

BOY

语言是否得体关系甚大，

而语言通常有两种功能，第一种是演说，第二种是交谈。 柯君◎编著

——西塞罗



做一个 会说话能做事的 杰出男孩

会说话，左右逢源
能做事，马到成功

精华版

黄金要经过淘洗才能得到，精辟的被表达的很好的思想也是这样。

——列夫·托尔斯泰





做一个 会说话能做事的 杰出男孩

精华版

柯 磊 编著



图书在版编目 (CIP) 数据

做一个会说话、能做事的杰出男孩/柯君编著. —北京: 新世界出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-5104-0747-5

I. ①做... II. ①柯... III. ①男性—口才学—青少年读物
②男性—人间交往—青少年读物 IV. ①H019-49②C912. 1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 241255 号

做一个会说话、能做事的杰出男孩

策划: 梁小玲

作者: 柯 君

责任编辑: 梁小玲

封面设计: 创品牌

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室: +86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部: +86 10 6899 5968 6899 8733 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

版权部电话: +86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印刷: 九洲财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 787×1092 1/16

字数: 330 千字 印张: 20

版次: 2010 年 2 月第 1 版 2010 年 2 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5104-0747-5

定价: 39.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

序

在现代社会，由于经济的发展，人们交往频繁，口头表达能力的重要性日益增强，口才越来越被认为是现代人所应具有的能力之一。作为现代的人，不仅要有新的思想和见解，而且要能在别人面前很好地表达出来。不仅要以自己的行为对社会作贡献，而且要能用自己的语言去感染、说服别人。对青少年来说，进入社会需要口才；就职业而言，从事现代社会的各行各业都需要口才；对政治家和外交家来说，口齿伶俐、能言善辩是一项基本的素质；法官要使罪犯认罪伏法，律师要维护被告人的合法权益，少不了要进行辩驳；商业工作者推销商品、招揽顾客，企业家经营管理企业，都需要口才。在日常交往中，有口才的人能把平平常常的话题讲得很吸引人，口笨嘴拙者即使讲的内容很好，听起来也索然无味。有些建议，有口才的人一说就通过了，无口才的人却无法获得通过。青少年想要成功，就必须融入社会，争得别人的广泛支持，这就必然会遇到论辩和论战。如果一个人满腹经纶，却由于口才不佳，表达不清，怎能使自己的观点为他人所接受呢？本书的上篇《说话的艺术》以五章的篇幅为准备成为杰出男孩的青少年介绍了说话的技巧。

杰出男孩 口才为上 口才是说话的才能，即善于用口语准确、恰当、生动地表达自己的思想感情的能力。口才是人的智慧的综合反应，谈话、授课、讲演、作报告都需要口才。一个没有真知灼见、人云亦云的人，是难以折服听众的。口才一般是经过培养与训练而成的，它在人们的生活和工作中具有重要的作用。

流利口才 技巧为上 现代社会是一个竞争与合作的社会，有的人在竞争中失败，有的人在合作中成功，这其中奥妙何在？在现代交际中，是否能说，是否会说，以及与言谈交际相关知识能力的多寡，着实影响着一个人的成功和失败。

赞美别人 成就自己 意大利喜剧家卡尔洛·哥尔多尼说过：“过分的赞美会变成阿谀。”赞美的语言一定要恰当，不能言过其实，赞得“过分”。

赞美的方法多种多样，或者真挚热情，或者含蓄委婉，或者自然流露，





或者顺应语势，或者具体确切，或者发自肺腑……应根据不同人的身份、年龄和层次，运用不同的赞美方法。但原则只有一个：恰如其分，恰到好处。

把握分寸 掌握要领 俗话说：沉默是金，言多必失，祸从口出。一个冷静的倾听者，不但到处受人欢迎，而且会逐渐知道许多事情。而一个喋喋不休者，像一只漏水的船，每一个乘客都希望赶快逃离它。同时，多说招怨，瞎说惹祸。正所谓言多必失，多言多败。只有沉默，才不至于被出卖。保持沉默便是保持不伤人。

