方式，而说话技巧则是决定一个人做事成败的关键因素。假如你是一个容颜美丽的女人，优雅的谈吐可以使你更加迷人；假如你是一个相貌平平的女人，得体的言谈也可以让你光彩照人。对于女人来说，卓越的口才才是增加自身魅力的砝码，更是让她在生活中、在职场中御风而行的有力武器。好的口才可以改变一个人的命运，可以帮助女人成就一番事业。

当然，女人除了会说话以外，还必须懂得一些做人做事的心计。当今社会，人心日趋复杂，竞争几近沸腾，与人打交道，适当地长点“心眼”、“心计”，会使你进退自如、游刃有余；恰当地运用“心眼”、“心计”，会让你财源滚滚来、职衔一路提升、办事一路畅通、人际关系和谐融洽。

可见，若一个女人练就了独到的说话办事的能力，真正做到说得入木三分、凡事能办得圆融完善，在任何情况下都是魅力四射的焦点。

人生一世，说话办事是一门必修的课程。“会说话的女人受欢迎，会办事的女人最出众。”倘若你想做个幸福、优雅、聪明的女人，假若你想寻找成功处世的捷径，假若你想做到事业成功，假若你想提升自己的幸福指数，那么，本书都能为你提供有价值的参考，让你尽随心愿。

编著者

2012年8月



目 录

CONTENTS



上篇 说话：这样的女人惹人喜爱

第1章 初次见面，幽默大方——女人这样说让人印象深刻

女人的智慧用话语讲出来

良好的第一印象为自己赢得好评价

谈吐大方，有重点地进行自我介绍

说话优雅，展现女人高素质

有趣的话题，快速拉近彼此距离

察言观色，有选择性地说话

第2章 柔声细语，吐气如兰——女人说话善用“声”“气”讨巧

声线沉稳的女人更易带给他人亲切感

柔声细语打动铮铮硬汉

说话让别人听着舒服才有效果

多说“谢谢”，让人听起来很美

用声音的魔力增添女性魅力

女人的美丽在言语中表露

第3章 能说会道，谈吐优雅——女人说话要圆融通达

聪明女人，能说会道是一种能力



精明女人，谎话也能说得漂亮

委婉女人，说话用点暗示语

智慧女人，从不吝啬赞美之言

魅力女人，巧用幽默话为自己增彩

第4章 细心交流，躲开雷区——聪明女人动嘴前先动脑

聪明女人，勿逞口舌之快

女人的话不能说得太直接

开玩笑也要注意分寸

别给自己制造沟通的障碍

女人别让口头禅影响你的形象

女人别哪壶不开提哪壶

第5章 舌绽莲花，巧言表达——聪明女人不说青涩话

说话稍沉默，偶尔的停顿显示女人内涵

说话有保留，学会给自己的话留后路

说话巧把握，女人说话要拿捏住分寸

说话懂礼仪，有礼貌的女人更易赢得尊敬

说话讲逻辑，条理清晰彰显女人能力

第6章 轻声慢语，甜美情话——女人要把感情“谈”出来

恋爱中，第一次约会从哪儿说起

爱要含蓄表达才让人回味无穷

说爱，要从尊重开始

向恋人传达不满要婉转说明

拒绝他人不要拒绝情谊

第7章 蜜语绵绵，爱人常伴——女人的甜言蜜语征服人心

甜言蜜语给婚姻加些养料

婚姻中关键时刻懂得说软话

爱他就要大声说出来

让“斗嘴”成为婚姻的调味剂



别让“唠叨”毁灭你的婚姻

那些婚姻里不能说的话

多给他点积极暗示的话

你和他之间那些善意的谎言

第8章 交际有道，口能择言——聪明女人收放自如

合适的称谓，给他人留下好印象

交际中话要少说，避免掉入是非陷阱

真诚的话语更容易打动人心

透过言谈看出对方心思

插话是门艺术，恰当时机才有效

甜美的声线，让女性轻松打动他人

第9章 智言妙语，恰当言辞——职场之上说话滴水不漏

职场女性先会“听”再学“说”

