

ZUOYIGE HUIHUOHUA HUIBANSHI DE
CONGMING NUREN

✧ 聪明女性枕边书：舌绽莲花巧说话，如鱼得水会做事 ✧

做一个会说话 会办事的 聪明女人



■ 石秀全◎编著

会说话的女人惹人爱，会办事的女人最出众。

如何把话说得恰到好处，把事做得大受欢迎，这是每个女人都要掌握的一门艺术，也是女人笑傲职场、笑傲人生的重要资本。

*Zuoyige huishuohua huibanshi de
congming niren*

做一个会说话会办事的 聪明女人

成功人生从说话开始

幸福生活从做事启航

 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,也是每个想要获得成功的女人必备的能力。能说会做的女人是说话高手、办事能人,优雅的谈吐和绝佳的办事能力是她们笑傲职场、笑傲人生的重要资本。本书从女性的视角出发,以轻松睿智的笔触进行层层分析,以上下两篇的形式搭建清晰的结构。这是一本全面、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、家庭和婚姻的美满、幸福。

图书在版编目(CIP)数据

做一个会说话会办事的聪明女人 / 石秀全编著. —北京:中国纺织出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-5064-6054-5

I. ①做… II. ①石… III. ①女性—口才学—通俗读物 ②女性—人间交往—通俗读物 IV. ①H019-49 ②C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 203915 号

策划编辑:曲小月 责任编辑:江 飞 责任印制:周 强

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

北京通天印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2010 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:17

字数:280 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



序言

PREFACE

凡女人,都希望自己拥有一副漂亮的容貌和一个聪明的头脑,既有女性天然的吸引力,又有洞察和驾驭一切的能力。

你无法决定自己是否美丽,但是可以决定自己是否聪明。哪怕你现今的身份和阅历都不值一提,哪怕你常常把握不好为人与处世的分寸,会说一些让自己懊恼的话,做一些让自己后悔的事,但只要你愿意修炼自己,那么相信不久的将来你就会变得聪明练达起来。

对于任何一个女性来说,要幸福,要好命,长得漂亮不如气质动人,做得刻苦不如活得聪明。

那种死板木讷,遇到大场合就嗫嗫嚅嚅,事态一发生变化就拿不出任何主张的女人,绝对不能算是聪明的女人。对内,这种女人不讨异性的喜欢,小家庭里,她们对教育孩子、应酬亲友等事情也做得力不从心。对外,她们既没有呼风唤雨的本事,也没有拆台搞破坏的力量,在单位属于可有可无的闲杂人等,不论是在上司还是在同事心目中都属于面目模糊、无足轻重的那种人。

作为一个时代女性,一脑袋糨糊无疑是行不通的。同样,那些整天风风火火,遇事逞强,从来不吃亏的女人,也算不上是可圈可点的聪明。尽管她们里里外外一把手,说也说得,做也做得,可毕竟还差着那么一点点火候,缺少一种从容内敛的气质。

真正聪明的女人,身上拥有一种像水一样柔和的力量,不动声色地缓缓推进,直至达成自己的目标。

能说,不是伶牙俐齿、问一答十,而是通过语言与人交流,让陌生人变成好朋友,好朋友变成相互支持和理解的知音。

这就像在《红楼梦》里,黛玉的话又尖又俏,常常让人无以回答。可除了多情公子贾宝玉,黛玉在偌大的荣国府里,却没有几个真正能关照自己的贴心人。宝钗却不同,在任何场合,她都不会逞口舌之利,但每一次开口都恰到好处。

你可以喜欢黛玉,但是为了让自己更好地融入社会,也为了让自己的命运更顺畅一些,就必须向宝钗学习。



当然,聪明的女人会做事也不是要求做事滴水不漏,凡事都追求最大化效益。会做事的聪明女人,不会受到情绪化的影响而“火山喷发”,不给对方留些情面;也不会得势不饶人,把事情做得太绝。

给人一条路,就是给自己一座桥,你会因此而获得你意想不到的机会和帮助。相反,如果你总是咄咄逼人,把事情做到无法挽回的地步,那么,最后受影响最大的还是你。

如果你能审时度势,洞悉对方的意图,体察自己的处境,从而进退有节,挥洒自如,那么你就能在社会竞争中立于不败之地。

需要注意的一点是,女人的说与做,不能失去女性化的特点。不少女性在公共场合,往往采取一种大胆主动性的待人处世方式,摆出一副强人的形象,以为这样才能获得更好的机会,给自己争取到更多的权利。事实上,至刚至强者根基不稳,也会遭到更多的抵抗与冲撞,也更容易受到损伤。女性的强,是内心而不是表面的姿态,聪明的女性,都懂得以柔克刚的道理,她们会用最温柔的手法为自己争取最合理的待遇。

