

女人智慧系列丛书

何国松◎主编

对于女人来说，卓越的口才、有技巧的说话方式，不仅是家庭幸福的法宝，更是事业披荆斩棘的利剑，增加自身个性魅力的砝码。

The Series of Woman Wisdom

聪明女人

能说会道

吉林大学出版社

聪明女人 能说会道

何国松◎主编

 吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

聪明女人能说会道/何国松主编. —长春:吉林
大学出版社, 2010.1

ISBN 978-7-5601-5128-1

I. ①聪… II. ①何… III. ①女性—口才学—通俗读
物 IV. ①H019-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 215079 号

书 名: 聪明女人能说会道

作 者: 何国松

责 任 编 辑: 王世林 夏凡

责 任 校 对: 王世林 夏凡

封 面 设 计: 创品牌

出 版 发 行: 吉林大学出版社

社 址: 长春市明德路 421 号

邮 编: 130021

发行部电话: 0431-88499826

网 址: <http://www.jlup.com.cn>

E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn

印 刷: 三河市耀德印务有限公司

开 本: 710×1000 毫米 1/16

印 张: 20

字 数: 240 千字

版 次: 2010 年 1 月 第 1 版 第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5601-5128-1

定 价: 36.00 元

版权所有 翻印必究

前言

人们常说：人才未必有口才，而有口才的人一定是人才。确实，语言是连接人与人之间关系的纽带，纽带质量的好坏，直接决定了人际关系的和谐与否，进而会影响到事业的发展以及人生的幸福。尤其对于女人，卓越的口才、有技巧的说话方式，不仅是家庭幸福的法宝，更是事业披荆斩棘的利剑，增加自身个性魅力的砝码。

因此，女人的形象固然重要，但同样不可忽视的是女人的口才，聪明的女人一定要懂得锤炼自己的说话能力。

本书以女人的视角，将工作、生活和社会交往中需要的口才智慧娓娓道来，并通过大量生动的故事、透彻的分析、通俗易懂的语言，再结合女性的心理特点、性格特点等，为女性全面诠释不同的说话技巧，力求为女性读者提供最实用有效的帮助。



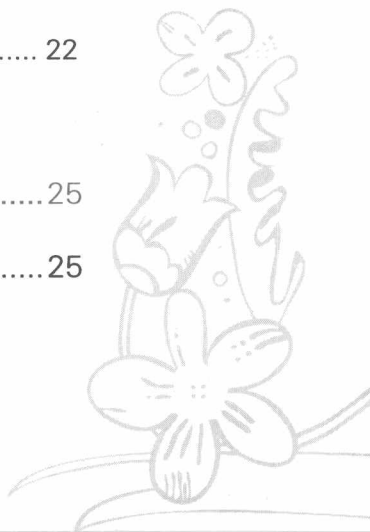
目 录

第1章 能说会道是女人一生的资本

——做一个能说会道的女人	1
女人为什么要讲究说话	1
你会说话吗？测测看	2
那么，你到底会不会说话呢？	4
言谈是第一印象的关键点	9
语言得体人缘好	11
漂亮话让美丽经住考验	13
好口才才是职场成功的资本	15
口才关系事业成败	18
女人有内涵才能妙语连珠	20
把锤炼语言作为女人一生的功课	22

第2章 是非只为乱开口，话不投机半句多

——聪明的女人懂得遵守说话的规则	25
先有“礼”，后开口	25





摆正自己的位置再说话.....	27
是非话，别乱说	33
玩笑可开，谨防过头	35
莫做可厌“复读机”	38
抱怨不如改变	40
说话一定要有分寸感	42
说话要慢，思考要快	43
言简意赅，胜过“滔滔不绝”	46
留有余地，永远不要树敌	48
风凉话，冷人心	51
朋友面前，有些话也不能想说就说.....	52
直言快语易伤朋友心	56
责人太甚，行路不平	57
说谎成性，信任成空	60
求人说话有“规则”	61
第3章 一样的意思，不一样的表达	
——聪明的女人懂得为语言“化妆”	72
赞美男人，直接不如间接	72
为别人量身定做一顶“高帽”	74
“将心比心”才有说服力	76



目 录

在晓之以理时，莫忘动之以情	78
多绕个弯子，少碰些钉子	79
慎词劝说，点到为止	81
用请教的方式提建议	83
幽默将使你广受欢迎	86
忠言未必逆耳	94
给批评加点“糖”	96
第4章 机智是说话魅力的闪光点	
——聪明的女人说话时懂得灵机应变	113
巧妙克服说话紧张症，让你更轻松	113
未成曲调先有情，说话先要“套交情”	115
插嘴懂方法，有缝恰当钻	117
要学点“变色龙”的本领	120
发生口误，妙语绝处逢生	122
拐弯抹角，才是最佳选择	125
棘手话题，善于巧妙化解	128
要善于为你周围的人打圆场	132
巧妙应对十种令人讨厌的交谈	134
明装糊涂，做到心中清楚	138