诚信，是女性在职场打拼的金字招牌

不恰当的沟通方式是职场交流禁忌

感谢的话语不用遮遮掩掩

酒桌上的妙语言谈为女性拓宽事业路



下篇 做事：这样的女人左右逢源

第10章 结交朋友，储蓄人脉——女人做事要注重感情投资

感情要维护，不做过河拆桥的事

多交朋友，关键时刻才能为己所用

帮助他人不要常常念叨

不可忽视身边的每一位平凡人

处于痛苦中的人需要你真诚地安抚

第11章 巧借外力，以智取胜——善“借”力的女人事半功倍

女人做事绝不能埋头苦干



巧借他人力量完成自己的事

利用名人效应提升自己的名气

满足他人虚荣心为自己办成好事

女人要善用凝聚人心的老乡情

第12章 把握分寸，有理有节——掌握求人办事的原则与分寸

求人办事，以情动人成功近在眼前

求人办事，先学会“忍耐”这一课

求人办事，有礼有数才显示出你的诚意

求人办事，让微笑替你扫清不满

求人办事，懂变通才好办事

第13章 以柔克刚，所向披靡——女人做事要发挥性别优势

女人本身就是一种资本

以柔克刚，让他人难以拒绝

打动人心的眼泪，女人要用在刀刃上

示弱，体现你的别样风情

不经历挫折，就看不见彩虹

细腻的女人为自己赢得更多信赖

多结交贵人，让你的事业平步青云

第14章 内方外圆，适度忍耐——沉住气的女人才能办成事

左右逢源，让女人拥有更多机会

交际场的万能钥匙——打圆场

进退自如，才能有的放矢

利益不急于一时，女人先要沉住气

人脉的积累有时不会一帆风顺

留面子给他人就是留面子给自己

第15章 积累人情，储蓄资本——女人要精心编织人脉网

女人不要主动为自己树敌

别让你的喜好影响你的交际圈



女性拓展朋友圈需要点儿妙招
消除与陌生人之间的隔膜
能被他人利用是一种价值的体现
学会宽容，让女人看起来更美

第16章 性格良好，处世有方——树立这样的女人更受欢迎

自强自立的性格更易成事
女人娇小，也不缺冒险精神
积极参与竞争的女人最好命
吃苦耐劳的女人有福气
女人做事要有专注的好性格
有创新性格的女人更出色
特立独行让女人脱颖而出
女人不光柔弱，更要干脆
性格沉稳的女人行事稳重

第17章 多点心思，彼此欣赏——家庭幸福需要自己成全

幸福的婚姻掌握在女人自己手中
不因疼爱而肆意任性
你如何对待他的异常
男人的面子，女人手下留情
婚姻中也要懂得礼貌
处理婆媳关系并不是难事
换位思考让夫妻相处更融洽
彼此欣赏才能让感情细水长流
把他的那些穷亲戚看在眼里
无关紧要的小事最值得妥协

第18章 做好规划，时刻准备——职场智慧呈现完美自我

为自己的职业做规划，把握自己人生路
及时补充知识，别落在时代后面



女人的能力要时刻准备着
做个让老板需要你能力的女人
让工作能力提高你的工作业绩
时刻保持清醒，保持良好工作状态

第19章 主宰自己，拥有目标——每一步都走出人生的精彩

成功的道路上要学会坚持不懈
感兴趣的事更能激发你的潜能
女人要做自己情绪的主宰者
准确地推销自己，为自己抬高身价
看清现实，女人别活在虚幻的梦境中
稳中求胜，伴女人走向成功

参考文献

上 篇

说话：这样的女人惹人喜爱



第1章 初次见面，幽默大方

——女人这样说让人印象深刻

女人的智慧用话语讲出来

当今世界竞争日益激烈，三十多岁的女人要在社会上立足，除了要拥有参与竞争、迎接挑战所必备的知识和技能之外，得体的说话技巧、优秀的口才无疑会助其占据一个有利于发展的制高点，是其迈向成功和幸福的砝码。

会说话的作用是全方位的。在生活中，它能帮你开启与人谈天说地、交流感情、拉近距离的阀门，从而发展天长地久的友谊，赢得忠贞不渝的爱情；当你与他人关系出现问题时，它是修复伤痕、治愈心灵的疗伤神药。正如埃及谚语所说“有口才才使你雄辩滔滔，占尽上风。”

一天，一家服装店来了一位客人要求退回一件外衣。但是这位客人已经把衣服带回家并且穿过了，只是她丈夫不喜欢。她辩解说“绝没穿过”，要求退货。可是女售货员赵琳检查了外衣，发现明显有干洗过的痕迹。

