

“ Don't suffer losses
by your way of talking ”

你就是吃了 不会说话的 亏 ”

谈判失利、加薪失败、孩子不听话、微信被拉黑……

99%都是吃了不会说话的亏

徐图——著

剖析65个典型的说话误区

教你打开说话的正确方式

开口就能赢得人心

山东文艺出版社

“ Don't suffer losses
by your way of talking
你就是吃了
不会说话的亏 ”

徐图——著

图书在版编目 (CIP) 数据

你就是吃了不会说话的亏 / 徐图著. — 济南: 山东文艺出版社, 2017.10

ISBN 978-7-5329-5501-5

I. ①你… II. ①徐… III. ①口才学—通俗读物
IV. ①H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第120706号

你就是吃了不会说话的亏

徐 图 著

主管单位 山东出版传媒股份有限公司
出版发行 山东文艺出版社
社 址 山东省济南市英雄山路189号
邮 编 250002
网 址 www.sdwyppress.com

读者服务 0531—82098776 (总编室)
0531—82098775 (市场营销部)
电子邮箱 sdwy@sdpress.com.cn

印 刷 北京嘉业印刷厂
开 本 880毫米×1230毫米 1/32
印 张 8
字 数 200千
版 次 2017年10月第1版
印 次 2017年10月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5329-5501-5
定 价 35.00 元

版权专有, 侵权必究。

Chapter

1

你说话的方式毁了你的优势

- 1 多少次，有理的你因说话方式变得没理 / 003
- 2 你说话的方式毁了你的优势 / 006
- 3 动不动否定别人的人，一点也不高明 / 009
- 4 会打圆场的人，情商都不低 / 013
- 5 何以解忧，唯有幽默 / 017
- 6 不要以为你有权就能做霸道总裁 / 021
- 7 获奖感言说不好，那这就是最后一次 / 024
- 8 别让不会说话，耽误你赚钱 / 026
- 9 什么样的人，才有资格被称为沟通高手 / 030

Chapter

2

你觉得说话累，是因为关键时刻总说不好

- 1 刚入职，没人搭理你，难受 / 037
- 2 老公说你不懂他，难过 / 040
- 3 遭遇尴尬，不会解围，难堪 / 044
- 4 见到新朋友，不知道聊什么，好窘 / 047
- 5 和老朋友聊天，不会接“梗”，好糗 / 050
- 6 话题卡住，不会转弯，好尴尬 / 054
- 7 面试，不会谈薪酬，好委屈 / 058

Chapter

3

你这样说话，活该被讨厌

- 1 专注于泼冷水，最招人烦 / 065
- 2 我说话直，你别介意。对不起，我很介意 / 068
- 3 正是你的幽默，引来他人的沉默 / 071
- 4 你到底是在安慰我，还是炫耀你自己 / 075
- 5 直说吧，你就是自私，只图自己爽 / 078
- 6 还不会打招呼，机会就要错过了 / 082

Chapter

4

影响沟通效率的 7 个说话陋习

- 1 不给对方说话机会，只顾自 high（自我陶醉） / 087
- 2 没有互动，只听，不回应 / 090
- 3 不懂附和，调不起对方的谈兴 / 093
- 4 害怕被拒绝，拐上九曲十八弯 / 098
- 5 只管自己说，不管对方是否听懂 / 103
- 6 带着情绪说话，偏离正题 / 106
- 7 不会结尾，拖拖拉拉，浪费时间 / 110

Chapter

5

高情商社交：“不拆穿”

- 1 “不拆穿”的黄金交际法则 / 117
- 2 一句话让亲密关系更浓 / 121
- 3 如何拒绝好朋友的深情表白 / 124
- 4 你这么会说话，那我只能拼命干活 / 127
- 5 到底怎样的机智救场，才是高情商 / 131
- 6 你学不会肯定，就得不到认同 / 134

Chapter

6

说话的分寸感，最能给人好感

- 1 说话的分寸，就是做人的尺寸 / 139
- 2 可以怒怼，但绝不可以戳痛点 / 142
- 3 少言自威，胜过千言万语 / 145
- 4 说出那句话前，深呼吸 / 148
- 5 其实，会聊天不是简单的有话可说 / 151
- 6 如何说出恰到好处的安慰 / 155
- 7 从无聊的话题开始，才是入流的聊天方式 / 159

Chapter

7

所谓情商高，就是让别人舒服，但也不委屈自己

- 1 如何躲过那些“必须”回答的问题 / 165
- 2 被欺负了别怂，优雅地顶回去 / 168
- 3 把拒绝的理由怪在自己身上 / 172
- 4 你为什么不敢拒绝他？因为你没后台 / 176
- 5 每次听到这样的请求，我都想报警 / 179
- 6 如何拒绝上司的不合理安排 / 182
- 7 优雅地退出争吵 / 185
- 8 攻心的批评方式：借己说人 / 189