聪明的女人不是天生的,完全可以通过学习和历练使自己聪明起来。书中那些话说得得体、事做得漂亮的女人都是我们学习的对象。她们可能是在某一个领域里风光无限的成功者,也可能是我们在街头巷尾就可以遇到的平凡女子,只要她们拥有足够的生存智慧,就值得我们细心揣摩,然后使自己的见识上升到一个新的层次,从某种程度上改变自己的生活。

编著者

2009年10月



上篇：智慧女人，把话说得恰到好处

第①章 | 聪明女人，要多点修炼好口才的资本

- 女人有内涵，说话有魅力 / 2
- 以不同的语气，表达你的个性 / 4
- 声音和语调，女人的第二张面孔 / 6
- 言谈礼貌，时刻表现出你的教养 / 8
- 微笑，塑造亲和力的点睛之笔 / 10
- 精致的女人，说话简洁扼 / 11

第②章 | 舌绽莲花，女人怎么说才会大受欢迎

- 说话太直，容易伤到别人 / 16
- 发生口误，要学会“溜缝儿” / 18
- 旁敲侧击，达到自己的目的 / 20
- 棘手话题，善于巧妙化解 / 22
- 看场合说话，到什么山唱什么歌 / 24
- 多说圆场话，胜过无事讨人嫌 / 26

第③章 | 初次见面，女人这样说让人印象深刻

- 第一印象，直接关系到别人对你的评价 / 30
- 自我介绍，大方又有重点 / 32
- 优雅的谈吐，提升你的整体素质 / 34
- 恰当的话题，拉近你和陌生人的距离 / 36



察言观色,想听什么说什么 / 38
从名字上做文章,把对方捧起来 / 40
女性的幽默感,提升人气的秘密武器 / 42

第④章 | 与人交谈,把话句句说到他人心里

适度恭维,相处更简单 / 46
调动感情,引起对方共鸣 / 48
避免冷场,要挑人熟悉的话题说 / 50
话是一样的话,怎么说才是关键 / 52
赞美别人,绕个弯子更自然 / 54
真诚坦言,让别人没有芥蒂 / 56

第⑤章 | 管好嘴巴,把话说得火候适中

轻率之言,说出来容易收回来难 / 60
言多必失,在自己嘴上安道门 / 62
恰当的玩笑让人乐,不恰当的玩笑让人恼 / 63
抱怨越多,事情越糟糕 / 66
适可而止,得理也要让三分 / 68
和盘托出,有时候会害了你 / 70
喋喋不休,不如适当沉默 / 72

第⑥章 | 爱情似糖,女人的柔情蜜语让它甜到芬芳

平淡生活,更需要甜言蜜语 / 76
给男人以“积极暗示”,让他变得更优秀 / 78
撒娇让生活有滋有味 / 79
做个浪漫的小女人,满足老公的潜在渴望 / 81
开个玩笑,是化解矛盾的好方法 / 84
甜蜜的感情,需要善意的谎言 / 85

第7章 | 职场天空,女人的巧舌如簧让自己八面玲珑

- 摆正位置,尊重别人就是尊重自己 / 90
- 招聘面试,“说”出机会来 / 92
- 赞美同事,创造轻松愉快的工作氛围 / 94
- 面对上司,保持恰到好处的距离 / 97
- 提出批评意见,到位而不伤人 / 99
- 亮出自己,会做还要会说 / 101

第8章 | 家庭和睦,女人的巧言妙语实现和谐相处

- 唠叨,等于是你在家里散布烦恼 / 106
- 心平气和,关起门谈家事 / 108
- 再生气,也不能做河东狮 / 110
- 没有沟通,“自动理解”不太可能 / 112
- 伤人别伤心,这些话不能说 / 114
- 做个贤惠的媳妇,不如做聪明的媳妇 / 117

第9章 | 细心教子,会说话的母亲对孩子不打不骂

- 辱骂只能骂出更让你伤心的孩子 / 122
- 要孩子合作,就要努力捕捉他的优点 / 124
- 以“请教”的方式,给予孩子最有效的引导 / 126
- 培养乐观的心态,讲道理不如讲故事 / 128
- 重言传也重身教,给孩子树立一个好榜样 / 130
- 孩子也要“面子”,尽量不要当众斥责他 / 133

