

于美人 黄金说话课

让别人不知不觉喜欢你 /

于美人 / 著

为什么相亲屡屡失败？

为什么职场默默无闻？

30堂黄金说话课，让你左右逢源，心想事成



中信出版社 CHINACITYPRESS

于美人 黄金说话课

让别人不知不觉喜欢你

于美人/著

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

于美人黄金说话课：让别人不知不觉喜欢你 / 于美人著. —北京：中信出版社，2011.1
ISBN 978-7-5086-2573-7

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

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第232905号

本书由皇冠文化集团授权，本书限于中国大陆地区发行，不得销售至包括港、澳等任何海外地区。

于美人黄金说话课——让别人不知不觉喜欢你

YU MEI REN HUANGJIN SHUOHUA KE

著 者：于美人

策划推广：中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行：中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)
(CITIC Publishing Group)

承印者：中国电影出版社印刷厂

开 本：880mm × 1230mm 1/32 印 张：6.5 字 数：80千字

版 次：2011年1月第1版 印 次：2011年1月第1次印刷

京权图字：01-2010-4939

书 号：ISBN 978-7-5086-2573-7 / G · 629

定 价：24.00元

版权所有 · 侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由发行公司负责退换。

服务热线：010-84849283

<http://www.publish.citic.com>

服务传真：010-84849000

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

“说出一朵花”的境界

“说出一朵花”是一句听起来非常可爱的闽南语，这是我从小到大的口头禅，也是对于“说话”的自我期许。

对我而言，“说出一朵花”的主要含义有二：言之有礼与言之有理。说话是一种沟通，“言之有礼”才能制造出一个沟通自如的说话环境。说话也是一种表达，唯有“言之有理”才能清楚地表达出你的思想、情感与你所拥有的知识与信息。

“言之有礼”与“说话得体”算是同义词。从小妈妈就告诉我：只有说话得体的人才有



办法说出一朵花。当你说出一些非常得体的话，对方就觉得周围盛开出朵朵香花；反之，说话不得体，就会让人脸上冒出三条黑线。但是说话得体似乎不能用“说话礼貌周到”一言以蔽之，必须根据说话时所面对的人（对象）、事（局面）、地（场合）、时（时机）来调整说话内容与表达方式。所以当说话的环境不同时，“言之有礼”的标准也会随之改变。想想，说话真的是一件不容易的事情！

“言之有理”则类似成语“舌灿莲花”。舌灿莲花的典故来自于南北朝高僧佛图澄的事迹，形容一个人说话有文采、善用譬喻、口出妙语。如果用现代的词汇来形容，应该改为“能言善譬”。“能言”有助于人与人之间的沟通、“善譬”有助于解释知识与信息。当然，就算你把“能言善譬”改成“能言善屁”，其实也不为过！

在这个瞬息万变的世界中，说话是一门非常重要的学问。如果你掌握了说话的技巧，就能够创造出一个沟通快速自如的环境，不但能明白无误地表达自己的意见，也能节省许多宝贵时间，减少人际关系中许多不必要的误会，达到事半功倍的效

果，何乐而不为？

虽然我从小就喜欢说话，不过“喜欢说话”和“擅长说话”毕竟是两回事。我必须承认，在二十岁之前，我真的很不会讲话！虽然一直有心想成为一位很会说话的人，但我还是经历过一段跌跌撞撞、堪称“惨绝人寰”的漫长苦练过程。而且当我面临人生不同阶段的“说话考验”时，至少花了长达一年以上的准备期。幸好老天爷眷顾我，让我有幸遇见了许多贵人。他们就像是花园里的园丁，给我灌溉了说话方面宝贵的养分，让我学会更多说话的秘诀。

或许“说出一朵花”可以称得上我在说话方面的自传，这本书包含了我从童年、求学时期、担任南阳街国文老师，一直到主持广播电台节目乃至进入电视圈的全部历程，除了大方地跟你分享我在说话方面的成功经验，更自曝了我在说话上的失败教训。或许你的人生规划里从来没有“广播、电视节目主持人”这些内容，也不曾考虑过成为一位老师，或许你的职业也与“说话”八竿子打不着，但是这些说话方式和表达技巧绝对适用于各行各业！



在这本书中，我希望教给大家亲和平实、绝不卖弄高深、不带给任何人压力、口语化的说话方式，和大家分享一些说话的技巧。我从过去一连串的错误经验中痛定思痛，反省出不少珍贵的体悟。希望各位读者朋友可以从我那些看似“有趣”的失败经验中获得养分。如果你能避免我曾经犯下的错误，相信你一定可以更有效地说出一朵花！

前言

VII

第一课 | Lesson One

让别人不知不觉喜欢你 1

厚积而薄发，说出一朵花 3

一期一会式的说话态度 7

骂人，要让人痛；夸人，要让人爽 13

要想说服别人，先逗笑他 19

恰到好处的旁白与发自内心的赞美 25

骂人也要骂得有文化 32

言语精准，笑点到位 37

第二课 | Lesson Two

让说话受欢迎的秘密 45

所谓专业就是不断重复 47



Contents

不错的定义就是不犯错	51
黄金十五分钟	57
到底该怎样克服紧张	61
给听者超乎预期的惊喜	67
讲笑话不要太冷	73
自嘲的女人最可爱	79
“保有自尊”才是及格的自嘲	85