口才训练 有法可循 对于杰出男孩来说，为了成为成功的交谈者，应当遵循口才训练循序渐进的基本规律，进行必要的学习。知识是人们在社会实践中所获得的认识和经验的总和，是说话者能够很好地以言辞实现人际沟通交流的源泉。有的人之所以很有说话水平，究其根本原因，就在于丰厚的知识积累。胸有成竹，欲发则出；积之愈深，言之愈佳。对交谈者来说，知识是多方面的。对不同的人，有不同的知识要求。不同的人，对知识的把握程度也不尽相同。对于青少年来说，为了成为成功的交谈者，应当掌握最基本的人际交往知识。

但是，仅仅拥有口才还远远不够，重要的是行动能力，只有与行动密切配合，出色的口才才能发挥奇效，口才与行动是一个人立足社会的两个方面，因此，本书的下篇《做事的艺术》同样以五章的篇幅为准备成为杰出男孩的青少年讲解了做事的方法。

学会交往 避免误区 机会和运气不是每个人都有的，那么，为什么一些人可以在逆境中披荆斩棘地走出来，而另一些人，却会在困难面前倒下去，从此一蹶不振，更有甚者，甚至会走向自暴自弃，或者走向死亡？这里的差别就在：有的人有人际关系，有的人没有人际关系。有了人际关系，机会和运气就会处处光顾；而没有人际关系的，就会错失很多可能的绝好机会。

战胜自卑 挺起胸膛 古人说：“把自己太看高了，便不能长进。把自己太看低了，便不能振兴。”美国一位心理学家认为：多数情绪低落、不能适应环境、不能与人轻松交往的人，都是因为没有自知之明。他们自恨肤浅，又处处要和别人相比，总是梦想如果有别人的机缘，便将如何如何。其实，只要能客观地认识自己，就能走出情绪的低谷，赢得和谐愉快的人际关系。

把握分寸 保护自己 在社会生活中与人交往，不但要坚守做人的原则，而且还要把握住分寸，遵守社交礼仪，不轻易许诺，不断然拒绝，不贸然行



动，少说多听，这样才能始终让自己处于有利的位置。当遭遇尴尬的局面时，无论是面临嘲讽还是谩骂，都能控制局面，淡然处之，这样就能在把握分寸的前提下，使自己不受伤害。

交往之道 行动之法 良好的人际关系能够使人获得安全感和归属感，给人精神上的愉悦和满足，促进身心健康，因此人们普遍渴望建立良好的人际关系。但是，许多人常常不能如愿，有严重的失败感。其实，交往并不难，只要以真诚的态度对人，善于倾听，就会赢得别人的喜欢，从而建立起交往的信心。当交往顺利之后，你的行动力就会获得迅速提高，在不断地行动中扩大交往，在不断地交往中扩大自己的人际关系网，提高自己的处世能力。其中，最重要的一点就是绝不拖延，立即行动。

雍容大度 宽以待人 宽容是人类最高贵的美德之一，所谓宽容就是能原谅朋友的缺点和错误。即使别人有较大错误时，也能以忍耐的态度对待，对待别人的错误，如果不能谅解，就会使自己失去朋友，正所谓小不忍则乱大谋。学会忍耐、学会宽容、学会感恩，能使自己赢得广泛的人脉，久而久之就会使自己在朋友的帮助中走向成功。

本书作者希望广大青少年朋友通过阅读本书，切实掌握说话技巧和做事方法，从而全面提高自己的处世能力，努力成为一个令人羡慕的杰出男孩。



目 录

上篇：说话的艺术

第一章 杰出男孩 口才为上 / 3

口才是说话才能，即善于用口语准确、恰当、生动地表达自己的思想感情的能力。口才是人的智慧的综合反应，谈话、授课、讲演、作报告都需要口才。一个没有真知灼见、人云亦云的人，是难以折服听众的。口才一般是经过培养与训练而成的，它在人们的生活中和工作中具有重要的作用。

- 第一节 树立自信 敢于开口 / 4
- 第二节 战胜怯场 排除障碍 / 6
- 第三节 振作精神 克服胆怯 / 11
- 第四节 日常交流 六个技巧 / 13
- 第五节 善于观察 学会幽默 / 17

第二章 流利口才 技巧为上 / 21

现代社会是一个竞争与合作的社会，有的人在竞争中失败，有的人在合作中成功，这其中奥妙何在？在现代交际中，是否能说，是否会说，以及与言谈交际相关知识能力的多寡，实在影响着一个人的成功和失败。