下篇:机智女人,把事做得大受欢迎

第10章 | 魅力女人,做什么事都要讨人喜欢

- 淑女的风范永不落伍 / 136
- 发掘本色之美,塑造迷人的个性 / 138



用智慧控制自己的情绪 / 140□

自信的女人魅力十足 / 142

友善,才能拥有人气 / 144

懂得感恩,你将获得更多的幸福 / 146

第①章 | 与人交往,女人求人办事要有妙招

投桃报李,建立良好的互动 / 150

制作一张人际关系的“联络图” / 152

求人办事当练好“忍”功 / 154

以情动人,让对方的天平向你倾斜 / 155

求人办事,礼数要周到 / 158

第②章 | 营造氛围,女人办成事要做好铺垫

融洽的气氛让沟通更有效 / 162

懂得自嘲,笑别人不如笑自己 / 164

交往中,不要把人分出三六九等 / 166

妙语化解尴尬场面 / 168

会装糊涂,妙语摆脱纠缠 / 170

“推”酒有道,不伤身又不得罪人 / 171

和谐相处,优越感太强要不得 / 173

第③章 | 察言观色:女人办事要紧跟对方的心理

口头禅露出大秘密 / 178

听话听音,通过言谈看人心 / 179

读懂对方的体态语言 / 182

透过服装款式看性格 / 184

从握手中表现出来的潜在信息 / 186

办事找时机,进门先看脸色 / 188

第14章 | 多个心眼,会做事的女人不是愣头青

- 失意人面前,切忌表现自己的得意 / 192
- 女人不要显示自己比别人聪明 / 193
- 靠贬低别人来抬高自己是行不通的 / 195
- 尊重上司的权威,不要当面顶撞 / 197
- 说出你的难处,让对方理解你 / 199
- 打人不打脸,骂人不揭短 / 201
- 把人驳倒,你得到的只是口头的胜利 / 203

第15章 | 发挥优势,有一种神秘的力量叫温柔

- 温柔是女性最犀利的武器 / 206
- 好事多磨,软磨硬泡见成效 / 208
- 可亲可近,你的“贵人”会更多 / 210
- 充分发挥“女性特质”的社交效用 / 212
- 细心和周到为你赢得人心 / 214

第16章 | 有人情味,事成事败女人都一视同仁

- 聚拢人气,尊重你周围的每一个人 / 220
- 多替别人着想,就没有看不开的事儿 / 221
- 看上也看下,不要忽视“小人物” / 223
- 有容乃大,凡事不要太计较 / 225
- 不要过分责备别人 / 228
- 低调处世,有成绩懂得与人分享 / 229
- 千万别让小摩擦上升成“仇怨” / 231

第17章 | 感情投资,事前事后女人都要顾着别人

- 珍惜长久的关系,不可过河拆桥 / 236
- 施与小恩,不必挂在嘴上 / 238
- 雪中送炭让人铭记一生 / 239
- 平日多“交”,关键时候才见“情” / 241

舍得舍得,没有舍就没有得 / 243

第18章 | 维护人脉,女人多点朋友就少些困难

交朋友就要交一流人物 / 248

不受个人好恶影响,建立有效的关系网 / 250

会借力,不回避“功利友情” / 251

拓宽自己的路,要善于与人合作 / 253

增强自己被“利用”的价值 / 255

宁愿透支金钱,也不要透支“人情” / 257

参考文献 / 260



做一个会说话会办事

的聪明女人
zuoyige huishuohua huibanshi de congming nuren

上篇:智慧女人,把话说得恰到好处



第 1 章

聪明女人,要多点修炼好口才的资本

一个女人说话的分寸、技巧、姿态和语调,直接影响到她是否对对方具有吸引力,也关系到她是否拥有良好的人缘。

女人要修炼一副舌绽莲花的好口才,仅仅是言辞得体,到什么山唱什么歌还不够,柔美的声音和自然的语调,对于女性的口才魅力大有锦上添花之功效。因为有了好口才,即使是一个平凡、普通的女人,也能结交如云,化险为夷,赢遍天下。



女人有内涵,说话有魅力

每一个女性都希望自己是有魅力的,她们或多或少都在营造着自己的魅力。有魅力的女人,她的一举一动都有着神奇的吸引力,就像一块磁铁一样,有一种征服人心的力量。有魅力的女人最容易成功。

容貌和体态等外在的东西,是女性魅力的硬件;而一个女人做事的方法、说话的水平,则是她魅力的软件,同样起着决定性的作用。在社会中与人交往,别人对女人的品评如何,女人给人的印象好坏,都是由女人的语言表达方式而定的。