第5章 有些事你一定要拒绝

——聪明的女人懂得说“不”的技巧..... 143

灵活巧妙地说“不” 143

拒绝他，别伤他 145

拒绝上司的艺术 148

回绝敬酒有妙法 152

盛情难却巧推却 154

拒借钱物有诀窍 156

为婉拒加点力度 159

逐客也有情..... 161

第6章 求神要看佛，说话要看人

——聪明的女人懂得见什么人说什么话 164

面对老公：另辟蹊径，让唠叨不再烦人 164

面对男友：让他爱上你的“嘴” 167

面对婆婆：退一步海阔天空 174

面对异性朋友：说话要有度 177

面对男同事：施展口才魅力征服他..... 181

面对女同事：学会拒绝她的不合理要求 183

面对下属：用语言打造水一般的威望 185

面对孩子：做个贴心的妈妈 191



聪明女人能说道

Cong Ming Wo Ren Shuo Shuo Shuo Dao



目 录

第7章 到什么山唱什么歌

——聪明的女人懂得在不同的场合说不同的话.....204

聪明女人在职场上的说话技巧.....204

聪明女人在推销时的说话技巧.....219

聪明女人在谈判桌上的说话技巧.....231

聪明女人演讲时的说话技巧.....242

聪明女人在争辩时的说话技巧.....250

第8章 会说更要会听

——聪明的女人懂得倾听.....258

学会倾听，是对别人最好的尊敬.....258

善解人意的女人会听话.....259

用倾听来应对别人的愤怒.....261

用倾听赢得他人的信赖.....263

聆听，给别人提供说话的机会.....265

与其争论不休，不如保持沉默.....267

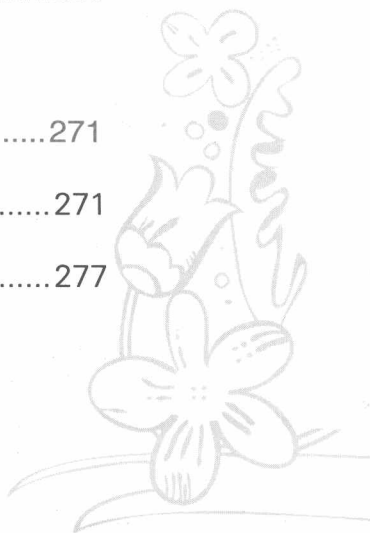
做一个少说多听常点头的女人.....269

第9章 没有天生的语言家

——聪明的女人懂得综合运用说话技巧.....271

动听的声音是女人最好的名片.....271

注意你的语言风格.....277





不同年龄层的女人应该有不同语气	284
善于利用丰富的面部表情	293
用“目光语”来表达自己	294
首语的运用	295
手势语的运用	296
手指语的运用	297
鼓掌语的运用	298
做一个笑口常开的女人	299
步姿语的运用	304
健谈有方不遥远	305
好方法练就好口才	308



第1章

能说会道是女人一生的资本

——做一个能说会道的女人

▷ 女人为什么要讲究说话

说话是科学，说话是艺术。什么人在什么情况下为了什么目的、对什么人说什么话并且得到什么结果，这些都是有规律可循的。所以，说话是一门科学。善于说话的人总是晓之以理，动之以情，能随别人的心说话；善于说话的人讲演做报告，会场上气氛活跃，说者侃侃而谈，听者津津有味，双方达到了完满的交流。故说话也是一种艺术。

说话的性质表明，要想取得良好的说话效果，应该好好讲究说话。随着社会生活的现代化，传播和记录有声语言的工具进一步普及，说话的重要性也越来越明显。

现代社会的发展非常讲究速度和效率。由于时间宝贵，人们的工作和生活的节奏也发生了变化，要求人们彼此谈话也要节约时间，讲究口语表达的效率。拿打电话来说，同样的内容，有人用1分钟就讲清楚了，而有的人却要用3~4分钟甚至更长的时间才勉强讲清楚。这两种效率的差别实在太大了。讲话、做报告啰啰唆唆，如果多用20分钟，每个听众就得多浪费20分钟。听众越多，时间浪费越大。