- 第一节 表述明晰 通俗易懂 / 22
- 第二节 词汇丰富 入木三分 / 28
- 第三节 思维创新 观点新颖 / 33



第四节	符合逻辑	注重想象		/ 37
第五节	巧用语序	灵活多变		/ 40
第六节	善用类比	拓展能力		/ 43
第七节	适时适度	恰到好处		/ 48
第八节	讲究方式	展现风格		/ 50

第三章 赞美别人 成就自己 / 55

意大利喜剧家卡尔洛·哥尔多尼说过：“过分的赞美会变成阿谀。”赞美的语言一定要恰当，不能言过其实，赞得“过分”。

赞美的方法多种多样，或者真挚热情，或者含蓄委婉，或者自然流露，或者顺应语势，或者具体确切，或者发自肺腑……应根据不同人的身份、年龄和层次，运用不同的赞美方法。但原则只有一个：恰如其分，恰到好处。

第一节	真诚赞美	赢得人心		/ 56
第二节	适时赞美	赢得尊重		/ 58
第三节	合乎时宜	情真意切		/ 60
第四节	善于比较	打动人心		/ 63
第五节	直接间接	巧妙融合		/ 66
第六节	观察入微	真诚赞美		/ 69
第七节	不拘定法	贵在自然		/ 72

第四章 把握分寸 掌握要领 / 75

俗话说：沉默是金，言多必失，祸从口出。一个冷静的倾听者，不但到处受人欢迎，而且会逐渐知道许多事情。而一个喋喋不休者，像一只漏水的船，每一个乘客都希望赶快逃离它。同时，多说招怨，瞎说惹祸。正所谓言多必失，多言多败。只有沉默，才不至于被出卖。保持沉默便是保持不伤人。

第一节	善于倾听	留有余地		/ 76
第二节	讲究方式	注意礼仪		/ 79
第三节	营造气氛	愉快谈话		/ 85

第四节	亲朋挚友	待之以礼		/ 88
第五节	巧妙拒绝	从容不迫		/ 91
第六节	谨慎措辞	避免错误		/ 94
第七节	说话机智	善于应变		/ 97

第五章 口才训练 有法可循 / 99

对于杰出男孩来说,为了成为成功的交谈者,应当遵循口才训练循序渐进的基本规律,进行必要的学习。知识是人们在社会实践中所获得的认识和经验的总和,是说话者能够很好地以言辞实现人际沟通交流的源泉。有的人之所以很有说话水平,究其根本原因,就在于丰厚的知识积累。胸有成竹,欲发则出;积之愈深,言之愈佳。对交谈者来说,知识是多方面的。对不同的人,有不同的知识要求;不同的人,对知识的把握程度也不尽相同。对于青少年来说,为了成为成功的交谈者,应当掌握最基本的人际交往知识。

第一节	言之无文	行而不远		/ 100
第二节	自我训练	八个方法		/ 102
第三节	复述训练	提高记忆		/ 111
第四节	积极运思	训练口才		/ 115
第五节	想象无穷	联想无限		/ 118
第六节	善于表达	善于沟通		/ 122

下篇：做事的艺术

第一章 学会交往 避免误区 / 127

机会和运气不是每个人都有的,那么,为什么一些人可以在逆境中披荆斩棘地走出来,而另一些人,却会在困难面前倒下去,从此一蹶不振,更有甚者,甚至会走向自暴自弃,或者走向死亡?这里的差别就在:有的人有人际关系,有的人没有人际关系。有了人





际关系，机会和运气就会处处光顾；而没有人际关系的，就会错失很多可能的绝好机会。

第一节	掌握原则	善于为人		/ 128
第二节	把握自己	得体处世		/ 131
第三节	了解他人	关怀他人		/ 133
第四节	认清自己	找准位置		/ 138
第五节	友善待人	广交朋友		/ 140
第六节	提高修养	避开误区		/ 143
第七节	结伴同行	唯善是从		/ 146
第八节	交往细节	不可疏忽		/ 148
第九节	避免误解	四个方法		/ 150

第二章 战胜自卑 挺起胸膛 / 155

古人说：“把自己太看高了，便不能长进。把自己太看低了，便不能振兴。”美国一位心理学家认为：多数情绪低落、不能适应环境、不能与人轻松交往的人，都是因为没有自知之明。他们自恨肤浅，又处处要和别人相比，总是梦想如果能有别人的机缘，便将如何如何。其实，只要能客观地认识自己，就能走出情绪的低谷，赢得和谐愉快的人际关系。

