

女人的社交能力,决定幸福的格局



做个会说话

会做事的

智慧女人

闫江华◎编著

说的就要好听,做的就要漂亮

会说话的女人轻启朱唇,轻声慢语,言语生香,出口成章,舌绽莲花,
会做事的女人通情达理,把握心理,掌控局面,左右逢源,长袖善舞。



中国纺织出版社

做个会说话 会做事的 智慧女人

闫江华◎编著



 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,更是笑傲职场、谋求幸福人生的重要资本。

本书从女性的视角出发,以轻松睿智的笔触对主题进行层层分析,以上下两篇的形式搭建清晰的结构,为女性阐释说话、办事的方法与诀窍。这是一本全面、实用、精致的女性社交能力提升读本,帮助女性朋友提升口才技巧,精通办事策略,提升自我魅力,创造精彩的人生。

图书在版编目(CIP)数据

做个会说话会做事的智慧女人 / 闫江华编著. --北京:
中国纺织出版社, 2014.10
ISBN 978-7-5180-0708-0

I. ①做… II. ①闫… III. ①女性—口才学—通俗读物
②女性—心理交往—通俗读物 IV. ①H019-49
②C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第129335号

策划编辑: 闫 星 责任编辑: 闫 星 责任印制: 储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码: 100124

销售电话: 010-87155894 传真: 010-87155801

http: //www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

官方微博http: //weibo.com/2119887771

北京佳信达欣艺术印刷有限公司 各地新华书店经销

2014年10月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 15

字数: 188千字 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

语言表达心意，语言即是心声，语言是人类有效的沟通工具，是人类表达思想的载体，是人类不可或缺的智慧。

作为一个女人，你可以不漂亮，但说话一定要说得漂亮。得体的谈吐、动听的声音、巧妙的沟通，精彩的表达，都可以帮助女人在生活中大放异彩，在职场上顺风顺水，让女人凭借口才的修炼而魅力四射。不可否认，说话是交际中最有效的沟通方式，而说话技巧则决定着一个人做事的成败。

作为一个女人，如果你没有美丽的外表，也千万不要为此耿耿于怀，你完全可以凭着自己卓越的口才来为你增添色彩，为你的魅力加分。毫无疑问，一个女人的外表固然重要，但同样不容忽视的是女人的说话能力，会说话的女人惹人爱，会说话的女人其实是最出色的。

女人不仅会说话，还需要会做事。现代社会竞争日益激烈，只有那些会做事的女人才能从中脱颖而出，掌舵人生。女人做事，则需要从自己具备的特质着手：或善解人意，或乐观积极，或柔情似水，利用自己的特质去吸引人，然后再施以方法与技巧，做事定然是马到成功。

当然，说话和做事，这两者是统一的。会说话的女人，做事定然会一帆风顺。善于说话的女人，在这个世界上可以驰骋而行，万事顺心；而那些不善言谈的女人则有可能如履薄冰，步步难行。为什么有的女人颇有才能，行走在世



上却步步维艰；有的女人资历平平，却可以干出一番惊天动地的事业，这在很大程度上取决于她们的口才水平。口才好的女人在任何场合都能如鱼得水，她可以直言曲达，把话说到别人的心窝里；她可以随机应变，应付突如其来的尴尬；她可以口吐莲花，伶牙俐齿惹人爱。

假如你想要寻找成功捷径的路，那本书将给你提供一个简单的范本；假如你想要获得一份事业成功的喜悦，本书同样会为你提供宝贵的建议；如果你想成为大受欢迎的女人，那本书也会如你所愿。会说话的女人受欢迎，会做事的女人最瞩目。

这是一本通俗实用的书，它结合了女性的特点，用流畅的语言，教你如何说话，如何做人。全书分为上下两篇，上篇论女性口才，下篇论女人做事，手把手教你在关键时刻能出色地展现自己的魅力和个性，赢得众人欣赏的眼光；让你在职场打拼的过程中顺风顺水，取得事业上的成功；让你在人际交往中左右逢源，成为备受欢迎的女人。