随着社会的发展，人们对说话的要求也越来越高。在农业化时代，由



于生产和交通十分落后，文化非常闭塞，各地之间很少往来，人们只要求“书同文”，不要求“语同音”，更没有感到提高口语素质的重要。而现在工农结合，城乡交流，南北沟通，内外开放，四面八方的人走在一起，光有“书同文”不够，光会说自己的家乡话不行，说话颠三倒四，词不达意更加不行。人们在一起要说普通话，要说得有条理，不要东一榔头西一棒子；说话还要得体，不要伤人。现代社会生活的特征是社交活动十分频繁，说话的条理性 and 得体性是频繁社交活动中不可忽视的。

因此，现代化的发展，不但要求人人都说比较标准的普通话，而且要求大家讲究说话：说大白话，不要说半文不白的话；说通顺明白的话，不要说似通非通的话；说准确得体的话，不要说含混不清、不大恰当的话。从时代的需要看，讲究说话，确实具有时代的紧迫感。

▷ 你会说话吗？测测看

口语表达是人们运用声音对一个人思维活动的表达。也就是说，说话是人思维的物质外化，人们常说想得清才能说得好，说得好才算会说。因此，我们可以简明扼要地说，说话是一个人素养、能力和智慧的一种综合体现。具体地说，说话是在交谈、演讲和论辩等口语交际活动中，表达者根据特定的交际目的和任务，切合特定的言语交际环境，准确、得体、生动地运用连贯、标准的有声语言，并辅之以适当的体态语表情达意以取得圆满交际效果的口头表达能力。

根据口语交际的构成要素和口才的含义，说一个人会说话应当具备以下几个条件：

(1) 在交际中必须具有较强的口头表达能力。即能根据交际意图和



第1章

能说会道是女人一生的资本
——做一个能说会道的女人

目的熟练地运用语言技巧来展开话语，同时应具有灵活机智的应变能力，即对应情况而说话。《论语·选进篇》中讲了这样一个故事：子路和冉有都问“闻斯行诸”，听到的事就马上做吗？孔子在回答子路时说：“有父亲、哥哥在，应听听他们的，怎能听到了就做呢？”在回答冉有时又说：“听到了就干起来。”这两个截然不同的回答，使在座的公西华大惑不解。孔子解释说：“冉有胆量小，平时做事退缩，所以我说一听到了就干起来，是鼓励他，给他壮胆；子路胆量大得超过一般人，勇于作为，所以我说，有父亲、哥哥在，要压一压，使他有所退让。”这件事一向被用做孔子“因材施教”的例证，其实也是说话分对象、针对不同实际情况而选择不同说话内容的范例。

(2) 在交际中始终具有明确的对象意识和语境意识。如果不顾场合，不分对象，夸夸其谈，滔滔不绝，这种“能说会道”的行为只会引起反感甚至厌恶，不能称之为有口才。荀子在《劝学》中曾明确指出：“未可与言而言谓之傲（急躁），可与言而不言谓之隐，不观气色而言谓之瞽。”“瞽”，就是瞎子。这说明讲话应随境而发，相机行事。

(3) 在交际中还必须具有较高的领悟能力和反馈能力，既能准确地接受和理解，又能做出恰当、必要的应付。这是与人交谈很关键的一条。在口语交际时，说话者不仅要表达，而且还要接受，即领悟对方话语或表情动作等体态语所蕴涵的意思，同时还要做出有针对性的反馈。1969年9月，基辛格就越战问题与前苏联驻美国大使多勃雷宁举行会谈。正当发言时，尼克松总统打来电话，谈了几分钟之后，基辛格对多勃雷宁说：“总统刚才在电话里对我说，关于越南问题，‘列车刚刚开出车站’，现在正在轨道上行驶。”老练的多勃雷宁试图缓和一下气氛，接过话头说：“我希望是架飞机而不是火车，因为飞机中途还能改变航向。”基辛格立即回

答说：“总统是非常注意措辞的，我相信他说一不二，他说的是火车。”在这段对话中基辛格从坚持自己的立场的原则出发，不仅明确地理解多勃雷宁变“火车”为“飞机”的用意，而且采取“借言”的方式维护了自己的观点，显示出机智的外交家风采。

(4) 说话内容的深浅要与对方的接受能力相宜。《论语·雍也篇》说：“中人以上，可以语上也；中人以下，不可以语上也。”对中等水平的人可以讲说高深的道理，对中等以下水平的人就不可以讲说高深的道理，说话的内容超过或低于对方的接受能力都不会收到好效果。

(5) 慎言。所谓“慎言”，就是不说过头话。提倡“慎言”，是针对言与行的关系提出的。“君子食无求饱居无求安，敏于事而慎于言，就有道而正焉”，“古者言之不出，耻躬之不逮也”，“多闻疑，慎言其余，则寡尤”。这就是说，做事情要勤劳敏捷，说话要谨慎讲究分寸，做不到的事情，压根就不说，如果在言与行实在无法一致的情况下，宁可多做事，少说话，也绝不能说多做少，言过其行。