这时，赵琳考虑到直截了当地向顾客说明这一点，顾客是绝不会轻易承认的，因为她已经说过“绝没穿过”，而且精心伪装了没有穿过的痕迹。这样，双方可能会发生争执。于是，赵琳说：“我很想知道是否您丈



夫把这件衣服错送到干洗店去了。我不久前也发生过一件同样的事情，我把一件刚买的衣服和其他衣服一起堆放在沙发上，我丈夫没注意，把这件新衣服和一大堆脏衣服都塞进了洗衣机。我怀疑您是否也遇到这种事情——因为这件衣服的确看得出已经被洗过的明显痕迹。不信的话，你可以跟其他衣服比一比。”

顾客看了看证据知道无可辩驳，而赵琳又为她的错误准备好了借口，给了她一个台阶——可能是她的丈夫在没注意的情况下，把衣服送到了干洗店。于是顾客顺水推舟，收起衣服走了。售货员赵琳的话说到顾客心里去了，使她不好意思再坚持。一场可能的争吵就这样避免了。

赵琳的一番话既表现了对顾客的尊重，又营造了宽松和谐的交谈氛围，令事情得到圆满解决。可见，女人要会说话，尤其是在人际交往中，一句得体而智慧的话语往往能创造意想不到的契机，进而起到事半功倍的效果。

是否会说话一直是决定三十多岁女人生活质量高低及事业成败的重要因素。女人每天的喜怒哀乐往往由其言语来决定，一生成败于会说话的女人很多。口才好、说话流利会被人赏识，既有才干又兼备口才的女人成功的希望更大，因为你的才干完全可以通过言语谈吐充分地表露出来，使他人能更深入的了解你、重视你，从而把重任托付于你。

会说话的女人颇有一种不可思议的力量，能缓解周围紧张的气氛，为人送上丝丝轻松。会说话的女人，能流利表达出自己的意图，把观念阐述得有条有理，使别人心悦诚服地接受。同时，还能在对话中探知对方的意图，增加彼此的了解以建立良好的友谊。不会说话的女人，常因不能完整表达自己的初衷，而使对方费神不能信服。

王红是一家化妆品公司的老总，她最不能接受的事儿就是凯迪拉克轿车的推销员开着福特轿车四处游说，人寿保险公司的经理自己不参加保险。所以，她要求公司的所有职员都要用自己公司生产的化妆品。

一次，她发现一位下属正在使用另外一家公司生产的粉盒及唇膏，这位下属吓得赶紧把它们收了起来。王红走到她桌旁，微笑地说道：“老天



爷，你在干吗？你不会是在公司里使用别的公司的产品吧？”她的口气十分轻松，脸上洋溢着微笑。

下属的脸微微地红了，不敢吱声，心想这下该挨批了。但是，王红并没有发火，什么都没说就走开了。第二天，王红送给她一套公司的化妆及护肤产品并对她说：“如果在使用过程中觉得有什么不适，欢迎你及时地告诉我。”后来，公司所有的新老员工都有了一整套本公司生产的适合自己的化妆品和护肤品。王红亲自做了详细的示范。她还告诉员工，以后员工在购买公司的化妆品时可以打折。王红亲和的态度、友善的话语，使她自然地与员工打成一片，成功地灌输了她正确的经营理念。

女人会说话，拥有滔滔不绝的口才，总能很愉快地成就很多事情，使周遭人不知不觉折服于其能力之下。因为她们懂得“到什么山唱什么歌，见什么人说什么话”，她们能将想要表达的内容动之以情、晓之以理地表述出来，使人如沐春风。女人若有了了不起的口才，方能抓住机遇、左右逢源、处处顺行畅通无阻。

女人在一生中，无论选择如何度过漫漫人生、何种生活方式、实现哪种目标，都无可避免地要与他人交往、沟通和相处。因此，会说话是女人智慧的体现，也是生活中最基本、最重要头等大事。会说话是女人跨越人生和事业成功的第一道壕沟，能灵活运用各类说话技巧，便拥有了打开成功之门的金钥匙。会说话的女人终将成长为无往不胜、包罗万象的卓越女人。