编著者

2014年4月



目录

做会说话的女人

第1章 聪明女人，一张口就要讨人喜欢	002
说得好不如听得巧	002
迷人嗓音，先声夺人	004
会说话的女人，谈吐宜优雅	006
把握说话的节奏和音色	008
聪明女人，别出口不逊	010
女人要用心用“情”说话	012
说话要有主见，不强势	013
第2章 舌灿莲花，女人说话要以智取胜	016
巧化尴尬打破窘境	016
言语失误，妙语回天有术	018
打好太极术，以柔克刚	020
妙言一出，巧避陷阱	022
幽默之语化解各种难题	024
女人说话前要善于察言观色	026
妙用自嘲化尴尬为融洽	028



第3章 慧心美言，女人这样说话大受欢迎	031
女人说话不要精明外露	031
如何找到一个好的话题	033
让语言为你的印象加分	036
一开口就受人欢迎	038
投其所好，对症下药	040
适时沉默的女人不吃亏	042
第4章 从容豁达，成熟的表达让女人更有魅力	045
让开场白具有“致命”吸引力	045
聪明女人会在谦虚中表功	047
比喻使你的发言更加妙趣横生	050
巧妙反驳，不伤和气	052
第5章 三思而言，聪明女人谨记说话忌讳	054
谨防办公室敏感话题	054
三缄其口的女人少是非	057
聪明女人，不揭人隐私	059
给他人面子就是成全自己	061
聪明女人不做“长舌妇”	063
聪明女人说话要分清场合	065
第6章 韵味十足，知性女人谈吐卓尔不凡	067
知性女人善于掌控说话情绪	067
说话深入浅出更显深度和风度	069
适时说些专业术语，彰显职业风采	071



言谈之间要照顾对方的感受	073
知性女人睿智聪慧，美丽热情	075
第7章 喷珠吐玉，魅力女人成功玩转职场	078
秀出你的口才，让领导对你刮目相看	078
温情言语体现你对同事的关心	080
帮同事圆场，增进同事间情谊	082
说领导和同事的“坏话”，必食恶果	084
多赞赏同事和下属	086
赞美领导别过火，说到点子上更重要	087
谨慎诚心地沟通，让合作事半功倍	089
第8章 妙语生财，聪慧女人念好生意经	091
谈判前缜密布局，句句说到对方心坎上	091
多说好话，“和气生财”才是根本	093
以退为进，看准时机再放“狠话”	094
签订协议之前，也要把“丑话”说在前	096
机警聪慧，跳开对方言语陷阱	098
欲擒故纵，令你突出重围	099
女人巧用激将法	101
第9章 婚恋蜜语，多点柔情牵牢男人心	103
无论说什么，先给男人留足面子	103
适时骄横，野蛮女友照样捕获男人心	105
蜜语甜言，让他感受到柔情蜜意	107
婉转入人心，使之明白自己的缺点并改正	108



亲密无间，有些话不要轻易说出口	110
多一些沟通，少一些猜疑	111
引导爱人把他的苦说出来	113
对待男人，女人要学会“哄”	114

做会做事的女人

第10章 女人做事，充分利用性别优势	118
羞涩，女人的本性流露	118
女人，让微笑成为你的名片	120
娇媚，女人特有的美	122
女人，善用你的柔情	124
适时地用眼泪示弱	126
女人以弱者的姿态赢得好感	127
第11章 女人行事，彰显自己的特质	130
善解人意的女人最受欢迎	130
积极乐观的女人生活更阳光	132
好女人善于为人设身处地着想	134
“傻”女人最幸福	137
自信是女人最好的妆容	139
第12章 事留余地，女人做事要有远虑	142
多给自己留一些余地	142
不要随意开玩笑	144
不要做落井下石的女人	148