第一节	充满自信	成就自己		/ 156
第二节	建立自信	取得成功		/ 163
第三节	认识自我	战胜自卑		/ 168
第四节	克服羞怯	广泛交往		/ 173
第五节	树立信心	克服固执		/ 178
第六节	接纳自己	完善人格		/ 183
第七节	心态积极	塑造自我		/ 187
第八节	承受挫折	培养意志		/ 191

第三章 把握分寸 保护自己 / 197

在社会生活中与人交往，不但要坚守做人的原则，而且还要把

握住分寸，遵守社交礼仪，不轻易许诺，不断然拒绝，不贸然行动，少说多听，这样才能始终让自己处于有利的位置。当遭遇尴尬的局面时，无论是面临嘲讽还是谩骂，都能控制局面，淡然处之，这样就能在把握分寸的前提下，使自己不受伤害。

第一节	学会做人	方能成功		/ 198
第二节	培养诚信	坚守诺言		/ 201
第三节	关注他人	尊重他人		/ 205
第四节	克服弱点	得体待人		/ 209
第五节	摆脱尴尬	控制局面		/ 212
第六节	面对嘲讽	淡然处之		/ 214

第四章 交往之道 行动之法 / 217

良好的人际关系能够使人获得安全感和归属感，给人精神上的愉悦和满足，促进身心健康，因此人们普遍渴望建立良好的人际关系。但是，许多人常常不能如愿，有严重的失败感。其实，交往并不难，只要你以真诚的态度对人，善于倾听，就会赢得别人的喜欢，从而建立起交往的信心。当交往顺利之后，你的行动力就会获得迅速提高，在不断地行动中扩大交往，在不断地交往中扩大自己的人际关系网，提高自己的处世能力。其中，最重要的一点就是绝不拖延，立即行动。

第一节	仪表庄重	举止优雅		/ 218
第二节	真诚待人	赢得朋友		/ 221
第三节	善于倾听	完善自我		/ 227
第四节	主动问候	善于交往		/ 231
第五节	克制情绪	避免禁忌		/ 234
第六节	立即行动	绝不拖延		/ 237
第七节	千里之行	始于足下		/ 240
第八节	面对问题	解决问题		/ 242
第九节	化繁为简	提高成效		/ 245
第十节	目标明确	专心致志		/ 248





第十一节 保持理智 避免树敌 / 254

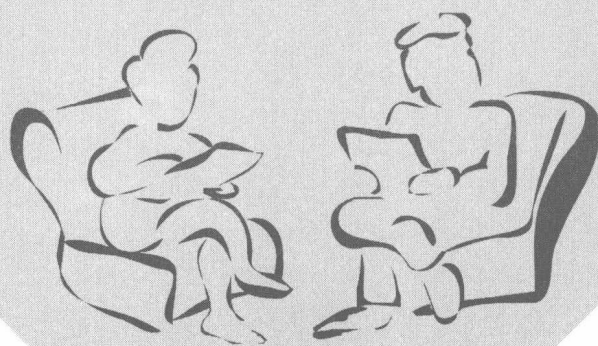
第五章 雍容大度 宽以待人 / 259

宽容是人类最高贵的美德之一，所谓宽容就是能原谅朋友的缺点和错误。即使别人有较大错误时，也能以忍耐的态度对待，对待别人的错误，如果不能谅解，就会使自己失去朋友，正所谓小不忍则乱大谋。学会忍耐、学会宽容、学会感恩，能使自己赢得广泛的人脉，久而久之就会使自己在朋友的帮助中走向成功。

第一节	学会忍让	化解矛盾		/ 260
第二节	善于宽容	学会感恩		/ 263
第三节	淡化利益	缓和气氛		/ 268
第四节	量力而行	帮助别人		/ 273
第五节	克服猜疑	完善性格		/ 277
第六节	遭遇嘲讽	沉着冷静		/ 281
第七节	面对刁难	针锋相对		/ 283
第八节	坚信自己	不惧怀疑		/ 285
第九节	循序渐进	步步为营		/ 289
第十节	软磨硬泡	掌握技巧		/ 291
第十一节	为人处世	吃亏是福		/ 297
第十二节	善用人脉	马到成功		/ 299
第十三节	性格健康	成就人生		/ 302