有很多女人天生伶牙俐齿,她们也非常乐意展示自己的这一优势,发表意见时,有理有据,滔滔不绝;若是与人辩论,总有办法把人驳得说不出话来。这是最具魅力的谈话方式吗?恰恰相反,女性的魅力是一种柔和的吸引,用一种近乎霸道的手段让人“崇拜”,结果通常只会使他人敬而远之。

有一位女施主,家境非常富裕,不论其财富、地位、能力及漂亮的外表,都没有人能够比得上,但她却郁郁寡欢,连个谈心的人也没有。于是她就去请教悟静禅师,如何才能具有魅力,以赢得别人的欢喜。

悟静禅师告诉她:“你能随时随地和各种人合作,并具有和佛一样的慈悲胸怀,讲些禅话,听些禅音,做些禅事,用些禅心,那你就能成为有魅力的人。”

女施主听后,问道:“禅话怎么讲呢?”

悟静禅师道:“禅话,就是说欢喜的话,说真实的话,说谦虚的话,说利人的话。”

女施主又问道:“禅音怎么听呢?”

悟静禅师道:“禅音就是化一切音声为微妙的音声,把辱骂的音声转为



慈悲的音声,把毁谤的声音转为帮助的声音,哭声闹声,粗声丑声,你都能不介意,那就是禅音了。”

女施主再问道:“禅事怎么做呢?”

悟静禅师:“禅事就是布施的事、慈善的事、服务的事、合乎佛法的事。”

女施主更进一步问道:“禅心怎么用呢?”

悟静禅师道:“禅心就是你我一如的心,圣凡一致的心,包容一切的心,普利一切的心。”

女施主听后,一改从前的娇气,在人前不再夸耀自己的财富,不再自恃自我的美丽,对人总谦恭有礼,对眷属尤能体恤关怀,不久就被夸为“最具魅力的女人”。

在我们的生活中,那种要么整天板着面孔不出声,要么遇事嗫嗫嚅嚅的女人,当然不会讨人喜欢,而只为“说话”而“说话”、做人的内涵也不够的女人,即使说得天花乱坠,也终究还是得不到他人的认可。

女性先有一颗美妙的心,然后才能锻炼出真正美妙的口才。我们在说话时一定先对周围的人抱有一种宽容体谅之心,当然,这不是说心里有意见也不说,或人云亦云。要诚恳地表达自己的看法,同时又不得罪人。这就要求我们说话时要动脑筋,要温和委婉,尽量不要触怒对方,要给对方足够的面子,同时也让对方明白我们的想法。聪明的女人还要虚心地听别人讲话,不光是听语言,还要听语调。一个会说话的女人往往也是一个高明的听众,这样对方才会愿意把她当做知心朋友,愿意向她吐露心扉。

言辞的魅力,能让一个外表平凡的女子焕发动人的光彩。当年的法国沙龙女人,是一代女性高雅风范和高超社交能力的代表,那些贵妇们通常都不是很年轻,但她们的个人魅力却能使头戴金冠的国王相形见绌。在很多场合下,当人们的谈话陷入僵局之时,这种聪慧的女子能轻而易举地使整个局面得以改观。也许她们并不美丽,也并不年轻,但她们能将每个人的目光都吸引过来,成为大家追捧的对象。

拿破仑·希尔指出:“有魅力的人,人人都爱和他交友;和有魅力的人相



处总是愉快的。他好像雨天的太阳,能驱除昏暗。人人都乐于为他做事,他也能要一个人做别人连做梦都想不到的事。”

有魅力的女性,应该以“内外兼修”为基础。在认识上不出现偏差,技巧的问题可以慢慢地领悟和锻炼。在这个基础上,做一个玲珑剔透、广受欢迎的女人,其实也不是很难。



以不同的语气,表达你的个性

口才出众的女人,与她谈话简直就是一种艺术的享受。她们说话时旁征博引,诙谐幽默,语气恰到好处,引人入胜,就像一个出色的钢琴家,将谈话的语气当做钢琴的琴键而随意挥洒,弹奏出一曲曲动人心弦的高山流水。

说话离不开语气。在一句话中,不但有遣词造句的问题,而且有用怎样的语气表达,说话才准确、鲜明、生动的问题。

2006年胡润女富豪榜以5亿元排行第48位的谭海音,就是一个个性与魅力兼备的女人,她平和、宽容、真诚、坦率,她做易趣CEO,兼具时尚与沉稳,做得信心十足、底蕴十足,赢得同行与属下许多的夸赞。