Chapter

8

说好话，成为留下印象的“那个人”

- 1 真正的情商高手，用走心碾压套路 / 195
- 2 你幽默的样子真好看 / 198
- 3 越难对付的人，你越要认可他 / 202
- 4 恰到好处的赞美，是情商最高的行为 / 205
- 5 夸女人，“美”永远比不过“有才” / 209
- 6 每次夸人都被嫌弃马屁精，你该换一招了 / 212
- 7 换位思考，才能解开他的心结 / 215
- 8 简单又令人印象深刻的“我们” / 218

Chapter

9

我就是坚信，好好说话，有好运

- 1 没错，所谓的亲密就是好好说话 / 225
- 2 找漂亮的人恋爱，与幽默的人结婚 / 228
- 3 让丈夫送你喜欢的生日礼物 / 231
- 4 别把第一反应说出来，而是想想再回应 / 234
- 5 这样说，没有强迫感，更易引导对方 / 237
- 6 正因为都是小事，才最体现你的情商 / 241
- 7 我不会说话，但永远对你甜言蜜语 / 245

Chapter

1

你说话的方式毁了你的优势



你就是吃了不会说话的亏

多少次， 有理的你因说话方式变得没理

1

不管是生活中还是工作中，有时候你知道是对方做错了，你很想指出他的错误，但是如何说才能避免引发一场口舌之战，就要看一个人的说话水平了。如果是因为没有讲究说话方式而造成跟同事、家人、朋友关系紧张，让原本有理的你变得众人嫌，那么你就要考虑自我调整了。

C小姐在职场上已经“浮沉”了好些年，也遇到过各种各样的人和事，说来应该也是一个交际能手，但不知为什么，她总是很容易得罪人。她心里总搁不住事，有什么就说什么，从来不会隐瞒自己的观点。

有同事把茶水倒在纸篓里，弄得一地水，她会提醒同事不要这样做；有人在办公室里抽烟，她会请抽烟者出去抽；有人爱没完没了地打电话，她就告诉对方不要随便浪费公司的资源……她这样做是出于好心，因为如果同事们的这些行为让经理看见了，不是招来一顿责骂，就是被扣奖金。

可是，好心没好报，她这样做的后果是把同事都给得罪了。每个人都对她有一大堆意见，甚至大伙一起去郊游也故意不叫她。有一次她实在气不过，就向经理反映，没想到经理也不怎么支持她，弄得她在公司里更加被动了。她实在想不通，明明自己是实话实说，为什么会弄成这样？真是好心被当成了驴肝肺。

C小姐的这种为人处世的方式其实在我们生活中很普遍，也很容易理解。我们平时工作、生活离不开与人打交道，有时候看不惯对方的行为就会不假思索地指出来。其实，这是一种欠考虑的说话方式，特别是在与同事相处时，如果总是对别人的行为挑三拣四，即使是出于好心，日子久了也会变成“多管闲事”，进而被同事们孤立。

所以，要想有好人缘，就需要给你的好心好意穿一层和气的“外衣”，很多时候，低声细语，彬彬有礼，反而会取得事半功倍的效果。

有天中午，我们单元楼的几个小孩不睡觉在楼前的小广场上做游戏，又吵又闹，一楼的住户非常气愤地去理论，结果他们吵得更凶了。二楼住的一家是退休老干部，大概也被吵得无法忍受，老大爷便亲自“出面”，他柔声细语地对那帮小孩说：“我老伴晚上睡眠不太好，中午得睡午觉，你们轻点可以吗？谢谢

啦。”结果，几个叛逆的小孩竟安静下来了。

不是小孩子吃软不吃硬，导致他们反应前后不同的原因是两位大人的说话方式。一楼住户恶声恶气的指责引发了小孩子的逆反心理，所以即使是他们不对，但还是会故意跟指责他们的人对着干。而二楼老大爷和蔼的口气让他们有了被“尊重”的感觉，因此尽管是同样的要求，但小朋友们却接受了。

像这种有理却成了引发争吵的过错方的情况在婚姻中很常见，比如结婚纪念日，丈夫忘了买礼物回家，妻子最常见的反应是：结婚纪念日你都忘，嫁给你这种男人真是瞎了眼。而原本还十分内疚的丈夫，听了这话后瞬间化内疚为愤怒：娶你才是瞎了眼呢，嘴巴像刀子，忘性又大，上个月才给你买了项链。

所以，有时候，得理不饶人反倒会让自己陷入被动，因为被埋怨的一方会产生这种心理：瞧你什么态度？就冲你这态度，我这样做也没错。要知道，指出对方的错误是为了大家更好地相处，共同成长。如果你能在说话这件事情上尊重他人，那么你在生活中也必定会被他人尊重。