上 篇

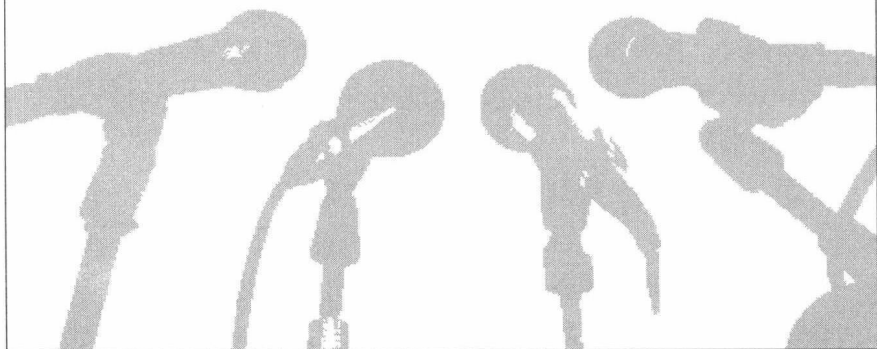
说话的艺术



第一章

杰出男孩 口才为上

口才是说话的才能，即善于用口语准确、恰当、生动地表达自己的思想感情的能力。口才是人的智慧的综合反应，谈话、授课、讲演、作报告都需要口才。一个没有真知灼见、人云亦云的人，是难以折服听众的。口才一般是经过培养与训练而成的，它在人们的生活和工作中具有重要的作用。





第一节 树立自信 敢于开口

要有自信，然后全力以赴——假如有这种信念，任何事情十有八九都能成功。

——威尔逊

自信是成就一切事业的前提，敢于说话又善于说话的人，可以充分利用自己的语言交际能力来说服他人，使工作顺利进行，左右逢源。可以说，出色的语言表达能力来源于充分的自信，说话的自信心与说话的魅力，是一个成功人士的必备条件。

在社会生活中，每一个人都希望自己具有从容自如说话的自信心，渴望自己能展示超凡脱俗的说话魅力。自信就像人的能力催化剂，将人的一切潜能都调动起来，将各部分的功能都推动至最佳状态。

无疑，树立自信是敢于开口说话从而进行大胆表达的第一步，很多人不敢表达，表达不好，或者不会表达，很重要的原因就是自信心不足，心理障碍阻碍了思维的正常运转，反映到语言上，就是言语结巴、不流畅，甚至思路混乱、大脑断电，一句话都说不出来。因此，要想敢于开口，大胆表达，心理关必须得过，其次才是上升到会不会说，能否说好的问题。

心理学家认为，心理的变化主要表现为行为的改变，人的行为是与周围的环境相互影响的。

一方面，人的行为会受到周围环境的影响和支配。比如，一个学生每当在课堂上举手发言时，都会得到老师的赞赏和周围同学的钦佩，他上课举手回答问题的行为就会越来越多，老师也就会对他越来越重视，这个学生的自信就会在这样的良性循环中建立并得以稳固；反之，如果得到的仅是老师的批评和同学的讥讽，那么这个学生上课发言的行为就会减少，甚至消失，这就是不良环境使学生形成了不自信的行为模式。



另一方面，人的行为也会对外界的环境及事件产生影响。比如，一个学习成绩一直很好的学生，在一次考试中，成绩一反常态地落到了后面，由此会引起老师和周围同学议论。行为和环境还可能发生相互的影响。例如，一个向来不被老师和同学关注的学生，一次因为在课堂上说话，被老师批评，并引起同学的哄笑，此后该学生经常会在课堂上做鬼脸，与同学打闹，尽管老师反复批评教育，该学生的不良行为不仅没得到纠正，反而愈演愈烈。

心理学家认为，人的一切行为与习惯，无论是适应性的还是非适应性的，都是通过外界环境的影响而获得的。因此，要想成为一个杰出的男孩，就必须树立起充分的自信，并且要时常提醒自己你比你想象的要优秀的多。

一个真正优秀的男孩一定要明白这一点：只有拥有信心，你才能够在集会或者上课时，勇敢地坐在前排，积极地发言，才能在平常主动地与别人交流，你的学习成绩和表达能力也才能更上一层楼。



本节重点

- ④ 无疑，树立自信是敢于开口说话从而进行大胆表达的第一步
- ④ 人的行为会受到周围环境的影响和支配
- ④ 人的行为也会对外界的环境及事件产生影响