良好的第一印象为自己赢得好评价

我们每天要接触海量的讯息，要与一个又一个的陌生人打交道。你是不是有这样的印象：某一个人，其实你并不了解他，只是第一面觉得“讨厌”，于是不想继续接触了。推己及人，我们自己留给陌生人第一印象，也对双方的关系起着不可替代的作用。



人与人之间的第一次接触，就可以彼此在心里形成一个大致的评价，并直接影响以后的关系发展。

第一印象，就是两个素不相识的人第一次见面所形成的印象。第一印象的形成有50%以上的内容与外表有关，不仅是容貌，还包括体态、气质、神情和衣着的细微差异；第一印象有大约40%的内容与声音有关，音调、语气、语速、节奏等都将影响第一印象的形成。

在我们真正了解一个人之前，第一眼看到他时，就形成了对他的初步看法，即所谓先入为主。例如，在学校里对新来的班主任、新来的插班生，在单位里对新来的领导、新来的同事，介绍恋爱对象的第一次见面等，第一印象都会发生作用，双方都力图使对方对自己获得好印象，作为今后交往的起点。

年轻的女性，因为环境、阅历所限，想一开始就给人一种从容镇定、堪当重的印象是不现实的。我们所要达到的目标，也不外是让人在第一次见面时对你有些好感、接纳你，并愿意给你提供空间。这其中切实可行而且我们自己可以控制得了的因素，首先应该是服装与风度。

犹太教里有这样的教诲：人在自己的故乡所受的待遇视风度而定，在别的城市则视服饰而定。自我推销是需要技巧的，正像推销产品一样，要有一个好的外包装吸引人的注意力，从而顺利地把自己推销出去。“先敬罗衣后敬人”，从道德上说是不公正的，但面对现实的社会观念，我们尚无法改变。因为要对方了解你的内在美，尚需一段时间，而体现一个人个性的着装却一目了然，给人留下一个完整的印象。许多大公司对所属雇员的装扮都有“规格”，这是自己的形象，也是公司的形象。人们见你的第一眼，就根据你的穿着给你定了位。

一位企业家这样说道：“在商界，企业家最初的合作看什么？其实很大的成分是看衣着。有一次，我想开发一种新的产品，一位朋友给我介绍了一个合作伙伴。见面的那天，他穿着西装，里面没穿衬衣，只穿了一件圆领衫，手里拎着一个彩色手机。”

“我当时看着就很别扭。你想想，西装是多正式的着装，他弄了件圆



领衫来搭配，典型的暴发户形象。我当时就决定，不与他合作。后来，朋友说：‘他真的很有钱，而你正缺钱。’我缺钱不假，可是合作伙伴这个人才是主要的。他出钱他就要参与，要管理，要与我共同决策，他的水平直接影响到我的生意，所以我不选择他。”

这位企业家仅凭第一印象选人对是错姑且不论，我们从这则故事中可以看出，第一印象对于一个人的重要性。当你还没有开口说话的时候，衣服就是你的代言人，一个人的外在形象留给大家的潜在印象的差别是不可估量的。如果不想成为同行的笑柄，你的服装必须合体；如果不想让同行或客户鄙视，你的服装必须庄重；如果不想让人看出你的性格或爱好，你的服装必须是保守的、得体的。

对于章启月这个名字，大家一定不会陌生，她是中国第三位外交部女发言人，现任中国驻比利时大使，是她把与丝巾或色彩多变的衬衣相配的精致套装、考究发型和得体妆容（口红颜色永远和领口色调一致）带到了全世界的新闻镜头里。她精通多国外语，面对压力始终处之泰然，活出了许多女人想活出的生活与品位。在1999年第一次主持新闻发布会后，章启月被外国媒体称做“北京美人”。她容貌端庄，反应敏捷，沉着坦然，答问简洁自如，从不拖泥带水。她代表着中国，同时代表了这个国家自信、沉稳的新形象。

一个人的优点可以是多方面的，比如为人善良、知识渊博、性格坚韧，但这一切，都需要一个展示的舞台。如果你第一次就把形象搞砸了，所有的优点都将失去表现的机会。注意你给人的第一印象，凡事争取一个良好的开端。

谈吐大方，有重点地进行自我介绍

女性的智慧，最引人注目的地方是其交际魅力。与不熟悉的人见面，通常由自我介绍或经由他人介绍开始，所以一个让人印象深刻的自我