在易趣,员工有事可以直接找董事长和执行总裁去谈。开会的时候,也没有繁文缛节,没有正襟危坐,只有开诚布公。

有一幅画面十分生动地反映了谭海音的管理艺术:“噢,吃冰激凌!”办公室突然响起欢呼声。“海音请大家吃哈根达斯!”行政人员提着塑料口袋轮流分配,啧啧赞叹声不绝于耳。

只这一句话,就充分表达了谭海音作为一个聪明的女性管理者的优势。在发挥女性感情丰富、细腻的优点上,谭海音做得十分出色,这也是她的个性与魅力之所在。

那些能够唤起人们亲切感情的语气,是一项女性与人沟通交往的法宝。



但是,我们应该看到,人在社会化的过程中,由于受社会、家庭和个人的某种语言习惯的影响形成了每个人的独特的习惯语气,而有些习惯却并不那么美好。

大部分女性在讲话时都有声音过于急促、细声细气的毛病。讲话的诀窍在于音量适当,语调平稳,速度不缓不急,此举显示你對自己信心十足。利用呼吸换气时断句,可以避免许多不必要的“嗯啊”等语病,内容显得流畅而有条理。切忌以疑问语调结束事实的陈述,以免影响语气的坚定。

有的女性讲话声音变化很大,总是一开口声音很高、很强,到后来越说越低、越弱,句尾的几个字几乎听不到。这种头重脚轻的语势使语意混乱,容易造成听话人的疲劳。有的女性讲话,总是带有一种“官腔”,任意拖长音,声音下滑,给人一种命令、指示的感觉。还有的女性在讲话时,则喜欢在句尾几个字上用力,使末一个字短促,语力足,给人以强烈感、武断感,容易让人不舒服。

选择用怎样的语气谈话,取决于所处的场合、谈话对象、谈话的内容和目的等各种因素,要具体问题具体分析。事前意识到讲话语气的作用,对谈话目的的达成是大有裨益的。

譬如,有人说话总是和声细语的。这种声和气宛如柔和的月光、涓涓的泉水,由人心底流出,轻松自然,和蔼亲切,不紧不慢,能给听者以舒适、安逸、细腻、亲密、友好、温馨的感觉。人们在请求、询问、安慰、陈述意见时常使用这种声和气,因为它可以弘扬女性的文雅和阴柔之美。

另外,在把握语气时还要注意说话的场合,这一点也是十分必要的。一般来说,场面越大,越要注意适当提高声音,放慢语速,把握语气上扬的幅度,以突出重点。相反,场面越小,越要注意适当降低声音,适当紧凑词语密度,并把握语气的下降趋向,追求自然。场合不同,应运用不同的语气。在谈话的场合和演讲的场合、论辩的场合和对话的场合、严肃的场合和轻松的场合、安静的场合和嘈杂的场合等,都要根据情况使用不同的语气。

我们说话时,不仅要注重遣词造句,更应该选用恰当的声和气。否则,

再美的词语也会失去光彩,并很有可能引起听者的猜疑、妒忌、不满、反驳、敌视、唾弃和嘲笑。



声音和语调,女人的第二张面孔

声音是女人五官、身材以外另一件犀利的武器。如果声音柔美,哪怕是嗔怪、生气,都有天籁般的美感。

自然的声音总是悦耳的,你要注意,交谈不是演话剧,无论你是什么样的语音,都应自然流畅,故意做作的声音只能事与愿违。我们所说出的每一个词、每一句话都是由一个个最基本的语音单位组成,然后加上适当的重音和语调。正确而恰当地发音,将有助于你准确地表达自己的思想,使你心想事成。

相反,不良的发音将有损你的形象,有碍于你展示自己的思想才能。如果你说话发音不当并且含混不清,这表明你思路紊乱、观点不清,或对某一话题态度冷淡。当一个人没有很大的激励作用而又想向他人传递自己的信息时通常如此。令人遗憾的是,许多女性朋友经常出现发音错误的情况,并养成了一种发音含糊的习惯。有些女性则养成了她们自以为是的一种“娇滴滴”的说话腔调,认为这样才体现出自己的优越感及与众不同。但其结果可能是适得其反,因为这种“娇滴滴”的声音会使他人感到极不自然,从而产生一种本能的抵触情绪。

语调给人们的印象是非常重要的。美国《今日秘书》杂志中一篇题为《你的语调会妨碍你的前途吗》的文章,曾以旧金山一位办公室女性的经历为例,说明说话语气的重要。这位女士刚从一所有名的商业学校毕业,品学兼优,她受雇于一家大公司,作为一位办公室工作人员所应具备的水平令人刮目相看。然而上班刚满两星期,她忽然接到通知,说她那刺耳又鼻音很重