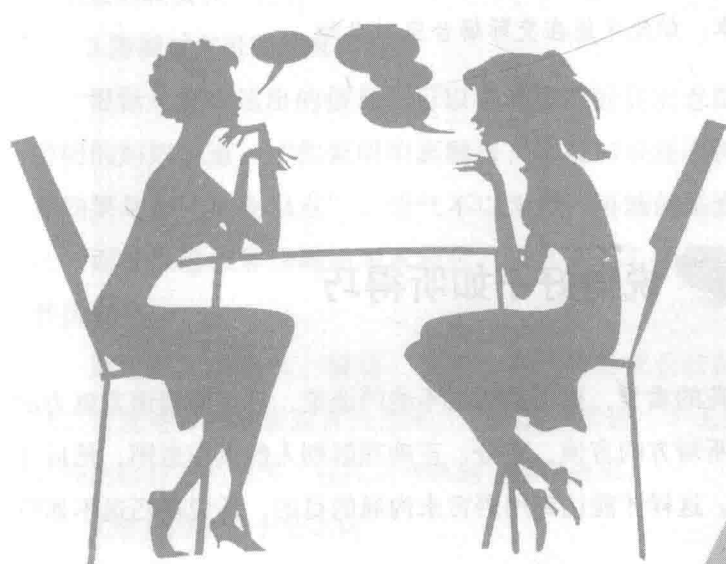
他人的功劳，不可占.....	149
永远不要贬低他人.....	151
学会口下留情.....	153
第13章 洞察他人，了解对方的心理	156
善于读懂对方的心理.....	156
女人，要具备察言观色的能力.....	158
替对方着想，促成合作.....	160
柔情话语，激起对方的同情心.....	162
妙用激将法，促成其事.....	164
第14章 辨识真假，女人做事眼明心亮	167
分清朋友的真情假意.....	167
用你的双眸识别真诚与谎言.....	169
女人，谨慎识别“骗子”男人.....	172
识破你身边的小人.....	174
谨防某些人的糖衣炮弹.....	175
谨防“暗箭伤人”.....	177
第15章 多重思考，女人做事三思而后行	182
做事之前需要想到后面几步.....	182
小心驶得万年船.....	184
女人做事眼光要长远.....	186
利用身边的朋友为未来铺路.....	189
万事烂熟于心.....	192



第16章 独辟蹊径，女人做事出奇制胜	194
敢为人先，走在人前	194
多个角度看问题	195
懂得变通，不要让思维走进死胡同	197
独立思考，创意无价	199
不要让陈旧思想束缚创意的翅膀	200
培养创新思维，保持好奇心	202
第17章 权衡利弊，女人做事把握时机	204
在困境中挖掘机遇，敢于冒险	204
去除幻想，马上行动	207
机不可失，时不再来	209
善于发现隐藏中的机会	212
善于抓住“顺势”之机	214
机会是急不来的	216
第18章 借助外力，女人做事事半功倍	218
善于全攻略，顺势而行	218
借助别人的影响力成就自己	220
巧借时间拒绝纠缠	223
巧借美言，说服对方	225
借他人好点子为己所用	227
参考文献	229

下几个女人入手，你会发现，女人之间的谈话，其实是一门艺术。在与人谈话时，女人应该学会倾听，学会尊重对方，学会换位思考。只有这样，才能在谈话中占据主动，成为那个会说话的女人。

做会说话的女人





第1章 聪明女人，要多说点好话

在生活中，对于女人而言，卓越的口才、有技巧的说话方式，不但是家庭幸福的法宝，事业发展披荆斩棘的利剑，更是增加自身个性魅力的砝码。当然，女人要想拥有卓越口才，还需要打好扎实基础，多具备修炼好口才的资本，如此才能在交际场合应对自如。



说得好不如听得巧

口才不是舌灿生花的卖弄，更不是滔滔不绝的谈论，真正懂得语言魅力的女人，首先会认真倾听对方的言谈，充分、正确理解别人的真正意图，然后才作出有针对性的回应。这样才能达到用语言来沟通的目的，话说得巧远不如听得巧。