2

你说话的方式毁了你的优势

法国文学家伏尔泰曾说过：“自尊心是一个膨胀的气球，戳上一针就会引发大风暴。”避免社交风暴的最佳策略之一，就是照顾别人的面子。每给别人留一次面子，就可能增加一个朋友；每驳别人一次面子，就可能增加一个敌人。

每个人都有可能在一些公开的场合犯一些愚蠢的低级错误。面对这种情况应该怎么办？是当场指出别人的错误，还是先忍耐，在私底下指出来？作为讨人喜欢的说话方式，私下指出应该是上策。

一次活动上，坐在我旁边的是一个文创企业的老板，他是设计师出身，带了一名年轻的女员工。准备吃饭的时候，大家交流创业心得，女孩开始低头玩手机。“你就不能不玩手机吗？”他忽然说。“怎么了，饭不是还没来吗？”女孩脸一红，显然面子挂不住。“要再玩手机你就出去！”他更生气了。大家纷纷劝解，说这不是什么大事。后来女孩跟我一起去

洗手间，说她拿了年终奖就辞职。“不伺候他了，烂人！”

她的老板是不是烂人？我看未必。与工作伙伴、客户一起吃饭，低头玩手机显然很不专业，但是老板也确实没必要因此在饭桌上当着大家的面，点名批评。因为老板采用了不恰当的说话方式，不仅导致自己失去了一个员工，更让这个女员工因为反感老板而情绪失控失去了自我反思的机会。

如果老板能换一种说话方式，委婉地提醒那个女员工注意场合，或者发微信告诉她跟客户吃饭时低头玩手机不礼貌，要认真倾听大家谈话，可以学到更多知识，那么不仅会使女员工认识到自己的错误，还会因为老板照顾她的面子而备受感动。

将心比心，以真挚的感情、委婉的表达，换来的必然是理解和体谅。做人没必要像炸药似的一点就着，看到别人犯一点错就横加指责，这种做法不仅会伤害对方的自尊心，还会给别人留下脾气暴躁的印象。会说话办事的人都懂得在私下里和对方沟通，平和地指出对方的错误，并帮助他们找到恰当的改正方法。除此之外，他们还会肯定对方已经做得很好的部分，以免让对方丧失信心。

其实，很多人犯错都是无心之过，可在私下为其指出来，或以含蓄说明、暗示的方式使其意识到自己的错误。这样既能维护他人的面子，又能达到帮他改正缺点的目的。

当你因为某人的错误想对他发火批评时，可以先反问自己：“处理这件事最合乎人性的方法是什么？”那么，你会发现，向对方发火只是发泄了你的怒气，伤了对方的自尊，伤了你们之间的和气，但对于事情的解决并无任何帮助。所以，当别人因为一时疏忽把事情弄糟时，选择在私底下指出其错误，既是对别人的尊重，也会赢得别人对你的尊重。

虽然生气的时候控制自己的情绪很难，但这也正是最能体现一个人素质高低的时刻。想做别人口中的“高情商”，不是只靠说两句贴心的话就可以。有些人一有不愉快就破口大骂，而不管场合、地点。如果你在怒火中烧的时候还能理智地分析现场情况，照顾到对方的面子，把问题带到私下解决，或者用其他不伤人自尊的方法解决，那么所有人都能看到你的宽容、你的大气。

总之，批评他人时，如果语气委婉，被批评者就会容易接受。因为对方会认为，你的委婉给足了他面子，感激之余，自然会积极地改正缺点。反之，如果批评者语气生硬，对方就会认为你伤了他的自尊，这样不仅达不到批评的目的，还可能让对方心生反感，既影响工作，也会使彼此的相处变得极为尴尬。只有拥有了一颗宽容的心，别人才能感受到你的真诚，在你指出他们错误的时候才能心悦诚服地接受。

动不动否定别人的人， 一点也不高明

3

我们总是倾向于认为自己是正确的，尤其是当与人意见相左的时候，很少有人能够愉快地认同别人的观点。但是，我们真的一直是正确的吗？美国前总统西奥多·罗斯福曾公开承认，他对自己判断正确率的最高期望是 75%。如果连罗斯福总统的判断正确率都只有 75%，那我们普通人又会怎么样呢？

卡耐基曾开玩笑地说：“如果你确定你的判断准确率能达到 55%，你就可以到华尔街去日进斗金。如果你不能确定自己的判断是否有 55% 是正确的，那你凭什么去指责别人‘你错了’？”况且，对方绝不会因为你不留情面地指出他的失误，就同意你的观点——换了你，你也不会！因为你的做法无疑已经伤害了他的智力、荣誉和自尊，这个时候，就已经不是单纯的是非对错的问题了。

之前，我的一位好友请室内装潢师设计了一个玻璃门把客厅和阳台隔开，但是等设计完成之后，好友才发现这个玻璃门连带