▷ 那么，你到底会不会说话呢？

几年以前，某机关以主妇及职业女性为对象，举行了一项“你是否对说话有自信”的调查。

结果，所获得的回答是：“没有自信”的占61.5%，“在有自信与没自信之间”的占29.3%，“有自信”的占9.2%。

又如：“由于说话笨拙，你曾经有过某种的损失吗？”

关于这一个问题，竟然有75.5%的人回答“的确是蒙受到了损失”。



聪明女人会说会道

Cong Ming Wo Ren Shuo Hui Dao



第1章

能说话道是女人一生的资本

——做一个能说话会说话的女人

当然，并不见得自认“语拙”的女性，都真正的笨于言辞。其中，可能有一些人是由于过度的谦逊，也有一些人对自己的评价苛刻。同样的，在说话方面绝对有自信的女性，并不见得每个人都能够出口成章。很可能有一些人，实际上并不太善于言辞，而却自认为自己拥有一个三寸不烂之舌。

不过，一般说来，比起那些善辩能道的“高人”来，一般的女性总认为其言辞不够准确，说得不够动人。

那么，哪一种人才算是善于言辞的人呢？哪一种人才称之为不会说话的人呢？为了客观地加以判断，我们将举出所谓“说话能力的判定法”。你不妨根据这个判定表的每一项进行自我评价。在每一个你认为“是”的项目下面，打上一个○记号，而在你认为“非”的项目下面，打上一个×记号。

然后，看看你有多少的×记号，这种记号越少，越表示你说话的能力出众。

（1）谈话的进展方式。

- ①你是否絮絮叨叨地说话？
- ②你是否会急于改变话题？
- ③讲起话来是否会跑题？
- ④谈话的内容是否有要领？
- ⑤你所说的话是否有条理？
- ⑥题外之话是否很多？

（2）关于发音方面。

- ①你的发音是否很清晰？
- ②语尾是否会无端地消失？

③谈话的速度是否太快?

④声音是否太细小了一些?

⑤声音是否太低了一些?

(3) 关于言词方面。

①你的言词容易使人听懂吗?

②你的用语是否很正确?

③你是否使用贴切的言词?

④连接词是否太多?

⑤所夹带的乡语是否太多?

(4) 关于话题及内容方面。

①你是否能够抓住要点?

②你的话题及内容是否有真实性?

③是否太平淡了一些?

④是否太深奥了一些?

⑤是否有共通的趣味?

⑥你的知识是否很丰富?

⑦你的话题内容是否太抽象了一些?

⑧你是否感觉到谈话的资料太贫乏?

⑨你说话的目的是否很明显?

(5) 你对谈话对象的态度。

①你了解对方吗?

②谈话的目的是否共通?

③你在谈话时, 是否考虑到对方的能力、年龄以及理解力?

④你是否太过于意识到对方?



聪明女人能说会道

Cong Ming Nu Ren Neng Shuo Hui Dao



第1章

能说会道是女人一生的资本
——做一个能说会道的女人

⑤你是否对对方持有敌意？

⑥你是否自以为是地胡说一番？

⑦你是否在对方未谈完之前，即表示出你的意见？

（6）关于你的人品。

①你是否持有不诚实、不正经的态度？

②你是否一味地公式化，而缺乏一种热心的态度？

③你是否给人一种不能信赖的感觉？

④你是否持着冷淡的态度？

⑤你是否处处表现得形式化？

⑥自我意识是否太过于强烈？

⑦你是否有点害怕陌生人？

⑧你是否有经验不足之处？

⑨你是否有一种浮夸的态度？

就这些，请你衡量一下你自己的“说话能力”显得如何？

闻其声，断其人：说话能展示一个人的态度与修养

古希腊有位名叫伽林的医生说过：“声音可以反映出一个人的灵魂。”因此，在《红楼梦》中，初入贾府的林黛玉能从凤姐的声音中判断出凤姐的性格和为人，这就是因为凤姐的说话方式和语气泄露了她灵魂的秘密。

人们在交往中特别重视自己给别人的“第一印象”，给人的第一印象好，大家打起交道来心情愉快，事情也会办得更顺利。可是你是否注意到，你给别人的第一印象，往往在你们见面之前就已经存在了。

比如说，出于礼貌，人们在见面前经常会通过电话约定见面的时间、地点等细节，所以你的第一印象已经通过你的声音传给对方了，可以说你