比如，女孩子看上一件衣服，却往往一边仔细翻看，一边抱怨做工不够严密，布料不够上乘等，其实也许她并不是抱怨衣服本身的品质，否则，她连一眼也不会看。这时如果一味反驳，对方显然不会买账，不如主动说出一些优惠，比如有小赠品，或者打个小折，往往能让对方眉开眼笑地付钱。

学会听话，就是听懂别人的言外之意，判断出对方的真正意图，从而给出恰如其分的反应，和对方达成一致，或达到沟通的目的。想要“听得懂”，可



从以下几个方面入手：

1.说话时情形如何，说话者情绪如何

女人说话往往受自身情绪影响较大，尤其在事情刚发生后，往往易激动，喜抱怨，夸大事实。这时候对方如果仅仅是发泄，绝不会对你理性的评价和劝慰感兴趣，她们需要你同仇敌忾（当然不可取）或者劝慰、倾听。而在事后向你谈起，情绪比较平静时，往往需要你出主意，希望改变现状。

2.和对方关系如何

我们和一个人的关系如何，可以直接在和对方说话的语气中感觉出来。同样一句赞美的话，对于陌生人来说可能是客套之词，对于朋友来说可能就是真心诚意的欣赏和赞扬。

3.猜测对方可能的真实意图

根据对方表达出的信息，可以猜测可能的真实意图。比如，一位邻居向明明的妈妈说道：“你家明明真勤奋，半夜11点还在弹钢琴。”他的说话重音如果是在“半夜11点”，语气不以为然，可能就是责怪钢琴声打扰到了自己。而如果这位邻居离明明家较远，语气真诚，语带赞扬，明显就是真的在赞扬对方。

通过对方的语气、情绪、手势、表情等形成自己的判断，然后再通过反问、重复等方式确定对方的意图，才能真正弄懂一个人的真正意图。这时候，再表达出自己的想法，往往能够收到更好的效果。

4.对方的表情手势如何

表情手势和语气对于真实意思有加强或减淡的作用，如果对方的手势和语气在加强语句的意思，这有可能是对方的真实意图，并希望引起你的注意。而如果对方的语气和手势明显和用语不一致，则表明对方不以为然，或者因为无法反驳或拒绝而敷衍你，或不想争辩而勉强同意，内心并不一定认同。

5.对方说话的重音放在哪儿

一句话，常常会因为不同的重音，而表现出强调不同的重点，仔细倾听对方的重音所在，有利于理解对方表达的真实意图。



6.当一个人故意词不达意或者表达混乱的时候，需要特别小心

这样的表达方式，往往要通过询问，才能抽丝剥茧慢慢明白对方的意思，但当你清楚问出其中的意思时，往往发现自己已经掉入了对方的陷阱。有一个小女孩向某好友混乱地说了一大堆和另一个小姑娘之间的恩怨，到最后朋友发现，结论竟然是另一个小姑娘欺负了她，她的意图在于希望朋友能够抱打不平，因为三个人的友好关系，朋友陷入了进退两难的境地。



迷人嗓音，先声夺人

有魅力的声音会带给女人不一样的运气，人们常说“未见其面，先闻其声”或者“先声夺人”，可见迷人的嗓音是魅力女人不可多得的优势。再者无论多美妙的语言都要宣之于口才能给人怡人之感，如果声音难听或者语调平板、节奏混乱、语气不善，即便再好的口才也会让人反感。

女人甜美的声音往往比深刻的思想更重要，一个歌唱家，即使是无歌词的呢喃，也足以让人入迷，“工欲善其事，必先利其器”，想要别人有耐心倾听你的谈话，就要让自己拥有柔美动听的声音，抑扬顿挫的语调，让更多人愿意听你说话。

假如你想要完善自己的发音技巧，可以从以下几个方面入手：

1.拥有自己独特的音色

每个人的音域范围都是很广阔的，试试自己高低音的不同，找到自己听起来最舒适的音高，就能形成最独特的音色。并不是所有的女人都适合沙哑的女低音，只有与自己性格、形象统一的声音才能形成自己的风格，让人感觉舒适。在自身音调的上下限之间找到一种恰当的平衡，加上口腔、鼻腔、胸腔形成共鸣，就能让声音听起来更华丽且富有变化。