第三课 | Lesson Three

记住，拳头不要一次出尽	91
信我者得永生，不信我者再联络	93
用被大众听见的方式发声	100

如何安慰别人最有效	105
十几个字把事说清楚	111
一定要学会“压力转嫁”	117
话与话之间创造一小块留白	121
说话之前思考三秒钟	128
向拉布拉多犬学习用眼神的技巧	134

第四课 | Lesson Four

加分，积极乐观的口头禅	141
人人都有“逆鳞”	143
惊人的口头禅实验	150
心直口快一定要建立在“讲对话”的基础上	155



Contents

全世界最会讲话的先生	162
奥普拉教我的事	168
赞美别人的六大注意事项	174
如何接受他人的赞美	184

结语

儿子与我的金钟奖对话录	191
--------------------	-----

厚积而薄发，说出一朵花

轻松与人说话，场面永远热络。

当出版社找我洽谈出版这本书时，起初我有些犹豫，因为我并不觉得自己的说话技巧好到足以“著书立言”的地步。而且我始终认为说话是一件非常主观的事情，好与坏根本无标准可循。

你可能在电视上看过各式各样的歌唱比赛节目，但是可曾看过说话版的《星光大道》？再者，每个人都知道说话很重要，而大部分人都不认为说话是一件应该学习的事情。只有小孩子



牙牙学语时才叫做“学说话”，成人倘若要学说话，听起来感觉很突兀、很功利。因此，我也不认为学习说话是很重要的事情，真正该学习的是如何写好文章。我们从小到大的考试都要考作文，但是从未考过说话。而且我记得当我还是学生的时候，许多长辈都会抱怨我们这些后生晚辈的作文写得很烂。

不过，与现在的学生作文能力普遍偏低的情况相比，我们当初真的是活该挨骂了！

看看现在这些学生的作文，真是错字连篇、词不达意到了令人叹为观止的地步，常令我边看边笑。但是笑到最后，我和我的朋友们就开始忧虑起来。大家纷纷感叹我们的教育到底是出了什么问题，为何会让孩子写出如此糟糕的文章呢？

这些很好笑的学生作文却让我恍然大悟，冒出另外一个新的想法。因为我发现写作文跟说话其实是一回事，都是一种把脑袋里的想法呈现出来的表达方式。如果写作能力不好，那么说话能力又能好到哪里去呢？如果说“文如其人”，那么“说话就更如其人”。

在我的想法中，我认为写出一篇好文章的方法似乎跟“说

出一朵花”的道理一样。

一篇文章里包含两大部分：（一）内容：这是由写作者的思想、情感以及所拥有的知识组成的。（二）呈现：将内容转化成文字的能力，这其中包括把字写对、文章的组织结构符合题目要求等。当然，用字遣词的恰当与否也是“呈现”好坏的一大关键。总之，好的内容加上好的呈现就是一篇好文章。

以此类推，说话也包含了两大部分：

（一）内容：这也是由说话者的思想、情感以及他所拥有的知识组成。其中知识是最简单的一环，在这个网络时代，任何知识的获取都非常容易，只要你善用网络搜索引擎，就可以轻易查到想要的信息。

拥有充足的知识，并不代表你可以说出一朵花。有些知识必须通过亲身实践才能拥有。就像做菜一样，如果你只会吃，却始终不愿意进厨房，那又怎么能说出一番烹饪心得呢？

苏东坡在《稼说送张琥》中所讲的一句话：“博观而约取，厚积而薄发。”就是如何提升说话内容的答案。你一定要经常思考、体会、培养出观察力和感受力，如此才能言之有物。



(二) 呈现：将内容转化成言语的能力，这包括把话说对、说好、说得妙、说得呱呱叫。另外，言语的组织结构、用字遣词也必须要符合逻辑，让人听得懂、产生共鸣、满心欢喜。

说话的内容就像是剧本，说话的呈现方式就好比演员诠释剧本。好的剧本可能会被演员演坏，但是好的演员可以将一个不怎么样的剧本演得栩栩如生。可见说话方式的重要性。

提升说话的“呈现”能力的最好方法就是“见贤思齐”。你可以找出自己心目中的最佳范例来学习说话，立定目标之后要反复练习。虽然每个人每天都在讲话，但是不一定可以讲出合乎实际运用的话。写作要练习，说话更需要练习，唯有经常练习才能锻炼出你对语言的掌握能力。

总之，好的内容配合好的呈现方式就可以写出好文章，也可以“说出一朵花”。你写的文章或是你说出的话就是代表你这个人，要如何呈现出真实的自己，靠的就是写作与说话的技巧！

一期一会式的说话态度

把别人摆在第一位，心甘情愿地扮演聆听者的角色。

在摄影棚准备录像之前，工作人员都会帮主持人及来宾别上麦克风试音，让坐在副控室的导播听听音量大小与声音清晰度。

通常大家都习惯把麦克风当成电话来用，“喂，喂，喂，听得到我吗？”就是最常出现在摄影棚的试音标准用语。第二常出现的试音用语就是自我介绍，“大家好，我是X X X。”

而我的试音用语比较另类，过去几年来，不管在哪一家电