2. 发音准确

每一个词语都是由最基本的语音单位组成，音调不准确，说出的话就会怪声怪气，比如某些外国人说中文，吐字发音不清晰或者结巴、反复，不但影响自己的形象，而且有碍于表达自己的意思，不能充分展示自己的思想和才华。

3. 语调要富于变化

音调强调的是单一词语的声调，语调是某个句子的声调变化，同样的一句话不同的语调可能表达出截然相反的两种意思。语调反映的是一个人的内心世界，他的情绪和态度，语音语调里含有很多感情成分，有时候掌控好了语调比选择恰当的词汇更加重要。另外，平板的叙述没有人会特别注意，而兴致勃勃，语调丰富的话语，即使是一件平淡的小事，也可能引起人们的兴趣，这就是为什么有些人虽然话题简单，但人们往往听得兴致勃勃的原因，因为她的语调和情绪感染了对方面。有研究证明，使用上扬语调易给听者造成悬念，提高对方兴趣，初次见面不妨多加使用，但切忌持续时间过长，否则会引起疲劳；降调能表现说话人的果敢决断，表现自信，做决定时应多运用。

4. 音量和语速都要适中

音量过大过小都会让人不舒服，在对方能够听清的范围内，声音要轻一点，可以表达对对方的尊重，同时，轻声细语也是女人魅力和优雅的一种表现。语速也一样，语速太快如同音调过高一样，会给人以紧张和焦虑之感；语速太慢，又会令人有焦躁沉闷之感。在不同的场合运用不同的语速，可以表达你的自信和优雅，会议、谈判等场合语速要稍快一点，个人聚会、聊天语速不妨放慢一点。另外不疾不徐、语速舒缓可以缓解对方的焦躁情绪，同时也是一个优雅大方的最好表现，女人的语速最好不要太快。

拥有迷人的声音，也就拥有了一项特别的魅力，让人很容易喜欢上你的声音，你会更受欢迎，说出的话也会更容易被人接受。



会说话的女人，谈吐宜优雅

女人优雅的谈吐，是女人聪明、有教养和才智的表现。一个女人，如果讲出粗俗的话，一定会令人失望；一个满口脏话的女人，她走到哪里都会令人厌恶的。优雅的谈吐，是女人内在精神气质和修养的直接体现，它是一种美好的正能量。

当我们在与他人交往中，如果能做到言之有礼，谈吐优雅，就会给人留下良好的印象。反之，如果你满嘴脏话，甚至恶语伤人，就会令人反感讨厌。对于一个女人来说，说话不宜咄咄逼人，也不要与他人有口舌之争。优雅谈吐还体现在谦虚礼让中，女人言谈应该落落大方，能够耐心地倾听他人讲话，千万不要随意打断别人的话，也不要随便接过他人的话头。正所谓“谦受益，满招损”，懂得谦虚礼让的女人体现了良好的修养，而有修养的女人才能得到更多人的尊重。

王伟老师是南京一所高校的教授，一天，他正在办公室里备课，有人敲门，他习惯性地说了声请进。抬头一看，是一位女生，但是他并不认识，他想也许是找别的老师。但是那位女生四下看了看，张口就问道：“王伟呢？”

这话一出口，办公室里的老师都愣了一下，都往王伟这里看，王伟心里也很纳闷，在学校这么多年，还没有谁直呼其名的。他脸色微微一变，但还是有礼貌地对她说：“我就是，找我有什么事吗？”

那位女生大大咧咧地说：“噢，你就是王伟呀，我可早就听说过你了，我是某某教授的学生，我的论文你给我看一下！”

王伟到底是个大学教师，还是比较有涵养，看到这个学生这么没有礼貌，并没有发火，只是随口说道：“那你就放那里吧！”

这名女生就把自己的论文往他的桌子上一扔，说：“你快点看呀！后天我们要论文答辩，你可别耽误我的事！”

王伟再也无法忍受，说：“请问你是找人办事还是下达命令呢？你的论文